

Август 2018

Тридцать пятый

СЛОВА

Отпуск
в Воронеже

Ради чего оставаться в городе
летом и зачем сюда приезжать

16+

Самое цитируемое СМИ Воронежской области*



*По данным рейтинга медиаресурсов Воронежской области по итогам 2017 года независимой исследовательской компании «Медиалогия» (www.mlg.ru). Реклама

Слово

РЕДАКТОРА

Отпуск в Воронеже



Софья
ЯРЦЕВА

В ПРОШЛОМ ГОДУ Я, КАК И МНОГИЕ, НАСМОТРЕВШИСЬ НА ФОТОГРАФИИ МОРЯ, ГОР И БУБЛИКОВ С КУНЖУТОМ НА ФОНЕ РЕЗНЫХ БАЛКОНОВ, ПОДДАЛАСЬ АЖИОТАЖУ И КУПИЛА БИЛЕТЫ — НА ЛЕТО. ОТПУСК БЫЛ, КОНЕЧНО, ИНТЕРЕСНЫЙ, НО ВСЕ ЖЕ ПЫЛЬНЫЙ, ЖАРКИЙ И МНОГОЛЮДНЫЙ. В ПОЗАПРОШЛОМ ГОДУ БЫЛО ТО ЖЕ САМОЕ: ГОРЯЩАЯ ПОД РЮКЗАКОМ СПИНА, НАТИРАЮЩИЕ НА ЖАРЕ САНДАЛИИ. В ЭТОМ МАЕ Я РЕШИЛА, ЧТО НЕ БУДУ ДАЖЕ ПЫТАТЬСЯ КУДА-ТО СБЕЖАТЬ, А ВСЕ ПЛАНЫ ПО ИССЛЕДОВАНИЮ МИРА ОТЛОЖУ НА ОСЕНЬ. ДРЕВНИЕ ХРАМЫ И МУЗЕИ, КОНЕЧНО, В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ СТОЯТ ВСЕХ НЕУДОБСТВ, НО ВОТ ЭТА ИДЕЯ, ЧТО УЕЗДАТЬ ИЗ ДОМА НАДО НЕПРЕМЕННО ЛЕТОМ, — ОТКУДА ОНА ВООБЩЕ ВЗЯЛась?

Мне правда кажется, что летом Воронеж становится идеальным для жизни — даже если вы тоже все время лениитесь установить водонагреватель ради двух недель в июне. Машин гораздо меньше, пробок практически нет, на велосипеде из любой точки города можно добраться до парка или леса, утром из окна тянет речной водой с водохранилища (без шуток, оно сейчас стало гораздо чище, чем когда-то), ле-

дяной апероль готовят почти везде, а бабушки продают малину и смородину. После работы можно выбраться поплавать в открытом бассейне или доехать до дачи (не обязательно своей), в выходной —ходить на пешеходную экскурсию по «сталинкам» на Депутатской или по старинным низам, а утром взять кофе с собой и пройтись пару остановок пешком, чтобы поискать интересные окошки — или, скажем, советские мозаики на фасадах.

В
в
о
д
н
ы
е

Конечно, можно сказать, что это не так круто, как Кёльнский собор или Красный форт Агры, но ведь и с меловыми храмами под Воронежем мало что можно сравнить, а хороший отпуск, положа руку на сердце, стоит не столько из природных и архитектурных чудес, сколько из маленьких простых радостей, на которые мы наконец выкраиваем время: неспешный завтрак на террасе, новый незнакомый маршрут для прогулки, хорошая книга.

В конце концов, свой город тоже может быть источником бесконечных открытий — или омутом памяти, из которого с каждой прогулкой извлекаешь теплые истории из детства, из сумасшедших студенческих лет — или даже из позапрошлых выходных, почему бы нет? Иногда для этого достаточно просто спланировать день чуть иначе, чем обычно.

ОТПУСК В ВОРОНЕЖЕ
СЛОВА
ТРИДЦАТЬ ПЯТЫЙ НОМЕР

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР
Софья Ярцева

ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР
Полина Синёва

ФОТОРЕДАКТОР
Александра Григ

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ
Мария Рыжова
Олеся Шпилёва
Елена Миннибаева
Полина Стрижаченко
Милита Герберсаген
Елизавета Травка

ФОТОГРАФ
Никита Богданов

ОБЛОЖКА
Фото: Александра Григ
Модели: Анастасия Шелкунова,
Алина Трифонова
Визаж: Виктория Бочарова
Прически: Екатерина Пузанкова,
Елизавета Кулько
Благодарим центр красоты и здоровья
Clair за помощь в подготовке съемки

МАКЕТ ЖУРНАЛА
Мануфактура

ДИЗАЙН И ВЕРСТКА
Антуан Колупаев
Андрей Шустов
Виталий Яхнев

КОРРЕКТУРА
Кристина Шабунина
Екатерина Косарева
Лариса Кольцова



Полный архив
номеров журнала
riavt.ru/pdf/slova/

Выходные данные:

Учредители: АУ ВО «РИА «Воронеж»
и Департамент связи и массовых
коммуникаций Воронежской области
Издатель: АУ ВО «РИА «Воронеж»
Главный редактор: С.С. Ярцева

Тираж 5 000 экземпляров. Бесплатно.
Номер подписан в печать – 27.07.2018
Дата выхода номера в свет – 6.08.2018
Заказ № 636, № 35.
Отпечатано в ООО «Квадро». 398005,
Россия, г. Липецк, ул. 9 Мая, 14а.

Издание зарегистрировано в Управлении
Федеральной службы по надзору в сфере
связи, информационных технологий и массовых
коммуникаций по Воронежской области.
Регистрационное удостоверение ПИ № ТУ
36-00479 от 25 марта 2015 года.
Перепечатка материалов журнала «Слова» невоз-
можна без письменного разрешения редакции.
При цитировании ссылка на журнал обязательна.
Редакция не несет ответственности за достовер-
ность информации, опубликованной в рекламных
объявлениях, а также информация о меропри-
ятиях, предоставленной их организаторами.

АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ
394030, г. Воронеж,
ул. Плехановская, 53
E-mail: slovamag@yandex.ru

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ
Марина Плохих
ra@riavt.ru
+7 (473) 235 52 62
+7 (951) 856 14 65

ОТДЕЛ РАСПРОСТРАНЕНИЯ
Светлана Васильева
+7 (473) 235-52-82

ГДЕ МОЖНО ВЗЯТЬ
НОМЕР НАШЕГО ЖУРНАЛА

СЛОВА РАСПРОСТРАНЯЮТСЯ БЕСПЛАТНО

ГРАНД-КАФЕ «АМПИР»
кинотеатр «Спартак», пл. Ленина, 13

КОФЕЙНЯ «ДУБЛЬ ДВА»
кинотеатр «Спартак», пл. Ленина, 13

РЕСТОРАН «КАФЕ ГАРМОШКА»
Карла Маркса, 94

PERFETTO CAFFE
пр. Революции, 39; Карла Маркса, 92 а;
Комиссаржевской, 7; Воронежский
Центральный парк; парк «Алые
паруса»

КАФЕ-КОНДИТЕРСКАЯ
BON AP ART
Фридриха Энгельса, 35

САЛОН КРАСОТЫ
SAVVA STUDIO
Кольцовская, 24 к

МАГАЗИН КОМИКСОВ
«ДЕЛИКАТЕСЫ»
Красноармейская, 21 а

TORRO GRILL & WINE BAR
Кирова, 6 а

PUB SHERLOCK
РЕСТОРАН «ШЕРЛОК»
Комиссаржевской, 15 а

МУЖСКАЯ ПАРИКМАХЕРСКАЯ
CHOP-CHOP
Комиссаржевской, 1

САЛОН MRS RIGHT
NATURAL BEAUTY
пр. Революции, 39

DARWIN BARBER &
BEAUTY SHOP
Платонова, 5

СТУДИЯ АВТОРСКОГО БУКЕТА
«МЯТА»
45-й Стрелковой Дивизии, 104

ИРЛАНДСКИЙ
ПАБ-РЕСТОРАН O'HARA
Хользунова, 121 г

САЛОН КРАСОТЫ DA VINCI
Комиссаржевской, 4

ГРК THE VODA
Дарвина, 1 э

«СТРАНА ЦВЕТОВ»
Кольцовская, 76

РЕСТОРАН PINTA HAUS
Кольцовская, 9

РЕСТОРАН ROUTE 66
проспект Революции, 34 а,
РК «Десперадо»

ХИНКАЛЬНАЯ НА МОИСЕЕВА
Моисеева, 3 а

САЛОН ЭЛИТНЫХ ОБОЕВ
Хользунова, 60 б

САЛОН «МЕБЕЛЬ ИТАЛИИ»
Ленинский пр., 78

JUST BAR & KITCHEN
Пушкинская, 1

БЦ «МЕГИОН»
пр. Труда, 65

БЦ «ОКТЯБРЬСКИЙ»
20-летия Октября, 90 а

БЦ «ФОРУМ»
Станкевича, 36

БЦ «ГАЛЕОН»
Красноармейская, 52 д

КОФЕЙНЯ «АМЕЛИ»
Станкевича, 1

КАМЕРНЫЙ ТЕАТР
Карла Маркса, 55 а

PTICHKA COFFEE
Комиссаржевской, 4

РЕСТОРАН DJA+GO
WINE & KITCHEN
Никитинская, 1

КАФЕ-БАР BARAK O'MAMA
пр. Революции, 35

БАР BARDUCK
Плехановская, 9

ЦВЕТОЧНАЯ МАСТЕРСКАЯ
VIADEIFIORI
пр. Революции, 26

РЕСТОРАН-ЧАЙХАНА «ГРАНАТ»
Кирова, 6 а

РЕСТОРАН ГРУЗИНСКОЙ КУХНИ
«КИНТО»
пр. Революции, 33 б, 7-й этаж

СЕМЕЙНАЯ КОНДИТЕРСКАЯ
MON BATON
Плехановская, 15

БАРБЕРШОП THE REBELHEADS
Никитинская, 2

КНИЖНЫЙ КЛУБ
«ПЕТРОВСКИЙ»
20-летия ВЛКСМ, 54 а

RED STEAK&WINE
Помяловского, 40

ЦВЕТОЧНЫЙ БАР «ТЕТЬ РУТ»
Комиссаржевской, 8

БАР «БЦХ»
Комиссаржевской, 10

КАФЕ MOJO
Никитинская, 2

ЭСТЕТИК-РУМ K8 (КЕЙТ)
Комиссаржевской, 8

BOTANICA BAKERY•BISTRO
Ленина, 6 б, Центральный парк («Динамо»)

PENKA COFFEE
Плехановская, 2;
Фридриха Энгельса, 9

ТЕСТО&МЯСО
Космонавтов, 2 и

РЕСТОРАН-САЛОН HARVEY&
MONICA
пр. Революции, 28 г

THE COVOK
Куколкина, 29

РЕСТОРАН «БАХОР»
пр. Патриотов, 28 а;
бульвар Победы, 28 б, ТРК «Арена»;
Ленинский пр., 174 п, ТРЦ «Максимир»;
Кольцовская, 35 а, ТРЦ «Галерея Чижова»

ЧАЙНАЯ ШКОЛА «ШУ И ШЕН»
Никитинская, 27 а

НИКИТИНСКИЙ ТЕАТР
Никитинская, 1



@SLOVAMAG

#SLOVAMAG



SLOVAMAG

ОТПУСК В ВОРОНЕЖЕ ПОРЯДОК СЛОВ

6

ОБЗОР

КУЛЬТУРА: ЧТО БЫЛО В ИЮЛЕ

Культурные события в городе, которые вы могли пропустить

8

АФИША

10

СПИСОК

СВОБОДНОЕ ЧТЕНИЕ

Летние книги от куратора проекта «Круги чтения» Лизы Подымской

12

МНЕНИЕ

«НАМ НЕ НУЖЕН НОВЫЙ ЧЕХОВ»

Участники лаборатории #СИТО — о современной драматургии и меняющемся зрителе

16

ЛЮДИ

«ХОРОШО ТАМ, ГДЕ МЫ»

Воронежские семьи — о своих любимых местах в городе

22

ЭКСКУРСИЯ

«МУРАШИТ И ПРОТРЯХИВАЕТ»

Блогеры из других городов поделились впечатлениями о Воронеже



26

ФОТОПРОЕКТ

У НАС ВО ДВОРЕ



План на отпуск:
вдохновляться деревенскими пейзажами

36

МЕСТА

НА РАЙОНЕ

Воронежцы рассказали, почему считают свою часть города самой лучшей



42

МЕСТА

ПРО ГЕРОЕВ И ЛЮДЕЙ

Где в Воронеже сохранились мозаики советских времен



ОПЫТ

52

И Я ПОБЕЖАЛ

58 НА ВЕЛОСИПЕДЕ НА РАБОТУ

62 ПРОГУЛКА НА ЛОНГБОРДЕ

65

ЭКСПЕРИМЕНТ

КАК ТУРИСТ

Обозреватель «Слов» протестировала несколько путеводителей по Воронежу



70

МАРШРУТ МЕСЯЦА

СЕЛО КОНЬ-КОЛОДЕЗЬ



Как найти в Воронежской области красивые и интересные места для поездки в выходные

76

РЕЦЕПТ НОМЕРА

DEAD RABBIT COFFEE



80

СТО ПРИЧИН ЛЮБИТЬ ВОРОНЕЖ

ПРИЧИНА № 34

КУЛЬТУРА: ИТОГИ

О
6
3
0
р

В течение месяца «Слова» внимательно следили за культурными событиями, происходившими в городе, чтобы рассказать вам о тех, которые вы могли пропустить.



Фестиваль «УСАДЬБА JAZZ»

Музыкальный фестиваль выходного дня прошел в усадьбе Ольденбургских 7 июля. Он включал в себя не только музыкальную программу, но и маркет, фуд-корт, разные развлекательные площадки, трансляцию рокового матча Россия — Хорватия и теплый летний ливень. И, кажется, в этот раз события не музыкальные все-таки больше определили его настроение и атмосферу. Можно было послушать стихи на литературной площадке книжного клуба «Петровский», понаблюдать за перформансом выпускников мастерской Маликова и за тем, как специалисты музыкальной индустрии беседуют на тему «Как джазу выжить в эпоху рэпа?». Но по-большому счету это эмоциональное разнообразие сделало фест только лучше. В конце концов, цель любого фестиваля — объединить в одном месте большое количество самых разных людей, и «Усадьба Jazz» это вполне удалось.

Театральная лаборатория #СИТО

Творческая лаборатория, посвященная современной драматургии, прошла в Театре драмы имени Кольцова в начале июля. Длилась она всего два дня и скорее напоминала театральный марафон — за это время ее участники успели показать пять эскизов спектаклей по пьесам — лауреатам различных премий, написанным молодыми драматургами. Все ребята — магистранты одного из самых прогрессивных московских театров — Центра имени Мейерхольда. Эскизы спектаклей в Воронеже они ставили всего за неделю вместе в актерами Театра драмы имени Кольцова. Очень точное определение того, почему подобный опыт полезен для города, дал художественный руководитель театра: Владимир Петров считает, что лаборатория позволяет расширить зрительский диапазон и открыть дорогу новым авторам. Подробнее узнать от участников о том, что сейчас происходит с современной драматургией, можно на двенадцатой странице журнала.



Фестиваль-лаборатория «ПАСТОРАЛЬ В МЕЛОВЫХ ГОРАХ»

Фестиваль, посвященный природе, женщинам и мифотворчеству, состоялся в Дивногорье в начале июля. Там прошли серия выставок, поэтические чтения и костюмированные перформансы — новый вариант объединения истории, современных искусств и природы. Например, был перформанс «Пучина» от творческого объединения «Тренога». В нем обратились к истории Дивногорья, которое давным-давно было морем, и попробовали на телесном уровне перевоплотиться в древних обитателей морских глубин. А еще объединение «Двунеодна» организовали полевую выставку под названием «Ты станешь мелом», на которой зрители отвечали на вопросы о формах и смыслах при помощи белого и черного мела.



Выставка «МАРШРУТЫ ЛЕТА»

Выставка фотографий Никиты Богданова из наших «Маршрутов месяца» открылась в «Арене» в середине июля. Рубрика существует уже целый год и, нам кажется, проживет еще несколько лет как минимум — столько в окрестностях Воронежа оказалось красивых мест. Тут и меловые горы, которые выглядят как миниатюра Эльбруса, и подвесной мост из сказки недалеко от села Девица, и колоритные стада барашков, которые обитают в окрестностях Павловска. Выставка будет работать до конца августа, поэтому при возможности приходите посмотреть и выберите маршрут для себя.



Выставка «ПОЛЕТ ТВОЕЙ МЕЧТЫ»

В Доме журналистов прошла фотовыставка «Полет твоей мечты», которая собрала аэроснимки из разных городов России. Лучшие работы отбирали в Воронеже на открытом конкурсе с марта по май, в экспозицию попало 30 фотографий 15 авторов. В номинациях «Взгляни с небес на землю», «Посмотри ввысь» и «Полет мечты. Свободная тема» жюри выделило трех победителей: фотографов из Воронежа, Москвы и Владимира.

Выставка «ЖЕМЧУГ НЕПРАВИЛЬНОЙ ФОРМЫ»

Воронежский художник и музыкант группы «Цей» Олег Даутов представил в галерее Х.Л.А.М. модернистскую выставку «Жемчуг неправильной формы»: графику в сочетании с поэзией. Работы создавались с 2010 года и исследуют, «насколько табуированными для современного художника являются понятия чувственности и сентиментальности». Олега Даутова в воронежской арт-среде многие знают как музыканта, тем интереснее посмотреть, как в попытках найти нужную форму и выразить собственную идентичность (проект получился довольно личностный) автор оперирует разными языками — визуальным, поэтическим, пластическим — и делает это очень цельно.

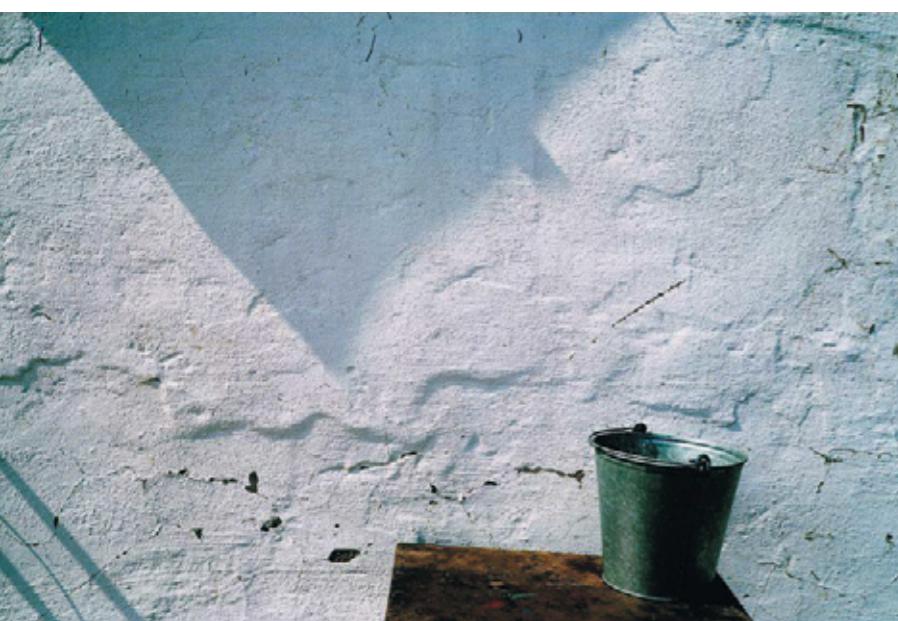


Социальный фотопроект «ИСКУССТВО БЫТЬ ЖИВЫМИ»

Наталья Оболенская и Наталья Зеленина в своих социальных проектах уже привлекали внимание к проблеме бездомных животных, показывая счастливую жизнь бывших дворовых собак и кошек. Новый фотопроект «Искусство быть живыми» акцентирует внимание к животным, у которых нет хозяев, и призывает к гуманности. В съемках участвовали собаки из ветцентра «Друзья», благотворительного фонда «Право на жизнь» и питомцы волонтеров. Компанию им составили актеры воронежских частных театров. Все фотографии, представленные в выставочном зале Союза художников на Кирова, сопровождались описанием животного и контактами его куратора на случай, если кто-то захочет приютить четвероногого. Две собаки нашли дом уже в процессе съемок, еще одна — во время выставки.

ДЕЖУРНЫЙ ПО АВГУСТУ: СОБЫТИЯ В ГОРОДЕ, КОТОРЫЕ ВЫБИРАЕТ РЕДАКЦИЯ «СЛОВ»

Афиша



Выставка «ВЕСНА. ЛЕТО. ОСЕНЬ»

Экспозиция Александра Слюсарева «Весна. Лето. Осень» — это обменный проект музея современного искусства PERMM с ВЦСИ. В апреле в PERMM открылась выставка воронежского художника Ивана Горшкова «Утопия драконов. Драконы покинули свое жилище, лишь ветер гуляет в пустых стенах». А этой экспозицией музей продолжит программу представления регионального современного искусства. Характерное для него увлечение пейзажем здесь проявляется особым образом: в представленных на выставке фотографиях сезонных циклов — «Весна», «Лето», «Осень» — видна «насмотренная» визуальная культура Александра Слюсарева. Неброские городские зарисовки, которые чей-то взгляд оценит в категориях «я тоже так могу», оказываются интертекстом с цитатами из истории мирового искусства и кинематографа.

ДО 20 АВГУСТА

ВЦСИ

6+

Выставка «ВАРВАРА БУБНОВА. ПАЛИТРА ЖИЗНИ»



Выставка работ художника русского зарубежья, литографа и живописца Варвары Бубновой. В экспозиции будет представлено двадцать произведений автора, созданных в период с 1948 по 1968 год. Работы были переданы для экспозиции из частной коллекции благодаря сотрудничеству музея с Домом русского зарубежья имени Александра Солженицына.

ДО 9 СЕНТЯБРЯ

Музей имени Крамского

0+

Квест-роман С DJA+GO



Каждый четверг августа на летней веранде DJA+GO. Wine&Kitchen посетители смогут поиграть в шары, фанты, настольные игры и собрать из пазлов картину из коллекции музея имени Крамского. Каждый вечер будет тематическим, но с общей идеей — «создать вечное литературное лето».

ДО 30 АВГУСТА

Летняя веранда DJA+GO. Wine&Kitchen

18+



Выставка

«ПЯТНОМ И ЛИНИЕЙ. ГРАФИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ И ПРИЕМЫ»

Итоговая выставка серии одноименных мастер-классов, которые музей имени Крамского проводил на протяжении года. Они были рассчитаны на разные группы: семейную аудиторию, художников-профессионалов и любителей. Участники познакомились с техникой коллажа, линогравюры, высокой печатью на пластике и песке и воплотили все изученное в своих работах.

ДО 12 АВГУСТА

Дом губернатора

0+



Концерт «СПЛИН»

Зеленый театр постепенно меняет летнюю программу с выступлений академических хоров на концерты популярных рок-групп. «Сплин» выступит с программой, в которую войдут песни, ставшие хитами, но давно не звучавшие на концертах группы, — «Выхода нет», «Романс», «Прочь из моей головы», «Орбит без сахара».

12 АВГУСТА

Зеленый театр

16+

ТЕКСТ МАРИЯ РЫЖОВА

ВКЛАД 6,75% НОВЫЙ ВКЛАД В НАШЕМ ГОРОДЕ

Минимальная сумма вклада
от 1000 руб.

г. Воронеж, ул. Кирова, д. 10

 МОСКОВСКИЙ
КРЕДИТНЫЙ БАНК

mkb.ru
8 800 200 04 60

Ставка 6,75% годовых действует при размещении от 1000 руб. во вклад «Все включено», тарифный план «Максимальный доход» на срок 370 дней и при наличии пакета услуг с ежегодной абонентской платой или при открытии вклада в системе дистанционного банковского обслуживания в сети Интернет «МКБ Онлайн», «МКБ Мобайл», терминалах Банка. Без возможности внесения доп. взносов во вклад и совершения расходных операций по вкладу. Выплата процентов в конце срока вклада. Досрочное расторжение по ставке «До востребования» 0,1% годовых. Не является публичной офертой. Предложение действительно на 05.08.2018 г. ПАО «МОСКОВСКИЙ КРЕДИТНЫЙ БАНК». Ген. лиц. Банка России №1978 от 06.05.2016 г. РЕКЛАМА.



СВОБОДНОЕ ЧТЕНИЕ

ПОКА НЕ ЗАКОНЧИЛОСЬ ЛЕТО, МОЖНО ПОЗВОЛИТЬ СЕБЕ РАССЛАБЛЕННО ПОЧИТАТЬ ЧТО-ТО НА ДИВАНЕ ИЛИ В ГАМАКЕ НА ДАЧЕ. КУРАТОР ПРОЕКТА «КРУГИ ЧТЕНИЯ»

ЛИЗА ПОДЫМСКАЯ
СОСТАВИЛА СПЕЦИАЛЬНО
ДЛЯ «СЛОВ» СПИСОК
ЛЕТНИХ КНИГ.

список

Олеся Куприн
«ВКУСНЫЕ ИСТОРИИ»



1

Если вы удивлены, увидев в этом списке кулинарную книгу, знайте: вы удивитесь еще сильнее, когда ее откроете. Девушка с донельзя литературным именем собрала не просто рецепты, а множество семейных историй, с ними связанных. Записала эти вкусные истории и дополнила уютными фотографиями с парой своих британских котов. Нежные воспоминания, рецепт восхитительного абрикосового пирога и котики. Сложно устоять.

2



«КТО БЫ МОГ ПОДУМАТЬ!»

В последнее время научно-популярные книги все чаще обогащают художественную литературу по количеству крутых новинок, а Ася Казанцева — одна из тех, с кого этот тренд на научнопоп начался. Если вы давно хотели прочитать что-то околонаучное, но боитесь скуки и перегруза терминами, это идеальный компромисс. Смело берите книгу об основных ловушках, в которые попадает наш мозг.

Ася Казанцева

3



«ДЕТИ МОИ»

Гузель Яхина — удивительный автор. Ей удается деликатно и интеллигентно рассказывать очень непростые истории таким образом, что многослойность рассказа ошеломляет, не оставляя тяжелого послевкусия, что для большой русской прозы вообще огромная редкость. Если «Зулейха» (ее, кстати, скоро экранизируют) пугает вас серьезностью темы или вы ее уже прочитали и получили удовольствие, возьмите новый роман Яхиной с налетом сказочности и не пожалеете.

Гузель Яхина

4

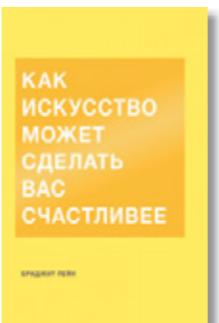


«НЕ САМОЕ ГЛАВНОЕ»

Фильмами этого итальянца восхищаются давно, но о его книгах почему-то говорят намного реже. Для сборника «Не самое главное» Соррентино создал 23 минималистичные, но детально продуманные биографии к фотографиям реальных людей. Эти портреты вышли парадоксальными и «киношными», но по-своему правдоподобными, немного в духе героев Вуди Аллена. Книга очень освежает, но будьте осторожны — любовь великого режиссера к жизни заразна.

Паоло Соррентино

5

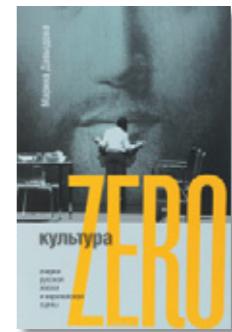


«КАК ИСКУССТВО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ ВАС СЧАСТЛИВЕЕ»

Бывает неловко не интересоваться искусством, особенно когда культурная жизнь города закипает. Но, если вы равнодуши к богемной шумихе и считаете, что это не для вас, вам может помочь Марина Давыдова дополнить этот привлекательный образ жизни как нельзя лучше. Говоря о философии и эстетике современного театра, она фиксирует сегодняшнюю реальность и показывает, как искусство отражает нашу жизнь. Затягивает с первой страницы.

Бриджит Пейн

6

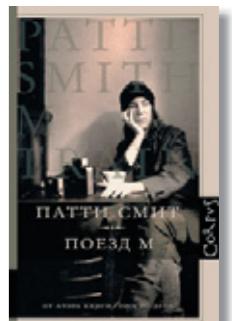


«КУЛЬТУРА ZERO»

Воронежское фестивальное лето просто создано для того, чтобы наслаждаться музыкой и театром, изучать новые пространства и чувствовать себя богемой. Книга Марины Давыдовой дополняет этот привлекательный образ жизни как нельзя лучше. Говоря о философии и эстетике современного театра, она фиксирует сегодняшнюю реальность и показывает, как искусство отражает нашу жизнь. Затягивает с первой страницы.

Марина Давыдова

7

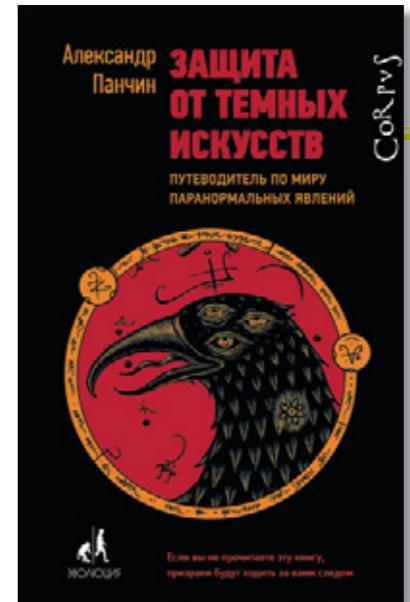


«ПОЕЗД М»

Ее называют крестной панк-рока, она дружила с Робертом Мэпплторпом, Джимми Хендриксом и Алленом Гинзбергом, жила в легендарном отеле Челси и, кажется, уже сама стала воплощением искусства. Воспоминания Патти Смит о близких людях и очерки о путешествиях и культуре в прозе читаются так же, как ее поэзия: замысловато, медитативно, тягуче и очень красиво. Идеально для фестивального лета.

Патти Смит

9

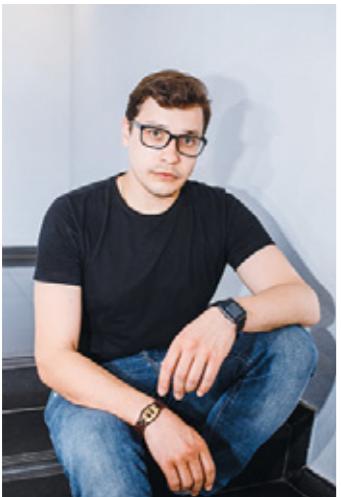


**Александр Панчин
«ЗАЩИТА ОТ ТЕМНЫХ ИСКУССТВ»**

Читать Панчина увлекательно в любое время года, но раз уж новая книга вышла совсем недавно, она автоматически входит в летний список must read. Лауреат премии «Просветитель» несколько отрезвляет читателя,rationally объясняя суеверия и мистические явления с точки зрения науки, да еще и приправляет логические цепочки отличным чувством юмора. В итоге сплошные плюсы: и осознанности прибавилось, и настроение не испортилось.

«НАМ НЕ НУЖЕН НОВЫЙ ЧЕХОВ»

Молодые режиссеры – участники лаборатории #СИТО рассказали «Словам» о современной драматургии в российском театре, о меняющихся зрителях и поисках новых смыслов.



Тимур Шарафутдинов, поставил «Первый хлеб» Рината Ташимова

— Я уверен, что, когда Чехов писал «Дядю Ваню», он вряд ли думал: «Ну это уж точно на все времена». Нет, он писал про современную ему действительность, стремился отразить ее. Так и нынешние драматурги пишут про сегодня. И в театр приходят люди не из того, прошлого времени, а наши современники. Поэтому современная драматургия — это попытка услышать друг друга. Очень важно, чтобы современная драматургия не оставалась сиюминутной читкой или эскизом, а входила в репертуар театров. Здесь есть момент опаски, недоверия, который нужно преодолевать. Драматург пишет то, что должно быть поставлено, и зритель должен быть готов к тому, чтобы это увидеть.

Воронежский драмтеатр имени Кольцова этим летом уже в третий раз стал площадкой для семинара-лаборатории #СИТО (современное исследование театральных объектов). Пять молодых режиссеров, магистрантов Школы-студии МХАТ и Творческого центра имени Всеволода Мейерхольда (мастерская заслуженного деятеля искусств России Виктора Рыжакова), приехали в Воронеж, чтобы меньше чем за неделю поставить эскизные спектакли с местной труппой. Для постановщиков это практика, возможность заявить о себе, продемонстрировать новые режиссерские подходы. Для труппы — встреча, работа с не-привычными текстами и новыми режиссерами. Для публики — знакомство с новыми пьесами, которые отсутствуют на воронежской сцене. В 2016 году #СИТО было посвящено новым текстам Ивана Вырыпаева, в 2017-м — киносценариям, по которым так и не были сняты фильмы. На этот раз в программу лаборатории попали новейшие пьесы современных российских авторов, удостоенные литературных и драматургических премий.



Иван Комаров, поставил «Ловушку для птиц» Константина Стешика

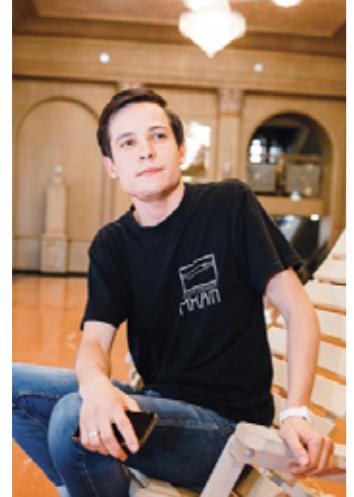
— Брехт сто лет назад наплевал на все. Он сказал: нет, вы все делаете не так, я вам сейчас покажу, как надо. И у него получилось. Так и современная драматургия должна скинуть всех старых авторов и победить. А доверие зрителей к театру — это процесс, а не цель. Люди должны идти в театр не за развлечением, а за мыслительным процессом. Если тебе что-то не нравится, это не значит, что режиссер дурак, артист дурак, а драматург не умеет писать как Чехов. Да любой современный драматург может писать как Чехов, стилизовать что угодно, просто им это неинтересно, потому что наше время — не про это. А мы почему-то все хотим услышать «нового Чехова». Не нужен он, новый Чехов! Нужен новый Стешик, новый Данилов, новый Ташимов. И они есть. Театр — это дело молодых.

НИКИТА БЕТЕХТИН, ПОСТАВИЛ «ОЗЕРО» МИХАИЛА ДУРНЕНКОВА

— Современный драматург — это мой современник. Он дышит со мной одним воздухом и живет одними событиями. Современная драматургия — это отражение сегодняшнего дня, к такому материалу нужен совершенно другой подход. В классику нужно погрузиться, найти точки соприкосновения с эпохой, с автором. А в современной драматургии ничего искать не нужно, там все это есть изначально. Это моя эпоха и мои мысли, просто драматург их выражает, возможно, лучше, чем это мог бы сделать я сам. Из-за этой актуальности современная драматургия гораздо более интересна. Кто мы такие, чтобы решать, к чему готов зритель, а к чему не готов? Каждый уважающий себя театр должен иметь репертуар, состоящий в основном из современной драматургии. И абсолютно неверный подход, когда репертуар переполнен классикой. Театр должен идти в ногу со временем. Кто еще скажет за нас, за нашу эпоху? Только современная драматургия. Классики молчат. Классика мертва. Мы пытаемся в очередной раз «Гамлета» сделать актуальным, удивить кого-то своей интерпретацией. Зачем, если есть современная драматургия, которая не нуждается в интерпретации? Ее нужно брать и ставить такой, какая она есть. Пьеса, которую ставлю я, — это такая современная «Чайка». Есть колдовское озеро и 16 героев, у каждого из которых свой червяк, свои проблемы. Это отражение современного человека. Иногда полезно посмотреть на свое отражение в озере и ужаснуться. Глупо рассуждать о светлом и добром в человеке, забывая о том, что он прежде всего — обычный человек.

STAY REBEL*

Барберы The Rebelheads —
о мужских стрижках, любви к профессии и барберской культуре



Павел Данилов,
поставил «Человек из Подольска»
Дмитрия Данилова

— Я не знаю точно, о чем говорит автор, я руководствуюсь своими догадками и ощущениями. Но мне очень нравится, как драматург меняет угол зрения на нашу привычную действительность, доводя ее до абсурда. Все вокруг, кажется, смирились, что живут скорее плохо, чем хорошо, это такой уже шаблон. А автор задает вопрос: что ты сделал, чтобы было по-другому? В тексте есть работа с нашим мировосприятием. И такой работы нет в произведениях классиков, потому что люди тогда были другими. Для меня важен процесс работы, и лаборатория тем и интересна, что мы приезжаем в новое для себя пространство, знакомимся с новыми актерами, интенсивно все вместе работаем с новым текстом. Мы создаем что-то здесь и сейчас, в созворчестве. Мы все вместе пытаемся понять автора, прочувствовать то, какой отзвук возникает в нас, какие рождаются эмоции. Я не связывался с автором и не просил его объяснить доподлинно, что он имел в виду. Гораздо более интересен именно процесс открытия в себе каких-то вещей. Театр — это то место, где, на мой взгляд, этот процесс и должен происходить. И здорово, когда зритель становится соучастником этого процесса.

ТЕКСТ ОЛЕСЯ ШПИЛЕВА
ФОТО НИКИТА БОГДАНОВ

**ЕЛЕНА НЕНАШЕВА,
ПОСТАВИЛА «ГАНДИ МОЛЧАЛ ПО СУББОТАМ»
АНАСТАСИИ БУКРЕЕВОЙ**

— На прошлой лаборатории я делала сценарий Балабанова, он был мрачным, тяжелым, с огромным количеством открытых метафор, отсылок к религии. В этот раз я решила поставить очень хорошую современную драму, немного грустную, но светлую историю, которую написала питерский драматург Настя Букреева. Это история взросления молодого человека на фоне развода его родителей, распада семьи. В этой истории есть важная тема хрупкости счастья.

Сегодня, к счастью, постепенно набирает силу тенденция развития современной драматургии, внедрения ее в театральный репертуар. Но до сих пор это очень маленький процент, и чем дальше от Москвы и Петербурга, тем этот процесс ощущается все меньше и меньше. Это в корне неправильно. При всей моей любви к Чехову и Шекспиру, невозможно ставить только их.

Кроме того, у людей часто неправильное представление о современной драматургии. На самом деле в ней огромное количество разных течений. Есть, конечно, и то, что принято называть «чернухой» — странные, мрачные тексты, с которыми тем не менее очень интересно работать, а есть замечательные светлые пьесы, есть тексты для подростков, пьесы, которые ломают законы слова. Нужно пытаться найти новый театральный язык, когда работаешь с таким материалом. И именно поэтому в любом современном театре должна присутствовать современная драматургия — чтобы не давать ему закостенеть, законсервироваться.

Сама по себе система Станиславского не устарела. Но бывают актеры, которые много лет играют одну и ту же роль с разными вариациями, выносят на сцену свои собственные штампы. С этой точки зрения работа с современной драмой должна помогать и артисту, и режиссеру искать новые средства выразительности, способы существования на сцене. Только так театр будет развиваться. ➤

*Оставайся бунтарем



Иван Ротько,
барбер The Rebelheads, стаж 1,5 года

Как ты стал барбером?

— Я пришел сюда спонтанно, до этого работал вообще в другой сфере — бариста в кофейне. Мы как-то раз пересеклись с Антоном Володиным (совладельцем The Rebelheads), оказались в одной тусовке рядом за барной стойкой. Им тогда как раз нужен был администратор-бариста, ну и мне предложили попробовать. До этого я работал бариста прямо напротив и постоянно видел, как здесь люди тусуются и трудовые будни очень здорово и весело проводят. Поэтому я сразу согласился. Проработал год администратором, а потом подумал, что если есть возможность, то почему бы не попробовать стать барбером.

Как учился новому ремеслу?

— Можно сказать, что я самоучка: просто приводил друзей, сажал, стриг их (наказывал их так, наверное, очень мрачно первое время). Но потихоньку-помаленьку учился, парни мне что-то подсказывали и направляли. А после уже начал работать на постоянке в штате.

Есть ли принципиальные различия между барбершопами города?

— В каждом барбершопе своя целевая аудитория: где-то атмосфера более официальная, где-то менее — все это градуируется. У нас она самая

свободная, но это не значит, что здесь какой-то ад происходит. Все в рамках сервиса, но атмосфера очень расслабленная.

Не кажется ли тебе, что стрижки сейчас примерно одинаковые, и все с ними, соответственно, выглядят одинаково?

— Одна и та же стрижка на разных головах, на разных волосах выглядит по-разному, поэтому не думаю, что есть подобная тенденция. Существуют определенные элементы, а из них составляются разные комбинации, и в зависимости от типа лица выходят разные стрижки.

То, что The Rebelheads работает еще и как бар, не мешает барбершопу?

— Да даже наоборот. Здесь и утром, и вечером тусуется много народу — пьют кофе, беседуют non-stop.

Какой момент в работе самый приятный?

— Я неожиданно для себя начал этим заниматься, а раньше вообще никогда не задумывался о том, что стрижка может кардинально изменить облик. Приятно наблюдать, как меняется человек — после стрижки результат виден сразу, это бросается в глаза.



«ХОРОШО ТАМ, ГДЕ МЫ»

ОТПУСК В ВОРОНЕЖЕ ЛЮДИ

ЧЕТЫРЕ ВОРОНЕЖСКИЕ СЕМЬИ
РАССКАЗАЛИ «СЛОВАМ»
ПРО ЛЮБИМЫЕ ГОРОДСКИЕ МЕСТА,
ГДЕ ХОРОШО ПРОВОДИТЬ ВРЕМЯ ВМЕСТЕ

Екатерина (27 лет, маркетолог),
Сергей (27 лет, управляющий магазина электротоваров)
и София (2 года)

— Главный принцип нашей семьи: нам хорошо в любом месте, если мы вместе. Не важно, будет это ресторан, парк, торговый центр или просто городская улица, — мы радуемся каждому моменту и стараемся чаще развлекаться втроем.

Летом нам очень нравится проводить время на свежем воздухе. Прямо за нашим микрорайоном находится Треугольная роща — для прогулок с совсем маленькими детьми это отличное место. Но чего-то большего, чем детская площадка и лесная тропинка, там нет. Для более веселых развлечений приходится «выезжать в город». Стараемся каждые выходные бывать в парках — на «Динамо» или у «Арены», они ближе всего к дому.

Мы любим наблюдать за животными. Каждый год ездим в биосферный заповедник и радуемся изменениям, которые видим. Прошлым летом дочка была еще маленькая и не очень оценила зверей, в этом году ей уже должно быть интереснее. Червленьный Яр и Воронежский зоопарк — тоже прекрасные места для семейного досуга, но мы часто ездим и в зоопарки соседних областей — Липецкой и Белгородской.

Если мы хотим где-то перекусить, всегда можно найти подходящее для всей семьи заведение. Хорошо, что маленький ребенок в ресторане уже не вызывает недовольства окружающих. Сейчас владельцы кафе понимают, что семьи с детьми не любят сидеть на месте, и стараются создать условия для комфортного отдыха и взрослых, и малышей. Это очень радует.

Пока мы стараемся пропускать массовые скопления людей, но, когда София подрастет, мы планируем ходить с ней на театральные и кинофестивали для детей.



Мартин (24 года, менеджер)
и **Анастасия** (21 год, бариста)

— Мы любим и активный образ жизни, и ленивые посиделки с друзьями. Рядом с нашим домом есть прекрасное место — коса, где мы часто собираемся компанией, жарим шашлыки, загораем. Здесь всегда мало людей — на машине не проедешь, а идти пешком через пески многим лень. С косы открывается красивый вид на оба берега водохранилища, а вечером можно наблюдать, как загораются огни на Северном мосту.

Много времени мы проводим, катаясь на велосипедах. Недавно обнаружили новую классную дистанцию: от нашего дома за 15 минут можно добраться до пляжа «Боровое». Мы проезжаем немного дальше, вверх по ручью. Там уютно, чистая вода и никого нет, можно понырять. В этом месте полностью соединяешься с природой. Еще одна отличная локация — санаторий имени Горького. По железнодорожному мосту мы туда доезжаем за семь минут, иногда ходим пешком. Чуть дальше санатория, в лесу, есть родник: вокруг красиво, хорошая вода, ручные белки бегают.

Мы любим пешие прогулки, довольно часто ходим по мостам и на большие расстояния. Можем встретиться после работы и не спеша идти вместе домой. Зимой гуляем по замерзшему водохранилищу, катаемся на тюбингах в парке «Динамо», на лыжах в «Олимпике», на коньках. А еще, когда холодно, ходим на батуты. Однажды пришли туда большой компанией и играли в волейболы, прямо как в школе. Хотя все уже взрослые, нам было весело.

В кафе и рестораны мы сейчас ходим редко, а в кинотеатрах не бываем совсем — нам приятнее и удобнее смотреть фильмы дома. Зато любим ходить на концерты инди-рок-исполнителей. В Воронеж приезжают не очень популярные, но классные группы, на них иногда даже бесплатно можно попасть.

Мария (34 года, руководитель сети пельмень-баров)
и **Александра** (14 лет)

— Отдых должен быть душевным, близким, про тебя. К сожалению, нам редко удается проводить время вместе, потому что я много работаю, а дочь Саша занята танцами и учебой. Если выпадает возможность, любим гулять, и не важно, какое это время дня. Однажды практически ночью бродили по Северному району: дошли до «Арены», лежали на траве, пили кофе и смотрели на звезды. В этом году была очень затяжная зима, поэтому, когда пришло долгожданное тепло, мы сразу начали гулять по центру. Как-то раз шли от Адмиралтейской площади до Покровской церкви по улице со старенькими домами и придумывали истории — как они появились, кто в них может жить.

Большую часть времени мы проводим на работе или дома, поэтому хочется улицы, дышать свежим воздухом. Сейчас я работаю на Комиссаржевской и считаю, что это отличное место, особенно вечером: фонари, открытые двери баров. Мне кажется, Воронежу нужно больше уличных заведений со столиками и лавочками, куда тебе могут вынести кофе.

Иногда мы ходим в аквапарк, Саше это очень нравится. Выбираем время, когда не много людей, и тогда там отлично. Саша катается с горок, а я просто плаваю. Хотелось бы, чтобы в городе появился хороший интересный аквапарк, сейчас выбора нет. Однажды решили прокатиться на сапборде, раньше мы ничего подобного не делали. Под руководством тренера проплыли от Спортивной набережной до Адмиралтейской площади и обратно, практически дотронулись до «Гото Предестинации». Когда возвращались, уже начался закат, было очень здорово.

Даже не все коренные воронежцы знают, сколько у нас крутых мест. В этом плане интересны пешие экскурсии по городу. Я ходила на них одна и теперь хочу привлечь Сашу. Мне кажется, для нее такой опыт тоже должен быть очень интересным и познавательным. Надо прививать детям эту культуру с малых лет, пока решения о досуге принимают родители. Это хорошая история про отдых семьи.





Сергей (36 лет, преподаватель вуза),
Мария (34 года, сотрудник страховой компании),
Степан (12 лет),
Петр (10 лет),
Варвара (4 года),
Анисия (2 года)

— Вне зависимости от сезона и погоды мы очень любим проводить время на «Динамо» и в «Алых парусах». А еще в левобережном парке Авиастроителей, где расположен зоопарк, и вольеры с животными стоят прямо на улице. Иногда в наш традиционный список включаем «Олимпик» и Парк «Живых и мертвых» около цирка.

Зимой обычно выбираемся на Чернышеву гору — очень живописное, уютное и красивое место. Так как горные лыжи мы еще не освоили, катаемся на тюбингах, а после едим шашлыки и пьем горячий чай из термосов.

ТЕКСТ МАРИЯ РЫЖОВА, ПОЛИНА СТРИЖАЧЕНКО
ФОТО НИКИТА БОГДАНОВ

0
6
3
0
р

Развивающие

ЗАНЯТИЯ

СКАЗОЧНЫЙ САД.ДЕТИ



Наряду с традиционными методами воспитания и обучения здесь широко используются дополнительные развивающие направления, соответствующие возрасту ребенка. Детей приобщают к здоровому образу жизни, помогают осваивать опыт безопасного поведения в мире, развивают навык социализации при помощи игровой деятельности. Все направления курируют специалисты в соответствующих областях, которые находят к каждому ребенку индивидуальный подход.



Билингвальное ОБУЧЕНИЕ

Исследователи установили, что двуязычное обучение дошкольников способствует развитию гибкости и активности мышления: переключаясь с одного языка на другой, билингвы способны не только лучше фокусироваться на чем-то одном, но и выполнять несколько задач одновременно. В «Сказочном саду» детей с полутора лет обучают на двух языках: полдня ребята говорят, играют и учатся на английском, полдня — на русском. В обоих случаях воспитатели и педагоги — носители соответствующего языка, поэтому обучение получается максимально эффективным и способствует комплексному развитию ребенка.

г. Воронеж,
ул. Плехановская, 44 и 54
Тел.: (473) 2 770 145
2 355 215

Дошкольное отделение
АНО ЦДО «Зеленая
улица»



Тематические субботы
«ШЫКОЛАТ»



Творческое пространство и прекрасная возможность творить совместно с ребенком: в клубе можно стать художником или дизайнером, найти новых друзей и с пользой провести выходной. Кроме того, клуб находится в народном музее Сергея Есенина, а значит, на занятиях вы сможете погрузиться в мир великого русского поэта эпохи Серебряного века.

ЯСЛИ



Прием в ясельную группу начинается с 1,5 лет. Для самых маленьких также составляется специальная программа занятий, но с учетом особенностей возраста, поэтому баланс между обучением и отдыхом получается оптимальным. В течение недели педагоги «Сказочного сада» уделяют время речевому, физическому, познавательному и художественному развитию. Летом детей в группе меньше, поэтому адаптация маленького ребенка к новому месту проходит легче.

«МУРАШИТ И ПРОТРЯХИВАЕТ»

Мы привыкли к местам, где живем, где вроде бы все уже видели, и знакомые достопримечательности не кажутся чем-то выдающимся. Тем интереснее посмотреть на это глазами человека, который побывал здесь впервые.

БЛОГЕРЫ И РУКОВОДИТЕЛИ ТУРИСТСКИХ КОМПАНИЙ ИЗ РАЗНЫХ ГОРОДОВ РОССИИ СТАЛИ УЧАСТНИКАМИ ИНФОРМАЦИОННОГО ТУРА ПО ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ, КОТОРЫЙ ОРГАНИЗОВАЛ ОТДЕЛ ТУРИЗМА РЕГИОНАЛЬНОГО ДЕПАРТАМЕНТА ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА И ТОРГОВЛИ. ВПЕЧАТЛЕНИЯМИ ОТ ВОРОНЕЖСКИХ ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТЕЙ ГОСТИ ПОДЕЛИЛИСЬ СО СВОИМИ ПОДПИСЧИКАМИ В СОЦСЕТЯХ. «СЛОВА» ВЫБРАЛИ САМЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ ФРАГМЕНТЫ ИЗ ИХ ПОСТОВ.

Елена Абрамова,
управляющий партнер туркомпании из Рязани

О ВОРОНЕЖЕ

e.abramova1980

Абсолютно логично, путешествуя на юг, останавливаться в Воронеже! Что я знала об этом городе? Да и что я там, собственно, видела, кроме Котенка с улицы Лизюкова? А в памяти пару умиляющих фраз из мультика детства. Ребят, мимо очень много проходим из-за навязанных модных тенденций. Сегодня в моде Нормандия! А Воронеж? А Плес? А Рязань?

В Воронеже мы провели незабываемые дни. После посещения усадьбы Веневитиновых мы отправились во дворец Ольденбургских. Оттуда — в Дивногорье, Костомарово, Белогорье. С какими мыслями и ощущениями мы вернулись домой? Что нужно развивать туристическое направление по России, например из Рязани в Воронеж.

Каждый день путешествия по Воронежской области дарил мне по одной детали пазла, из которых сложилась картинка на долгую память. Каждый день был насыщенным и ярким, а главное — уникальным. Я в очередной раз восхищена Воронежем. Он имеет свое лицо и свой характер.

Церкви, фонтаны, памятники, заповедники, реки, мосты, музеи, монастыри, площади, улицы. Я бы все это объединила в один свой личный путеводитель по Воронежу и области! И поставила на самое видное место среди путеводителей в своем турагентстве, с гордостью показывая туристам.



Елена Абрамова,
управляющий партнер туркомпании из Рязани

О КОСТОМАРОВО

e.abramova1980

Удивительное место, скажу я вам. На окраине Воронежской области (почти на границе с Ростовской) распластались естественные меловые горы, в которых расположился Костомаровский Спасский женский монастырь. Особенностью монастыря являются пещерные храмы, находящиеся в толще меловой горы.

Вообще, как оказалось, воронежский регион давно известен меловыми месторождениями. Мы посетили еще Дивногорье и Белогорье, там тоже есть уникальные меловые пещеры. Да-а-а, глаза разбегаются при виде такого. Каменные глыбы порой выглядят довольно причудливо. Внутри храмов потрясающая акустика, мертвцы холода не даже в жару, а как дух захватывает, когда ты бродишь по древней прорубленной монахами системе ходов. Мурашит и протряхивает. Утверждаться в позиции, что брошу по миру в поисках красивых мест, не замечая красоты под своим носом, у меня получилось.

Если вдруг окажетесь на границе Воронежской и Ростовской областей, советую не упустить шанс и посетить эти удивительные места. Там матушка есть, у нее голос кроткий, но очень сильный, проникающий глубоко в сердце. Слушаешь, и на тебя медленно надвигается вместе с мурашками ощущение покоя и света, гармонии и красоты.

Елена Маслова,
блогер из Королева

О БЕЛОГОРЬЕ

juliya-lambert

Воскресенский Белогорский мужской монастырь — это место, которое, наверное, во время путешествия по Воронежской области затронуло меня больше всего. В подземном храме девять уровней, освещения там нету, только свеча в руке. Мы спустились на три уровня вниз, и, проходя мимо келий, я размышиляла, как тут жили монахи, о чем они думали. Когда мы проходили мимо зажженных свечей, было так хорошо на душе и никакие мысли нас не отвлекали. Пещерному храму во имя благоверного Александра Невского передана частица мощей святого. Мне кажется, только ради таких мест стоит приехать в Воронежскую область.

Елена Маслова,
блогер из Королева

О ДИВНОГОРЬЕ

juliya-lambert



Дивногорье — это одно из мест, которое произвело на меня очень сильное впечатление. Чтобы подняться к монастырю, нужно преодолеть около 150 ступенек, что оказалось не так уж и просто. Но если очень захочет, можно что угодно преодолеть. Пока поднимаешься, любуешься потрясающими видами, которые открываются перед твоим взором. Музей-заповедник «Дивногорье» недаром считается музеем под открытым небом, который сочетает в себе неповторимую природу и памятники архитектуры. Здесь находится христианский монастырь, вырубленный в меловой горе, который был основан монахами, пришедшими из Италии. Там почти всегда температура около плюс десяти градусов, и если зайти с жары, то чувствуется сильная прохлада, а изо рта идет пар. Дышится там легко и свободно.

А какие тут красивые цветы. Но рвать их здесь запрещено, иначе мы можем лишиться всей этой красоты навсегда. Я, например, впервые увидела ковыль в степи и поразилась, как он красиво ложится под ветром. А ветер здесь приличный, скажу я вам. На фото видно, как высоко мы находились. Хотелось расправить крылья и полететь навстречу своей мечте. Мне кажется, в таком месте мечты обязательно исполняются! Приезжайте в Дивногорье и все сами увидите и поймете, почему сюда так тянет и хочется вернуться.

Татьяна Карева,
блогер из Москвы

О ВОРОНЕЖЕ

kladez-zolota

Знакомство с городом, которого ни разу не видел, всегда волнительно. А вдруг оно не стоит того, чтобы проделать длительный путь, а вдруг ожидания не оправдаются...

Что я ждала от Воронежа? Наверное, ничего. От слова «сам». В моем представлении это обычный провинциальный город, каких тысячи. Но как же приятно ошибаться, когда все оказывается гораздо интереснее и насыщеннее. Воронеж раскрылся для меня совершенно неожиданно. Конечно, отправляясь в этот город, я могла почитать в инете о достопримечательностях, «нарисовать» себе некую картину. Могла, но не сделала, чаще всего я так и поступаю, ведь личные впечатления становятся ярче при знакомстве с неизведанным.

Старинный русский город — это практически сердце Черноземья, в центральной части которого почти все дома имеют архитектурную ценность. Поэтому неудивительно, что мы на микроавтобусе продвигались по городу буквально черепашьим шагом, чтобы не пропустить историю какого-нибудь дома. Все эти балкончики, лепнина — создается почти французская атмосфера. Хочется остановиться и рассмотреть все детали в стиле европейского барокко, модерна, ампира.

Татьяна Карева,
блогер из Москвы

О КОСТЕНКАХ

kladez-zolota



Фото: Татьяна Карева

Воронежской области было очень много мамонтов, о чем свидетельствуют находки. Первые кости были найдены при Петре I, но тогда считали, что это останки слонов армии Александра Македонского.

Работа с находками велась еще в XIX веке, и в 1979 году в Костенках над самым большим скоплением костей мамонтов был основан музей, в который приезжают ученые со всего мира, чтобы открыть тайны эпохи палеолита. Мамонт был основным животным, на которого охотились в период холдов. Некоторые особи достигали в высоту шести метров. В музее также показан быт людей того времени. Раскопки и исследования продолжаются, и прямо за основным зданием музея можно наблюдать за работой археологов.

Алексей Куликов,
блогер из Москвы

О УСПЕНСКОМ АДМИРАЛТЕЙСКОМ ХРАМЕ

cr2



Фото: Татьяна Карева

В Воронеже погодка была так себе, но, когда мы приехали на Адмиралтейскую площадь, неожиданно вышло солнце и очень красиво осветило Успенский Адмиралтейский храм. Это можно считать знаком, что место точно заслуживает отдельного поста. Ведь Успенская церковь — это выделяющаяся постройка в Воронеже, один из его символов, старейшая сохранившаяся церковь города и почти единственный свидетель тех времен, когда в Воронеже строился российский флот.

Первая церковь на этом месте появилась еще в конце XVII века и была деревянной. В камне ее выстроили в конце XVII — начале XVIII века при Петре, когда Воронеж стал центром судостроения, а церковь из монастырской — главным храмом города.

После революции храмовые ценности были изъяты, а служители репрессированы. Здесь разместился архив, а позже здание отдали краеведческому музею для экспозиции по истории Военно-морского флота. В 1990-е годы, когда праздновалось 300-летие Российского флота, храм восстановили, и с тех пор в праздничные и выходные дни здесь проходят богослужения.

Алексей Куликов, блогер из Москвы

О МЕЛЬНИЦЕ В КОЛОДЕЖНОМ

cr2



Фото: Татьяна Карева

Одно из интереснейших мест Воронежской области находится в Подгоренском районе. Это старинная водяная мельница, служившая жителям окрестных сел еще с XVIII века. Работала она от мощнейшего родника, который в старину называли «кладезь» или «колодезь». Он же дал название селу, где стоит мельница, — Колодежное. До революции ею владел мещанин Ищенко, а после коллективизации в 1930-х ее прибрал к рукам местный колхоз. Работала до конца 1960-х годов с периодическими ремонтами и реставрациями.

Мельница приводилась в движение за счет родника, бьющего у подножия меловой горы. Он отдает 120 литров в секунду и является самым мощным и крупным карстовым родником на правом берегу Дона. Благодаря такому напору не нужен дополнительный водоем. Смотришь на мельничное колесо — и сразу вспоминаются различные сказки, легенды и фильмы.

К сожалению, колесо пока не работает. Однако его бросать не хотят, и сейчас идет поиск путей решения этой проблемы. Надеюсь, он не затянется и вскоре все гости воронежской земли смогут любоваться мельницей во всей красе.

Алексей Куликов,
блогер из Москвы

О ДВОРЦЕ ОЛЬДЕНБУРГСКИХ

cr2



Фото: Елена Маслова

Стоять бы такому замку где-нибудь в Европе, где дворецкие будут подавать сэрам на завтрак овсянку, да вот нет. Мы с вами недалеко от Воронежа, в поселке Рамонь, которому уже 400 лет. Здесь сохранился замок, единственный подобный во всей Воронежской области, да и во всей России таких не так много. Так что не рассказывать про него никак нельзя.

Появилось сие архитектурное чудо в конце XIX века, когда Рамонь купила Евгения Максимилиановна Ольденбургская, герцогиня Лейхтенбергская. Может не запоминать громоздкие титулы, скажу проще и интереснее — она была внучкой Николая I, тетей Николая II и правнучкой Жозефины, супруги Наполеона. Строить замок начали в 1883 году по проекту архитектора Христофора Нейслера и завершили к 1887-му.

Декоративные ворота, самая красивая постройка и деталь рамонского замка, еще больше погружают в европейскую атмосферу. Кажется, вот-вот выйдет из замка Шерлок Холмс или приедет с охоты какой-нибудь лорд. ☺

КОНЕЧНО ЖЕ, В РЕГИОНЕ ЕЩЕ ОЧЕНЬ МНОГО ВСЕГО ИНТЕРЕСНОГО! ДОБИРАТЬСЯ ДО ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ УДОБНО И БЛИЗКО, К ТОМУ ЖЕ ЗДЕСЬ МОЖНО ЗАЕХАТЬ КУДА-НИБУДЬ, ПУТЕШЕСТВУЯ ПО ТРАССЕ «ДОН». НАДЕЮСЬ, В БУДУЩЕМ ПОЛУЧИТСЯ ПОБЫВАТЬ В КРИВОБОРЬЕ И УВИДЕТЬ ИЗЛУЧИНУ ДОНА С ВЫСОКОГО БЕРЕГА, ПОЕЗДИТЬ ПО МЕСТНЫМ УСАДЬБАМ, СЕЛЬСКИМ СТАРИННЫМ МЕЛЬНИЦАМ, ОТКРЫТЬ ДЛЯ СЕБЯ ПАВЛОВСК И ОСТРОГОЖСК, ПРИКОСНУТЬСЯ К ТРАДИЦИЯМ И ФОЛЬКЛОРУ РЕГИОНА НА ПРАЗДНИКАХ И ФЕСТИВАЛЯХ. АЛЕКСЕЙ КУЛИКОВ

У НАС ВО ДВОРЕ

отпуск в Воронеже | фотопроект



ВАЛЯТЬСЯ НА ТРАВЕ, ОБНИМАТЬ КОЗОЧЕК, ЖДАТЬ ТЕПЛОГО ЛЕТНЕГО
ДОЖДЯ, ВДОХНОВЛЯТЬСЯ ДЕРЕВЕНСКИМИ ПЕЙЗАЖАМИ —
ЧЕМ НЕ ПЛАН НА ОТПУСК







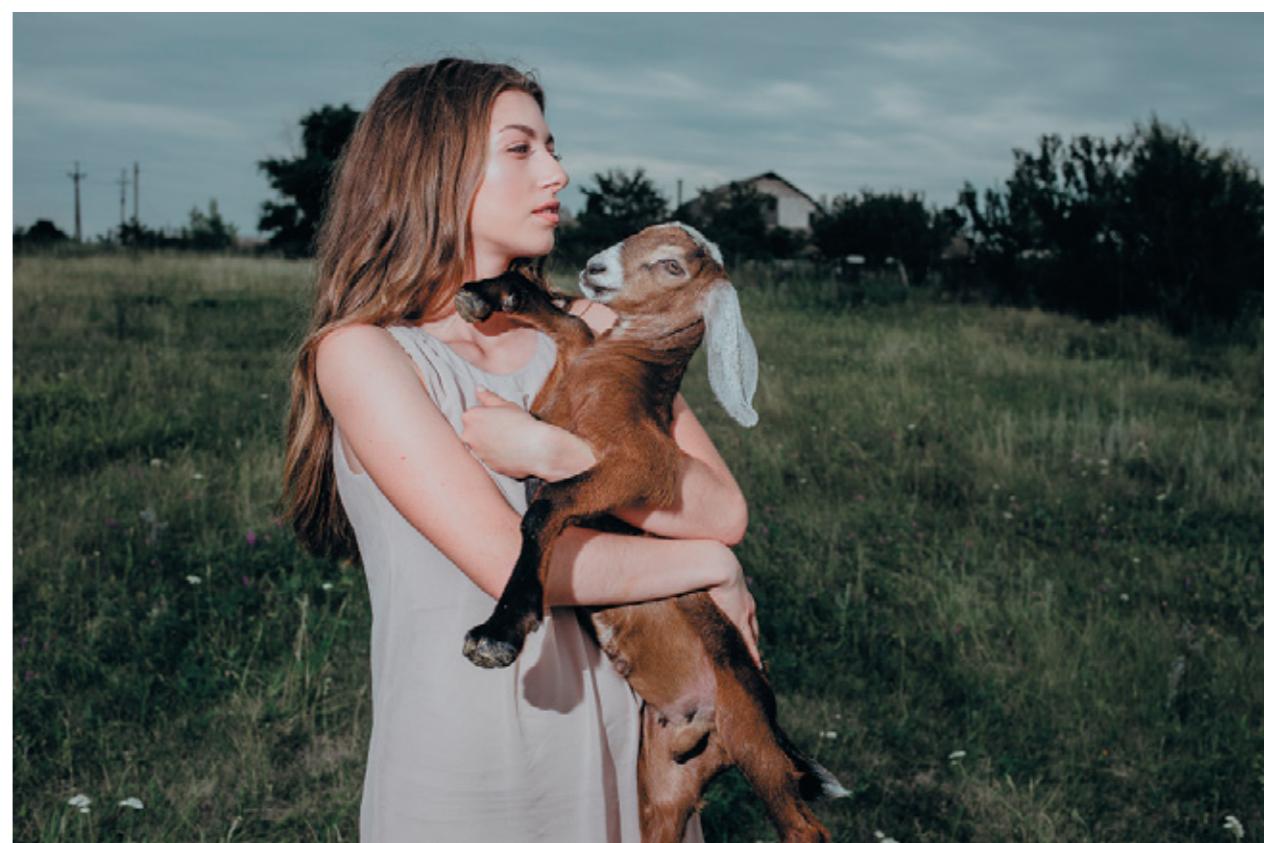




ФОТО АЛЕКСАНДРА ГРИГ, НИКИТА БОГДАНОВ
МОДЕЛИ АНАСТАСИЯ ШЕЛКУНОВА, АЛИНА ТРИФОНОВА, РОМАН МИШИН
ВИЗАЖ ВИКТОРИЯ БОЧАРОВА
ПРИЧЕСКИ ЕКАТЕРИНА ПУЗАНКОВА, ЕЛИЗАВЕТА КУЛЬКО

Благодарим за помощь в организации съемки центр красоты и здоровья Clair
и частное хозяйство Валерия Стрекалова

НА РАЙОНЕ

ВОРОНЕЖЦЫ, ЖИВУЩИЕ В РАЗНЫХ РАЙОНАХ, РАССКАЗАЛИ «СЛОВАМ», ПОЧЕМУ СЧИТАЮТ СВОЮ ЧАСТЬ ГОРОДА САМОЙ ЛУЧШЕЙ, И РЕДАКЦИЯ НЕ СМОГЛА ОСТАТЬСЯ В СТОРОНЕ ОТ ЭТОГО ВЕЧНОГО СПОРА

НАДЕЖДА ИВЛИЕВА,

24 ГОДА, ПЕДАГОГ-ОРГАНИЗАТОР
Машмет

— Я привыкла к Машмету с детства: родилась здесь, училась, а теперь работаю в местной школе. Мне нравится, что район тихий и спокойный: когда наступает часов десять вечера, на улице уже тихо, шум транспорта за окном не мешает засыпать. Это основное преимущество спального района. Другой плюс — большое количество маленьких магазинчиков повсюду, все необходимое можно купить в нескольких шагах от дома.

Машмет почему-то до сих пор считается опасным районом среди тех, кто там не живет. Но ко мне здесь никогда никто даже не приставал, хотя я могу пешком возвращаться домой в три часа ночи. От знакомых о подобных случаях тоже очень давно не слышала. Еще одно заблуждение — будто Машмет находится на отшибе и оттуда в другие районы не добраться. На самом деле до центра можно доехать минут за пятнадцать-двадцать, и с тем, чтобы попасть на маршрутке в другие места, тоже проблем нет.

У нас есть хорошие парки, где местные с удовольствием проводят время: днем там гуляет много пожилых людей и мам с детьми, вечером собирается молодежь. Лет семь назад реконструировали парк «Южный»: теперь здесь есть большие детские и спортивные площадки, рампы для катания на скейтборде и велосипеде, детские аттракционы, храм, строится детский спортивно-оздоровительный комплекс с бассейном. Это центральное место отдыха для жителей Машмета.



ЕЛЕНА ФЕДОРЧЕНКО,

24 ГОДА, ВРАЧ-ОРДИНАТОР
Юго-Западный район

— Я живу в Юго-Западном с самого рождения. Он мне нравился всегда за то, что тут тихо, спокойно и почти не бывает пробок. С конечной остановки доезжаю до центра всего за 20 минут. Я занимаюсь спортом, и для этого район отлично подходит: на каждой остановке по два-три фитнес-центра. Но самое главное — рядом с моим домом есть большой, густой и красивый лес с парковой зоной.

В последнее время администрация начала активно облагораживать район: засеяли газоны, посадили деревья, поставили лавочки. Иногда слышу мнение, что в Юго-Западном полно маргиналов, но в действительности это не так — у нас их не больше, чем в любом другом районе.



АЛЕКСАНДРА ГРИГ,

ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ РЕДАКТОР «СЛОВ»
СХИ

— Мы переехали в Березовую Рощу из самого центра города, когда я еще училась в младших классах. И первую неделю вся семья не могла спать: было слишком тихо. Поразительно тихо. Когда ты всю жизнь живешь рядом с шумящей дорогой, в пять утра мимо твоих окон проезжает первый трамвай, а жизнь на улице не засыпает до самого утра, то подобная звенящая тишина выбивает из колеи. Проблемы со сном быстро разрешились, а тишина стоит тут до сих пор. И сейчас для меня это огромный плюс, так как я часто работаю дома и максимум, что меня здесь может менять отвлечь, — это шум дождя или ветер в деревьях. Моя сердечная геолокация окончательно и бесповоротно принадлежит Центральному району, и это еще одно увесистое «да» в пользу Березовой Рощи, так как дорога до центра занимает пять-семь минут на машине, а значит, можно не вставать рано утром за два часа до встречи, чтобы успеть добраться вовремя. Ах да, и кто еще может похвастаться указателем «Central Park» на своей остановке? Правильно, только я и жители Манхэттена.

ТИМУР КАРНАУХ,

26 ЛЕТ, БУХГАЛЬТЕР
Otrожка

— В Отрожке живу уже 19 лет. Это место дает мне свободу. Неподалеку от дома лес, я там гуляю и бегаю летом. Могу на велосипеде доехать до речки и полюбоваться закатом. Зимой классно покататься на коньках по замерзшему водохранилищу, прогуляться на лыжах. На мой взгляд, это намного лучше, чем «каменные джунгли».

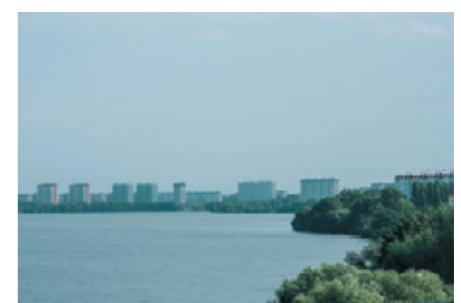
Отрожка — преимущественно частный сектор, здесь все рядом. Сложился стереотип, что наш район — это очень далеко. Но общественный транспорт сейчас ходит почти во все районы города, до центра ехать не дальше, чем из Северного или Юго-Западного. На машине можно быстро доехать до федеральной трассы и отправиться в путешествие.

НИКИТА ЧЕРНИКОВ,

31 ГОД, ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
Центр

— В центре я с 1993 года: сначала жил у стадиона «Труд», а теперь у Каменного моста. Здесь мне удобно, в шаговой доступности можно найти все, что нужно. Рядом находятся большинство офисов, кафе, магазины, фитнес-центры, галереи, парки и скверы. До офиса, где я работаю, доезжаю на велосипеде за десять минут. Если предстоит встреча с кем-то в одном из заведений на проспекте Революции, туда добираюсь за пять минут.

Мне нравится прогуливаться по оживленным центральным улицам, смотреть на старинные достопримечательности по пути. Но стоит свернуть — и тут уже тихий центр, дома невысокие, деревьев много, машин мало. Это успокаивает. Недавно открыл для себя набережную с новой стороны: здесь приятно не только гулять вдоль водохранилища, но и бегать по утрам или кататься на велосипеде.





ПОЛИНА СТРИЖАЧЕНКО,

ОБОЗРЕВАТЕЛЬ «СЛОВ»
Машмет

— На Машмете я живу двадцать лет из своих двадцати пяти. Не скажу, что осталась бы здесь навсегда — хочу переехать в тихий центр, он мне ближе. Но и ненависти, которую иногда вижу у людей по отношению к району, никогда не испытывала. Мне кажется, большинство тех, кто негативно отзыается о Машмете, здесь даже не бывали, просто повторяют давно устаревшую страшилку. Прошли времена, когда Машмет был не-благополучным районом. Даже официальная статистика исключила его из топа самых криминальных мест города. Люди здесь попроще, чем в центре, но с заточкой в кармане никто не ходит. Возвращаться домой через парк или дворы поздно вечером мне не страшно.

Машмет сейчас благоустроен не хуже других спальных районов: есть отличные парки, супермаркеты, рынки. Большинство дворов ухоженны, жильцы сажают цветы и кустарники. Недавно на улице, где я живу, отремонтировали дороги и тротуары, поставили новые бордюры. С транспортом проблем нет, маршрутки ходят во все районы. Знакомые удивляются, когда узнают, что я доезжаю до центра за десять минут.

Я редко отдыхаю на Машмете, но у меня есть любимое место — улица Менделеева: там красивые старые дома, которые создают особенную атмосферу, будто переносят в прошлое. Некоторые недавно реставрировали, а вот двухэтажки разрушаются. Их постепенно сносят, строят новые высотные дома, ближе к БАМу разрастается большой жилой комплекс. Думаю, скоро Машмет перестанет ассоциироваться с разрухой и криминалом.



ВАСИЛИЙ ТУЛУПОВ,

30 ЛЕТ, ЖУРНАЛИСТ
Северный район

— Северный — типичный спальный район со своими минусами и плюсами. Но все-таки последних больше. Когда-то это была окраина города, и главным преимуществом, пожалуй, были тишина и чистый воздух. А теперь здесь много скверов, маленьких и уютных рынков, два крупных ТЦ, где можно найти все что угодно, не выезжая за пределы района.

А еще в детстве я с нескрываемой гордостью смотрел на огромный школьный стадион с травяным полем, которого не было у детей в центре. Тут же, в моем дворе на улице 60-й Армии, были детский сад и музыкалка, которые располагались на одном пятаке.

Кстати, если мне нужно доехать до работы или прогуляться по проспекту Революции, мне хватит 15–20 минут, чтобы оказаться в центре Воронежа.

ОЛЬГА МОРОЗОВА,

37 ЛЕТ, МЕНЕДЖЕР
Юго-Западный район

— Я прожила в Юго-Западном 18 лет. Как и в любом другом районе, у нас есть достопримечательности, всеми любимые места отдыха, но также есть и тихие уникальные уголки, о которых известно лишь старожилам. Южно-Моравская улица нравится мне своей уютностью, Пешестрелецкая и Домостроителей — тихими двориками пятиэтажек, а район Юго-Западного рынка — динамичностью.

Район очень зеленый, и это его преимущество. Здесь есть большие парки «Оптимист» и «Танаис», да и дворы очень тенистые. Это привлекает людей всех возрастов. Еще один плюс — хорошо развитая инфраструктура: магазины и учреждения под рукой. Остановки расположены недалеко друг от друга, это удобно.

Юго-Западный постоянно благоустраивается. Он хороший для любителей стабильности, здесь очень комфортно и молодым семьям с маленькими детьми, и людям более зрелого возраста. После динамичного темпа работы в центре города, его вечных пробок и пыли в Юго-Западном отдыхаешь душой.

38



МАРИЯ ПИКАЛОВА,

20 ЛЕТ, СТУДЕНТКА
Шилово

— Я живу в Шилово десять лет. Район тихий, он особенно хорошо для семейных людей. Главный плюс — природа. Когда приезжаешь из центра, чувствуешь, что тут воздух другой, чистый и свежий. От моего дома до леса десять минут ходьбы, есть водоемы рядом. С семьей любим отдыхать в лесу на поляне: там есть стол под навесом и качели.

Не раз слышала, что Шилово называют деревней. Вообще у нас везде супермаркеты и аптеки, строятся новые школы и детские сады. Район активно заселяется, и в проектах застройщиков есть поликлиники, спортивные и развлекательные комплексы. Еще говорят, что Шилово — далеко, но до центра на машине ехать 20–30 минут. Из Северного района по пробкам добираться будешь еще дольше.

ЕКАТЕРИНА БУЖИНСКАЯ,

27 ЛЕТ, КОНТЕНТ-МЕНЕДЖЕР
Центр

— Я живу на Плехановской — это часть исторического центра города. Мне нравится симбиоз старого и нового, диалог между разными временами: ветхие малоэтажки и сталинки в постоянно развивающейся и меняющейся среде.

Центр — точка пересечения разных людей, интересные наблюдения и знакомства. Люблю район за то, что легко воплотить любую спонтанную идею, ведь все под рукой: большой выбор заведений, скверов и парков. Подолгу гуляю, рассматриваю знакомые дома и незнакомых прохожих. Стоит свернуть с шумной Плехановской в свой маленький уютный двор с цветущим садиком — и там почти не слышно ни дороги, ни людей.



МАРИЯ РЫЖОВА,

ОБОЗРЕВАТЕЛЬ «СЛОВ»
Северный район

— Живу в Северном с самого рождения и застала все его трансформации — начиная с появления на месте ларьков торговых центров и заканчивая постройкой новых жилых домов, облицованных разноцветным пластиком. И это такой забавный (и одновременно немного страшный) факт, что моя жизнь до определенного момента была очень локально сосредоточена здесь: школа, в которой я училась, находится в двухстах метрах напротив моего дома, детский садик — в пятидесяти позади. Даже до корпуса университета, в котором я сейчас учусь, нужно проехать всего шесть остановок. Что уж говорить про то, что за последние десять лет здесь появилась куча вариантов для разных видов досуга: и парк красивый с аттракционами, и кинотеатры с кафе, и спорткомплексы. Казалось бы, Северный при таком раскладе должен стать чуть ли не раем на земле — абсолютно все находится буквально в двух шагах, живи и радуйся. Но на самом деле все это вызывает противоположные чувства: очень странно думать о том, что внутри района можно вести вполне полноценную жизнь белого человека. Как-то все начинает со-противляться подобной мысли, и появляется тяга к исследованию новой местности — хотя бы соседнего района. Поэтому, как бы странно это ни звучало, люблю я Северный за локальное разнообразие, которое дает понять, что им все не может и не должно ограничиваться.

АНАСТАСИЯ ШЕВЛЯКОВА,

28 ЛЕТ, ТРЕНЕР
Левый берег

— Мы с мужем живем на Ленинском проспекте, и нам очень нравится этот район. Главное его преимущество — два парка: «Парк патриотов» и «Алые паруса», рядом с которым мы живем. Там можно прогуляться после работы, встретиться с друзьями. Когда жаркая погода, очень здорово спрятаться в парке в тени деревьев. Радует красивый вид на водохранилище и правый берег, с нашей стороны удобно смотреть праздничные салюты. Конечно, это любимое место отдыха семей с детьми. Мои знакомые продали квартиру в центре и переехали в наш район, чтобы гулять с малышом в парке.

Все, что нужно для жизни, на Ленинском проспекте есть. Рядом все магазины, недавно открыли большой гипермаркет. Прямо у «Алых парусов» детская и взрослая поликлиники, где работают все необходимые специалисты. До центра доехать от нас можно за десять минут — надо всего лишь пересечь Чернавский мост. Северный и ВОГРЭСовский тоже рядом. Транспорт организован очень удобно: в любое время дня можно спокойно уехать в любое место города. По сравнению с центром у нас тихо, хотя мы и находимся близко к нему.



ИРИНА ХАРИНА,

59 ЛЕТ, ИНЖЕНЕР
ВАИ

— Я живу в ВАИ с детства, и мне здесь нравится. Рядом с моим домом частный сектор, поэтому у нас очень зеленый район. Гости всегда восхищаются видом с моего балкона: я живу будто в лесу. Весной кругом расцветают вишни, яблони — местные гуляют и любуются. Сейчас ВАИ застраивают новыми домами, здесь живет много молодых семей, детские площадки у нас в каждом дворе. Рядом есть все магазины, храм. Единственный минус — нет парков.

К микрорайону ВАИ немного предвзятое отношение, потому что считается, что он далеко и у нас плохо с транспортом. Эта проблема была в советские времена, когда в районе ходили только два автобуса: № 2 и 20. Сейчас можно до центра легко доехать и в другие районы тоже, маршрутки ходят регулярно. Я очень люблю ходить, поэтому мне нравится, что можно добираться до работы на авиационный завод пешком.



ЕЛЕНА МАТВИЕНКО,

60 ЛЕТ, ПЕНСИОНЕРКА
Проспект Труда

— На проспекте Труда живу 30 лет, долго работала на заводе «Холод», где производят мороженое. В 1990-е район считался криминальным, было и правда страшно. Сейчас у нас спокойно, все это осталось в прошлом. Здесь не так многолюдно и шумно, как раньше, когда работали заводы. У политеха всегда много студентов, мы к этому привыкли, даже чувствуешь себя моложе. Да и в принципе в районе больше молодых семей, бабулю на лавочке у подъезда редко увидишь.

Транспорт развит хорошо, ходит во все концы города, но на дорогах частые пробки. Люблю гулять пешком, для меня не проблема дойти до памятника Славы, остановки короткие. Раньше дороги были плохими, мы ходили и спотыкались, но теперь их отремонтировали: недавно снова заасфальтировали улицы Урицкого, Варейкина, обновили тротуары, обрезали тополя на обочинах. В районе работают музыкальная школа, Дом пионеров, недалеко автовокзал, рынки и магазины. Есть несколько медицинских центров, стоматологических клиник, много аптек, даже слишком: в одном доме одно время их было семь. К сожалению, нет парков, поэтому ездим отдыхать на «Олимпик».

ТЕКСТ ПОЛИНА СТРИЖАЧЕНКО
ФОТО СОФЬЯ ЯРЦЕВА, АЛЕКСАНДРА ГРИГ

Когда
ваш бизнес
в центре
внимания!



Реклама

Сити-центр класса А
«Застава»
ул. Плехановская, 53

zastava36.ru

ПРО ГЕРОЕВ И ЛЮДЕЙ

БОЛЬШИЕ МОЗАИЧНЫЕ ПАННО, КОТОРЫЕ В СОВЕТСКОЕ ВРЕМЯ БЫЛИ ПОПУЛЯРНЫМ ВИДОМ УРБАНИСТИЧЕСКОГО ДЕКОРА И ИНСТРУМЕНТОМ МОНУМЕНТАЛЬНОЙ ПРОПАГАНДЫ, СЕЙЧАС ПОЧТИ НЕ ВСТРЕЧАЮТСЯ. «СЛОВА» СОБРАЛИ СПИСОК МЕСТ, ГДЕ ИХ ВСЕ ЕЩЕ МОЖНО УВИДЕТЬ ВО ВСЕЙ КРАСЕ, И РАССПРОСИЛИ СПЕЦИАЛИСТОВ, КАК СОЗДАВАЛИСЬ ЭТИ МОЗАИКИ.



Сергей Гурьев,
профессор, кандидат архитектуры

— Мозаика известна еще со времен Месопотамии — тогда для украшения храмов использовали гальку разных оттенков. В Египте делали мозаику из смальты. В античные времена дворцы и термы украшали мозаичными полами с сюжетами из мифологии или орнаментальными, растительными и геометрическими мотивами. Мощный всплеск использования мозаик в мировой и российской архитектуре произошел в период модерна.

В советское время мозаичная техника вновь стала востребованной. В конце 1960-х — начале 1970-х годов это искусство расцвело и приобрело идеологическую направленность, связанную с темами героики труда, пионерии, покорения космоса. Для каждого

объекта выбирали подходящую идею — например, в подземном переходе было не совсем уместно применять «священную» тематику, в таких местах использовали отвлеченные темы, чтобы панно служило исключительно для декора и не несло конкретного смысла.

В Советском Союзе существовал Художественный фонд, который получал государственное финансирование и руководствовался программой монументальной пропаганды. Именно Фонд определял, кто получит работу над тем или иным проектом, чаще всего предпочтение отдавалось маститым художникам. Эскизы будущих мозаичных полотен утверждала коллегия именных живописцев, она же могла забраковать работу с неподходящей тематикой.

ДЛЯ ИЗГОТОВЛЕНИЯ МОЗАИКИ ЧАЩЕ ВСЕГО ИСПОЛЬЗУЮТ СМАЛЬТУ — СТЕКЛО, КОТОРОЕ ВАРИТСЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ТЕХНОЛОГИИ С ДОБАВЛЕНИЕМ КРАСИТЕЛЕЙ-ОКИСЛОМЕТАЛЛОВ. В РЕЗУЛЬТАТЕ ПОЛУЧАЕТСЯ ЦВЕТНАЯ МАССА, КОТОРАЯ ЗАСТЫВАЕТ В ВИДЕ ПАЛОЧЕК. ЕЕ ЛИБО ПИЛЯТ АБРАЗИВОМ, ЛИБО КОЛЮТ. В ПЕРВОМ СЛУЧАЕ ОНА ПОЛУЧАЕТСЯ МАТОВОЙ НА СРЕЗЕ, ВО ВТОРОМ — ГЛЯНЦЕВОЙ. ДОСТОИНСТВО СМАЛЬТЫ В ТОМ, ЧТО С ТЕЧЕНИЕМ ВРЕМЕНИ ОНА ПРАКТИЧЕСКИ НЕ ТЕРЯЕТ ЦВЕТ, ПОСКОЛЬКУ МАТЕРИАЛ НЕ БОИТСЯ НИ ВЛАГИ, НИ ТЕМПЕРАТУРНЫХ ПЕРЕПАДОВ.

Как делают мозаику на зданиях

Мозаичная техника очень трудоемкая. Небольшое полотно можно сделать на месте, но огромное панно на торце здания изготовить крайне тяжело. Обычно такие мозаики создают в мастерской на полу и по частям. Сначала рисуют картон — своеобразный эскиз в натуральную величину, который переворачивают и отрисовывают с обратной стороны. Готовое изображение разбивают на модули. Для модульных плит делают опалубку — разъемную деревянную форму. После того как в опалубке выложено изображение, его заливают с изнаночной стороны цементом и для прочности армируют. В плиту вставляют анкерные детали, которые будут удерживать ее на стене. Готовые плитки нумеруют, и из них же выкладывают мозаичное панно.

Хользунова, 56

Полины Осипенко, 6

ДЕТСКИЙ ЦЕНТР «РАДУГА»

М
е
с
т
а

ГOD СОЗДАНИЯ: 1972
АВТОР: СОЛОМОН ГЕЛАШВИЛИ

Изначально здание было столовой авиазавода, которую затем реконструировали и отдали под Дом пионеров Левобережного района. Во время реконструкции и была выложена космическая мозаика.



ГOD СОЗДАНИЯ: 1983
АВТОРЫ: ЮРИЙ И ЛАРИСА УТЕНКОВЫ

Заказчиком этой мозаики стал воронежский завод «Автотемппром». Типовое двухэтажное здание детского сада нуждалось в художественном оформлении, а со стороны главного входа на двух симметрично расположенных торцах здания имелось пространство, которое позволяло разместить там роспись или мозаику. Основные панно решили сделать в виде разлета крыльев, а в добавок к ним в глубине нашлось место для небольших мозаик с детской атрибутикой.

М
е
с
т
а



ДЕТСКИЙ САДИК

Московский проспект, 97

ЗДАНИЕ ТЕЛЕЦЕНТРА 41-ГО КАНАЛА



ГОД СОЗДАНИЯ: 1988

АВТОРЫ: ВЛАДИМИР КЛЕПНИН, ВАСИЛИЙ КАРЕВ

М
е
с
т
а
Это самая большая мозаика в Воронеже. Раньше здание принадлежало научно-производственному отделению «Энергия», на котором архитекторы предусмотрели место для панно. Через какое-то время после постройки его все-таки решили сделать — на тему энергии и покорения Вселенной. На рисунке решили изобразить космонавтов за пультом управления космической ракеты, а вокруг композиции добавили различные мелкие элементы, которые создают ощущение динамики и как бы втягивают смотрящего в изображаемое пространство. Мозаику на здании выкладывали не плитками с кусочками рисунка, а сразу прямым набором.

ПЕРЕХОД У ПЕТРОВСКОГО СКВЕРА



ГОД СОЗДАНИЯ: 1986

АВТОР: ЭДУАРД ПЛОТНИКОВ

Мозаика выполнена по заказу Юго-Восточной железной дороги к празднику 1 Мая: на ней изображены строящиеся дома, фейерверки и актуальная на тот момент эмблема Воронежа — тогда подобный рисунок был символом нового города. Мозаику на какое-то время закрывали киоском, закрашивали, частично сбивали, но, однако же, сейчас она все еще существует и выглядит так же, как и тридцать лет назад.



ДОМ У ДЕВИЦКОГО ВЫЕЗДА

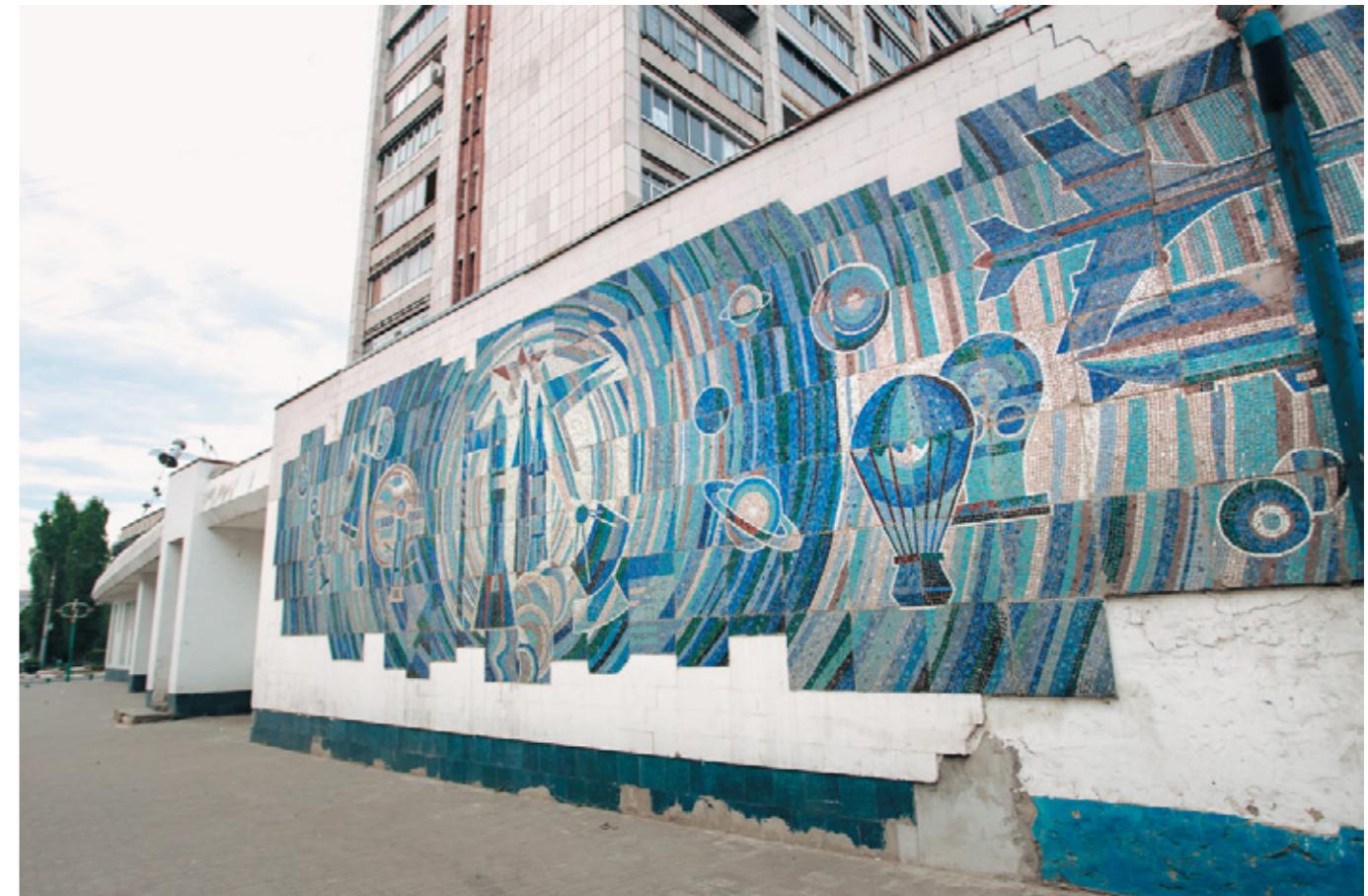
М
е
с
т
а

Кольцовская, 72

ГОД СОЗДАНИЯ: 1971
АВТОР: ЮРИЙ КАЗИНЕР

Единственное мозаичное панно, которое находится на жилом, а не административном здании. И, видимо, с местом связан и сюжет — семья из мамы, папы и дочки под символическим солнцем.

Олеко Дундича, 25



БЫВШИЙ КЛУБ КОСМОНАВТИКИ

М
е
с
т
а

ГОД СОЗДАНИЯ: 1980
АВТОР: ЭДУАРД ПЛОТНИКОВ

Клуб космонавтики появился в Воронеже в 1963 году и был назван в честь космонавта Владимира Быковского. Клуб вырастил множество астрономов, среди которых был Алексей Бережной, сумевший доказать, что на невидимых нам полюсах Луны есть вода. Сейчас на месте Клуба космонавтики находится Дом детского творчества Советского района.





Проспект Революции, 56

ВТОРОЙ ЭТАЖ КИНОТЕАТРА «ПРОЛЕТАРИЙ»

М
е
с
т
а

ГОД СОЗДАНИЯ: 1968
АВТОР: ЮРИЙ ЛЬВОВ

Здание кинотеатра «Пролетарий» было построено в 1917 году и почти полвека выглядело как типичное оружие в стиле неоклассицизм — с полуколоннами, барельефами, арочными проемами и скульптурными изображениями на фасаде. Но в конце 1960-х годов его решили перепланировать: пристроить к старому зданию полукруглый корпус со стеклянным козырьком на гранитных опорах, а также изменить внутреннюю планировку кинотеатра, сделав ее более современной. Тогда и появилась мозаика «Прометей, несущий огонь людям». ☰

ТЕКСТ МАРИЯ РЫЖОВА, ПОЛИНА СТРИЖАЧЕНКО
ФОТО НИКИТА БОГДАНОВ

ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ — СЧАСТЛИВОЕ ДЕТСТВО

Детское отделение Центра семейной медицины «Олимп Здоровья» предлагает индивидуальный подход к лечению и медицинскому наблюдению ваших детей с самого рождения.

СПЕЦИАЛЬНО РАЗРАБОТАННЫЕ ГОТОВЫЕ ПРОГРАММЫ И ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ПЛАНЫ ОБСЛЕДОВАНИЯ И НАБЛЮДЕНИЯ

- Прикрепление ребенка к личному педиатру, который на постоянной основе оказывает помощь по всем вопросам, связанным с поддержкой здоровья
- Прием специалистов более чем по двадцати направлениям
- Детская стоматология с использованием новейших материалов и методик, в том числе под седацией
- Обследования детей с выдачей справок для школ и детских садов
- Вакцинация
- Выезд врача на дом
- Передовые методы диагностики на оборудовании экспериментального класса
- Комфортные условия по стандартам европейских клиник

Воронеж, Театральная, 23/1
8 (473) 223 03 03 / 8 (800) 450 30 30 / www.olimp03.ru

ООО «Клиника «Город Здоровья» Лицензия № ЛО-36-01-003 334 от 21.03.2018 г. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



Юлия Чекурова,
тренер бегового клуба
AdidasRunners Voronezh



Максим Тормышев,
организатор забегов
Parkrun в Воронеже

И Я ПОБЕЖАЛ

ЛЕТО — ХОРОШЕЕ ВРЕМЯ ГОДА ДЛЯ ТЕХ, КТО РЕШИЛ НАКОНЕЦ ЗАНЯТЬСЯ СПОРТОМ, А БЕГ — ХОРОШИЙ ВИД СПОРТА ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ, КОТОРЫЙ НЕ ТРЕБУЕТ ОСНОВАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ И СВЕРХУСИЛИЙ. НА ПЕРВЫЙ ВЗГЛЯД, ВМЕСТЕ С ТРЕНЕРАМИ ПО БЕГУ ЮЛИЕЙ ЧЕКУРОВОЙ И МАКСИМОМ ТОРМЫШЕВЫМ «СЛОВА» СОСТАВИЛИ НЕБОЛЬШОЙ ГИД ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ СДЕЛАТЬ БЕГ СВОЕЙ ПРИВЫЧКОЙ.

С чего начать человеку, который только решил заняться бегом? Как составить оптимальную программу тренировок и нужна ли она?

ЮЛИЯ ЧЕКУРОВА: Важно не только хорошо себя чувствовать, но и быть уверенным, что у вас нет никаких скрытых заболеваний. Перед первой пробежкой необходимо пройти медицинское обследование: сдать общий анализ крови, биохимический анализ и сделать электрокардиограмму.

Самое главное — это плавное вхождение в тренировочный процесс и регулярность. Не нужно нырять в омут с головой, начинайте бегать два-три раза в неделю на низком пульсе в комфортном темпе (120–145 ударов в минуту), ориентируясь на время, а не на дистанцию. Самый простой способ определить комфортный для себя темп — это пройти тест на разговор. Его суть в том, что во время бега вы можете говорить полными фразами, не задыхаясь. Бегать начинайте по 20–30 минут. Если бежать сложно, то можно чередовать бег и ходьбу: минута бега, а потом минута ходьбы. Для начинающих очень важно развить сердечно-сосудистую систему и таким образом повысить общую выносливость. Когда вы сможете с легкостью пробегать 30 минут, можно постепенно увеличивать скорость и дистанцию.

МАКСИМ ТОРМЫШЕВ: В первую очередь нужно определиться, для чего человек собрался бегать, чего он ждет от бега. Будет это фитнес, беговые прогулки или же любительский спорт, который перерастет в профессиональный. Это во многом определит подход к тренировкам.

Программа тренировок нужна обязательно. Для обычного фитнеса достаточно бегать три раза в неделю, по три-пять километров. Этого хватит для поддержания себя в хорошей форме. И, конечно же, важен самый главный ресурс, которым мы обладаем: время. Важно решить для себя — сколько времени вы готовы выделить для тренировок.

Когда вы определились со своими планами на бег, то наиболее простым способом приступить к тренировкам станут современные технологии — используйте свой смартфон. Установите одно из популярных приложений — и выходите на тренировку.

Как новичку лучше экипироваться? Какие нужны спортивная форма и кроссовки?

ЮЛИЯ ЧЕКУРОВА: Беговые кроссовки — очень важная часть экипировки, они должны быть с хорошей амортизацией (так как при беге ударная нагрузка на суставы увеличивается в несколько раз), с определенной степенью поддержки (стабильной или нейтральной) в зависимости от анатомических особенностей стопы. Одежда должна быть из специальных синтетических материалов, которая хорошо отводит влагу и быстро сохнет.

Евгения, энергетик

— В бег я пришла в довольно зрелом возрасте, а в детстве и юности была совершенно неспортивным человеком. Однажды меня записали участником корпоративной спартакиады, и перед ней я начала регулярно тренироваться. Для меня, например, маленькой победой стала двухкилометровая пробежка без перехода на шаг. На спартакиаде со мной бежал муж, а уже после нее мы вместе начали отслеживать разные беговые движухи. Ездили в беговой лагерь, участвовали в Московском марафоне. Решили, что нужно заниматься более серьезно, нашли беговой клуб и теперь занимаемся регулярно.

Олеся, специалист по подготовке корпоративной отчетности

— Однажды мы с друзьями решили куда-нибудь съездить с какой-нибудь целью и выбрали Казанский беговой марафон. Зарегистрировались на дистанцию в десять километров, хотя до этого никто из нас не пробегал даже километра. Поэтому за пару месяцев до марафона начали упорно готовиться. И меня этот процесс затянул. Я бегала одна с музыкой по «Олимпiku». Сначала километр, потом полтора, два, три. На марафоне пробежала десять километров за час — тогда для меня это был рекорд. А потом поняла, что не могу без бега: мне после работы нужно выходить в лес, бежать, слушать музыку, думать о чем-то своем, и меня это расслабляет. Еще очень классно то, что я перестала болеть. Уже год ни разу не простужалась, несмотря на то что бегала и холодной осенью, и зимой.

МАКСИМ ТОРМЫШЕВ: Для начала тренировок я не рекомендую заострять внимание на экипировке. Современная спортивная одежда — это уже не только симпатичные брючки и футболочки. Это торжество высоких технологий, до которых нужно дорасти. Поэтому на начальном этапе берите свои старые кроссовки, какие-нибудь удобные брюки и футболку. Могу дать только один важный совет: футболка должна быть из качественных синтетических материалов, но никак не хлопковая.

Со временем тренировки сами подскажут, что нужно поменять в вашем гардеробе. Все мы очень индивидуальны: кто-то много потеет, а кто-то нет; кто-то спокойно переносит прохладный утренний воздух, а кому-то нужно накинуть на футболку еще и легкую куртку; кто-то много пьет во время занятий спортом, а кто-то, наоборот, не пьет вовсе. Поэтому новичку не стоит забывать всеми этими нюансами голову. Нужно начинать спокойно бегать и прислушиваться к своему телу и потребностям.

Павел, инженер-программист

— Для меня занятия бегом были в большей степени преодолением себя. Раньше я не мог пробежать больше трех километров. В какой-то момент решил заняться собой и набрать форму, буквально за полгода втянулся и стал бегать постоянно. Занятия помогают мне вообще в жизни: когда я бегу, то у меня ни одной плохой мысли в голове не остается.

Где лучше всего бегать? Есть ли принципиальные различия между бегом по асфальтовой дорожке у дома и бегом в лесу? Какие хорошие места для бега есть в нашем городе?

ЮЛИЯ ЧЕКУРОВА: Бегать можно везде, здесь все зависит от вашей занятости. Если у вас недостаток свободного времени, то можно бегать даже вокруг дома. Хотя, конечно, бег по грунтовой дороге безопаснее, чем бег по асфальту. Самое главное различие — это степень жесткости. Асфальт — довольно жесткое покрытие для регулярных тренировок. Но, бегая по асфальту, большинство бегунов на подсознательном уровне стараются бежать плавнее, сгибая ноги в коленях, тем самым снижая ударную нагрузку. Впоследствии может возникнуть напряжение в суставах. Когда мы проводим тренировки на мягком грунте, в работу включаются мышцы ног, а потребность в амортизации уходит на задний план.

Еще один плюс бега в лесу — это, конечно же, чистый воздух. Самые популярные места у воронежцев — «Олимпик», «Динамо», парк «Оптимист», некоторые любят бегать на набережной у водохранилища. Лично я бы советовала менять место тренировок. Многим бег кажется утомительным, но, меняя локацию, проще поддерживать интерес к занятиям.

МАКСИМ ТОРМЫШЕВ: Бег по асфальту и бег по грунту принципиально отличаются и дарят различные впечатления и ощущения. Асфальт требует лучшей техники бега, но позволяет бежать быстрее. Лесная тропа меньше требует от бегуна именно техники, но более разнообразна на препятствия в виде поваленных деревьев, луж, поворотов, скользких спусков или крутых подъемов. Я рекомендую чередовать покрытия. Короткие тре-

нировки проводить на асфальте, а более длинные и менее скоростные — на лесных дорожках. Но если вы только начинаете бегать — наберитесь терпения и в самом начале старайтесь бегать на простых и ровных трассах с хорошим покрытием (асфальт или парковая грунтовая дорожка). Спорт всегда требует постепенного развития — спешка может навредить организму.

Главное правило при выборе места для тренировки — вам должно быть комфортно и удобно бегать. Если рабочая неделя загружена — тренируйтесь возле дома. Воспользуйтесь электронными картами: наметьте себе интересную точку в четырех-пяти километрах от дома и постарайтесь ее достичь. Для вас это уже не просто тренировка, но и хорошая цель, осозаемая и понятная. В выходные дни используйте другой полигон — это может быть знаменитый «Олимпик», набережная между Северным и ВОГРЭСовским мостами или рельефные участки старого города. Создавайте себе приключение всякий раз, тогда тренировка будет приносить удовольствие и радость. Берите с собой фотоаппарат или используйте камеру на смартфоне — делайте снимки красивых точек и делитесь с близкими.

Что лучше — бегать в компании или одному?

ЮЛИЯ ЧЕКУРОВА: Для начинающих групповое занятие — лучший вариант. В нашем беговом сообществе тренировки проходят под руководством тренеров-профессионалов, которые обучают правильной технике бега и дозируют нагрузки под любой уровень подготовленности. Заниматься самостоятельно не каждый умеет, и не у всех хватает воли заставить себя пробежать в одиночестве определенный промежуток времени. В групповых занятиях всегда чувствуешь поддержку со стороны единомышленников, а это придает сил и уверенности в себе.

Виктор, инженер-строитель

— Папа у меня был учителем физкультуры, мы играли в футбол, лапту, волейбол. Позже я записался в секцию по легкой атлетике и профессионально ее занимался до второго курса университета. А потом уже просто для себя продолжал бегать — сначала самостоятельно, а после в беговом клубе. Когда бегаешь с кем-то, появляется определенная доля ответственности — ты уже не можешь пропустить тренировку, потому что у тебя много дел. Плюс полностью отрабатываешь целую тренировку с ребятами и не можешь дать себе поблажку, пробежав полчаса.

МАКСИМ ТОРМЫШЕВ: Одиночная тренировка дает больше свободы: можно выйти на тренировку, когда вам удобно, пробежать намеченный маршрут так, как вам удобно. Но одиночная тренировка требует от бегуна более высокой дисциплины.

Если вы чувствуете, что вам не хватает мотивации для самостоятельного бега, — присоединяйтесь к групповым занятиям. Такие встречи мобилизуют, заставляют лучше планировать свой рабочий или выходной день, так как придется подстраиваться под время тренировки целой группы бегунов. Если вы хотите быстрее набрать форму, групповые занятия также могут в этом помочь: вы будете тянуться за группой более подготовленных ребят. Еще один очевидный плюс группового занятия — новые знакомства, новые друзья, а это важный стимул для мотивирования себя к занятиям.

ПОПУЛЯРНЫЕ БЕСПЛАТНЫЕ ПРИЛОЖЕНИЯ ДЛЯ БЕГА

1

NIKE+

Приложение записывает ваш маршрут, скорость, расстояние, время бега и сожженные калории. Дополнительно можно настроить уведомления в аудио: голосовой помощник будет пересказывать вам все записанные данные. Также можно поделиться сообщением о начале забега в Facebook, настроить персональный плейлист и вести дневник пробежек.

2

RUNKEEPER

Функционально приложение похоже на предыдущее: оно также отмечает скорость бега, время, расстояние, сожженные калории и сообщает обо всем этом в аудио. Но при наличии дополнительных датчиков вы сможете еще и снимать показания своего сердечного ритма, а после рассматривать их в общем графике вместе с параметрами скорости и изменением ландшафта. Помимо этого приложение сообщает о новых рекордах бегуна и составляет персональную маршрутную карту с фото, сделанными во время пробежки.

3

GET RUNNING

Приложение для тех, кто только начинает бегать. Оно полностью контролирует процесс тренировки: в Get Running разработана девятнадцатая программа обучения новичков, которая предполагает чередование пробежек с ходьбой. Здесь нет карт и соревнований с друзьями, зато интерфейс хорошо приспособлен к максимальной концентрации на тренировке.

4

ZOMBIES, RUN!

При помощи звукового оформления и разных драматургических приемов приложение превращает тренировки в миссии спасения от зомби. Подойдет всем, кто хочет разнообразить пробежки и знает английский.

5

CHARITY MILES

С помощью этой программы можно помогать людям, попавшим в беду. Здесь каждая зафиксированная приложением миля бега равняется небольшой сумме, которую спонсор жертвует в выбранный вами благотворительный фонд. Чем больше вы пробежите, тем значительнее будет ваш социальный вклад.



Чем занятия с тренером отличаются от самостоятельных?

ЮЛИЯ ЧЕКУРОВА: Нередко, занимаясь самостоятельно, новички сталкиваются с неуверенностью, решают, что «бег — это не мое», и на этом все заканчивается. Это происходит потому, что они начали бегать не в своем комфортном темпе, неправильно дозировали нагрузку. С тренером бегать безопаснее. Грамотный наставник составит план тренировок, научит вас бегать правильно и без травм.

МАКСИМ ТОРМЫШЕВ: На мой взгляд, пока бег для вас — просто фитнес, будет достаточно стабильно выходить на свои тренировки и дорабатывать их самостоятельно, черпая информацию от друзей, по рекомендациям или даже из интернета. Если же вы более амбициозны и хотите поучаствовать в будущем в каком-то соревновании, то тут уже нужен тренер. Он порекомендует план тренировок, поставит технику бега, добавит к занятиям силовые упражнения. Все это повлияет на улучшение ваших беговых кондиций и физическую подготовку в целом. Однако такие тренировки потребуют строгого соблюдения графика, строгости в питании, контроле своего состояния. Одним словом, бег в вашей жизни начнет занимать заметное место. Поэтому нужно ответить себе на вопрос, готовы ли вы к этому.

Как правильно питаться до и после тренировки и какое количество воды оптимально выпивать?

ЮЛИЯ ЧЕКУРОВА: Есть нужно не позднее, чем за два часа до тренировки. Еда должна быть богата сложными углеводами. Например, овсяная каша, макароны. Из овощей для завтрака отлично подойдет томат, из фруктов — виноград, грейпфрут, персик и банан. Пить лучше небольшими порциями в течение всего дня, за

полчаса до тренировки можно выпить не больше стакана воды. После бега необходимо восполнить потраченные углеводы (в виде перекуса бананом) и запасы жидкости. Кроме того, необходимо включить в меню белки — отварное мясо, рыбу, бобовые.

МАКСИМ ТОРМЫШЕВ: Многое зависит от того, как вы бежите. Можно бежать в медленном темпе пять километров — для такой тренировки я бы не стал вообще что-то специальное есть до или после, — а вопрос воды решить исключительно после тренировки — немного и не спеша. Если тренировка будет более продолжительной и бегать вы будете в хорошем темпе — стоит подготовиться. Бросьте в машину пол-литровую бутылочку воды без газа и пару бананов. Если вы много пьете, возьмите воду с собой или проложите маршрут через родник.

Если тренировка будет длиться два часа или больше, тут точно нужно взять с собой воды и перекус в поясную сумку. Можно взять спортивные гели или батончики, богатые углеводами. Вместо воды можно намешать себе специальный изотоник, который восполнит расход микроэлементов и солей в организме во время тренировки. Один хороший совет: прежде чем пробовать использовать изотоники или гели (спортивное питание), обязательно попробуйте эти средства до тренировки и посмотрите, как ведет себя организм. Иногда появляется индивидуальная непереносимость, употребление некоторых гелей приводит к появлению повышенной жажды. Все это может негативно сказаться на тренировке, поэтому лучше перестраховаться. ☈

ТЕКСТ МАРИЯ РЫЖОВА
ФОТО НИКИТА БОГДАНОВ



Новый банк на финансовом рынке Воронежа

17 июля на банковском поле Воронежа появился новый игрок — Московский Кредитный банк. Работа в городе стартовала, в связи с началом выплат вкладчикам банка «Советский». У этого банка сложилась непростая история. Сейчас все неприятности позади. Государственное агентство по страхованию вкладов определило победителя конкурса на право заключения передачи обязательств банка «Советский».

Что это означает для вкладчиков? Что работа продолжается, все обязательства сохраняются, условия договоров остаются прежними. И, что немаловажно, офис по-прежнему работает в городе. Приятным бонусом для тех, кто решит продолжить сотрудничество с Московским Кредитным банком, станут особые условия обслуживания.

Московский Кредитный банк — один из старейших российских банков, который работает на финансовом рынке с 1992 года. За 26 лет работы он вошел в топ-10 крупнейших банков страны. А среди тех, чьи бумаги торгаются на бирже, — МКБ один из крупных.

Московский Кредитный банк также входит в число 11 системно значимых банков страны. На банки из списка приходится 60% всей банковской системы России, к ним применяются повышенные требования по выполнению нормативов, которые устанавливает Центральный банк. Список таких банков размещен на сайте ЦБ РФ.

Сейчас у банка 102 отделения, более 1 000 банкоматов и более 6 ООО платежных терминалов. Банк обслуживает более миллиона частных лиц.

Что предлагает такой крупный банк жителям нашего города?

Во-первых, вклады. Сохранить и приумножить сбережения можно, открыв вклад «Чемпион» с доходностью до 8% годовых в рублях. Или, если могут срочно потребоваться денежные средства, сделайте свой выбор в пользу вклада «Все включено — Расчетный». Так вы сможете пополнять и частично снимать деньги со счета.

Во-вторых, системы ДБО МКБ-Онлайн и МКБ-Мобайл, признанные одними из лучших по версии рейтингового агентства Markswebb Rank & Report. Через них можно заказать карту, открыть вклад, отследить историю операций, проверить начисление бонусов и погасить кредиты не только МКБ, но и любых сторонних банков.

Дополнительный офис «Воронежский»: г. Воронеж, ул. Кирова, 10.

8 800-200-04-60 | mkb.ru



НА ВЕЛОСИПЕДЕ НА РАБОТУ

КОГДА СМОТРИШЬ НА ВЕЛОСИПЕДИСТОВ В ГОРОДЕ, НЕМНОГО ЗАВИДУЕШЬ: ОНИ НЕ ТРАТЯТ ВРЕМЯ НА ПРОБКИ, ДЕНЬГИ НА БЕНЗИН, НЕРВЫ НА МАРШРУТКИ И ПРИ ЭТОМ НАСЛАЖДАЮТСЯ ПРОЦЕССОМ. ДОБИРАТЬСЯ НА РАБОТУ НА ВЕЛОСИПЕДЕ НЕСЛОЖНО — ГЛАВНОЕ НАЧАТЬ. СООРГАНИЗАТОР ПРОЕКТА «ВЕЛОВОРОНЕЖ» ИВАН ТОЛКАЧЕВ ОТВЕТИЛ НА ПОПУЛЯРНЫЕ ВОПРОСЫ НОВИЧКОВ.

ЧЕГО ЧАЩЕ БОЯТСЯ НАЧИНАЮЩИЕ ВЕЛОСИПЕДИСТЫ?

Распространенный страх — вспотеть по дороге на работу, где нет душа и нельзя переодеться. Но, когда вы быстро идете, вы тоже потеете. Крутите педали с той же нагрузкой, как при ходьбе, — останетесь сухим. Второй актуальный вопрос — негде ставить велосипеды. Парковаться везде можно. Люди приковывают велосипеды к заборам толстыми цепями в 5-6 кило и не волнуются. Многие бизнес-центры ставят парковки внутри. Еще один момент — отсутствие велодорожек, невозможно доехать безопасно, страшно. Добраться из одной точки города в другую без проблем можно: это микс из езды по дороге и по тротуару, может, по пути будет единственная в Воронеже велодорожка.

НА ВЕЛОСИПЕДЕ НА РАБОТУ

КОГДА СМОТРИШЬ НА ВЕЛОСИПЕДИСТОВ В ГОРОДЕ, НЕМНОГО ЗАВИДУЕШЬ: ОНИ НЕ ТРАТЯТ ВРЕМЯ НА ПРОБКИ, ДЕНЬГИ НА БЕНЗИН, НЕРВЫ НА МАРШРУТКИ И ПРИ ЭТОМ НАСЛАЖДАЮТСЯ ПРОЦЕССОМ. ДОБИРАТЬСЯ НА РАБОТУ НА ВЕЛОСИПЕДЕ НЕСЛОЖНО — ГЛАВНОЕ НАЧАТЬ. СООРГАНИЗАТОР ПРОЕКТА «ВЕЛОВОРОНЕЖ» ИВАН ТОЛКАЧЕВ ОТВЕТИЛ НА ПОПУЛЯРНЫЕ ВОПРОСЫ НОВИЧКОВ.

ЧЕГО ЧАЩЕ БОЯТСЯ НАЧИНАЮЩИЕ ВЕЛОСИПЕДИСТЫ?

Распространенный страх — вспотеть по дороге на работу, где нет душа и нельзя переодеться. Но, когда вы быстро идете, вы тоже потеете. Крутите педали с той же нагрузкой, как при ходьбе, — останетесь сухим. Второй актуальный вопрос — негде ставить велосипеды. Парковаться везде можно. Люди приковывают велосипеды к заборам толстыми цепями в 5-6 кило и не волнуются. Многие бизнес-центры ставят парковки внутри. Еще один момент — отсутствие велодорожек, невозможно доехать безопасно, страшно. Добраться из одной точки города в другую без проблем можно: это микс из езды по дороге и по тротуару, может, по пути будет единственная в Воронеже велодорожка.

КАКОЙ ВЕЛОСИПЕД ВЫБРАТЬ ДЛЯ ПОЕЗДОК ПО ГОРОДУ?

Хороший вариант — городской велосипед. Но я ушел на горный, потому что колеса у него пошире, он устойчивее на разбитых дорогах и тротуарах. Горный велосипед — более универсальное решение для новичка, чтобы кататься и в городе, и за его пределами. Люди с опытом иногда выбираютциклокроссы, шоссейники.

КАК ОТРЕГУЛИРОВАТЬ ВЕЛОСИПЕД ПОД СЕБЯ?

На велосипеде есть разные посадки: спортивная, при которой сильно наклоняешься, и городская, когда сидишь прямо. Очень важный момент — подобрать велосипед по росту, продавец в магазине поможет это сделать. Если промахнешься с ростом, удобно на этот велосипед уже никогда не сядете: могут затекать кисти, болеть спина. Высокая сидячая посадка удобнее для человека, который никогда не ездил, чем спортивная, согнутая. На правильно отрегулированном сидении носочки должны доставать до земли, а нога распрямляться примерно на 90 процентов. Большая ошибка новичков — низкое сиденье. С таким легче доставать ногами до земли, но некомфортно ездить на большие расстояния, будут болеть колени.

КАКОВА ПРАВИЛЬНАЯ ТЕХНИКА ЕЗДЫ?

Спина не должна слишком сгибаться вперед, ноги — сильно сгибаться в коленях. Не перегружайте спину рюкзаком, — если едете с грузом, переместите его на багажник.

ГДЕ ТРЕНИРОВАТЬСЯ НОВИЧКУ, ЕСЛИ ОН ХОЧЕТ ЕЗДИТЬ ПО ГОРОДУ, НО БОЙТСЯ МАШИН?

Не ищите определенных мест, выезжайте прямо от дома. Например, на набережную. В Северном можно покататься от Московского проспекта по тропинке до «Олимпики». По самому «Олимпику» ездить не советую, — много роллеров и бегунов, зато окрестности там красивые. Новичкам на первых порах стоит избегать дорог с машинами, лучше уйти в леса и парки.

КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ НА ДОРОГЕ?

Правил дорожного движения для велосипеда немного: нельзя выезжать дальше правой полосы, поворачивать влево, если на дороге больше одной полосы, нужно обязательно соблюдать сигналы светофора, придерживаться знаков, пешеходные переходы преодолевать пешком. Если четко следовать Правилам, ездить комфортно, поэтому их надо знать. Обязательно оборудуйте велосипед для езды в темное время суток. Даже если вы не катаетесь вечером, задний фонарь всегда должен висеть на велосипеде, мало ли что. Чем больше на нем света и чем ярче ваша одежда, тем лучше. Автомобилист часто не ожидает увидеть велосипедиста на дороге, поэтому лучше себя обозначить, быть заметным. По поводу использования шлема разные мнения, но при падениях голова страдает часто. Я рекомендую купить велосипедный шлем, и не за 300 рублей, а за пару тысяч. Главное требование — он ни в коем случае не должен закрывать обзор. Надо внимательно смотреть за состоянием дорожного покрытия, по которому вы едете: асфальт может кончиться на обочине, иногда ливневки стоят вдоль движения, у нас такая на Адмиралтейской площади.

КАК ПРАВИЛЬНО ПРЕОДОЛЕТЬ ПЕШЕХОДНЫЙ ПЕРЕХОД НА ВЕЛОСИПЕДЕ?

Часто вижу, как велосипедисты пешеходные переходы переезжают по принципу «машина должна пропустить». Важный момент: автомобилист не рассчитывает, что на переход кто-то выскочит, а не выйдет. Огромное количество видеороликов показывает, как машины не успевают среагировать на появление велосипедиста. То же по поводу переезда на зеленый свет.

МОЖНО ЛИ ЕХАТЬ ПО ТРОТУАРУ?

Правила дорожного движения разрешают ехать по тротуару лицам младше 14 лет и взрослым, которые сопровождают ребенка на велосипеде или везут его в кресле. Но я за то, чтобы передвигаться по тротуарам. Новичку, который виляет вправо рядом со скоростью 5 км/ч, на дороге не место, лучше ехать по тротуару. Это будет безопасно и для пешеходов, и для автомобилистов. Важно понимать, что пешеход здесь главный и в любой момент может совершить неожиданное действие, резко шагнуть в сторону. Нельзя ехать быстро и близко к пешеходам. Если тротуар сильно загружен, лучше выехать на дорогу.

КАК ПРАВИЛЬНО ПОВОРАЧИВАТЬ И ТОРМОЗИТЬ?

Надо знать жесты: рука влево при повороте налево, рука вправо — направо, рука вверх при торможении. Постоянно показывать их не нужно, делайте это, если сяди едет машина. Обычно, когда занимаете правый ряд, за вами никто не едет. Обязательно покажите поворот при перестроении влево на однополосной дороге и при объезде припаркованной машины. Я рекомендую неуверенным новичкам не показывать торможение и повороты, — бросая руль, перестаешь контролировать движение.

НА МОСТУ ЛУЧШЕ ЕХАТЬ ПО ПРОЕЗЖЕЙ ЧАСТИ ИЛИ ТРОГУАРУ?

По Правилам вы должны ехать по крайней правой части полосы, но на мосту это очень опасно, особенно на Чернавском, где машины ездят быстро. Новичку лучше ехать по пешеходной части. На Северном мосту тротуар разрушен, избегайте его.



ТЕКСТ ПОЛИНА СТРИЖАЧЕНКО
ФОТО АЛЕКСАНДРА ГРИГ

КАКОЙ ЗАМОК ВЫБРАТЬ ДЛЯ ВЕЛОСИПЕДА?

Для долгой стоянки подойдут u-lock из закаленного металла. Пристегивайте за раму и переднее колесо, если оно снимается. Можно использовать толстую каленую цепь с хорошим амбарным замком. Оставить велосипед на пять минут можно с тонкой каленой цепью или тем же u-lock — он легкий. Не используйте тросики — их очень просто перекусить любым подручным инструментом. Никогда не оставляйте велосипеды в подъездах — там снять любую цепь можно без свидетелей. 90 процентов краж велосипедов совершаются в подъездах. При покупке велосипеда вам дадут паспорт с номером, на рамках снизу он тоже выбит. Если транспортное средство украли, номер понадобится для составления заявления о пропаже. В случае кражи сразу обращайтесь в полицию, находят часто.

МОЖНО ЛИ ЕЗДИТЬ С НАУШНИКАМИ ИЛИ МУЗЫКАЛЬНОЙ КОЛОНКОЙ?

В наушниках ездить категорически нельзя, — вы должны ощущать, что происходит вокруг, слышать машины, сигналы. Наушники сильно отстраняют от происходящего, не рекомендую ездить даже с одним. Колонка безопаснее. ↩



ГРАДУ 8 ЛЕТ
8 ПУТЕШЕСТВИЙ
ДЛЯ ВАС
АКЦИЯ 8.07-18.08* И МНОЖЕСТВО ДРУГИХ ПРИЗОВ



ПРОГУЛКА НА ЛОНГБОРДЕ



ЛЕТО — САМОЕ ПОДХОДЯЩЕЕ ВРЕМЯ ГОДА, ЧТОБЫ ПРОБОВАТЬ ЧТО-ТО НОВОЕ. ЕСЛИ ВЫ ЛЮБИТЕ АКТИВНЫЙ ОТДЫХ — САМОЕ ВРЕМЯ НАУЧИТЬСЯ КАТАТЬСЯ НА ЛОНГБОРДЕ. ТАКОЙ СПОРТ УКРЕПЛЯЕТ МЫШЦЫ, ЗАРЯЖАЕТ ХОРОШИМ НАСТРОЕНИЕМ, А ЕЩЕ НА ДОСКЕ БЫСТРО И УДОБНО ПЕРЕДВИГАТЬСЯ ПО ГОРОДУ. ТРЕНЕР ПО ФИТНЕСУ МАРГАРИТА ЯКУШЕВА РАССКАЗАЛА «СЛОВАМ», КАК НАУЧИТЬСЯ КАТАТЬСЯ НА ЛОНГБОРДЕ.

Маргарита Якушева,
тренер по фитнесу:

— Мое знакомство с лонгбордом началось три года назад, когда я случайно увидела на Youtube фильм «Endless road» про испанских девчонок-райдеров. С тех пор я просто влюбилась в доску. Лонгбординг — мое хобби, в котором я постоянно стараюсь развиваться и учиться новому. Он отлично помогает прочувствовать свое тело.

В этом году мое увлечение лонгбордом обрело новую силу: в мае мне удалось побывать в Испании в настоящем лонгборд-трипке.

Кому можно кататься на лонгборде?

Научиться кататься на лонгборде можно любому человеку и в любом возрасте (в Москве, например, есть школы, где учат детей уже с пяти-шести лет). Единственное ограничение — это медицинские противопоказания, как и в любом спорте.



СТИЛИ КАТАНИЯ

В лонгборде существует несколько стилей катания, для каждого из которых подходит своя доска. Но есть и гибридные доски, подходящие для нескольких стилей.

Круизинг (cruising) — стиль, подразумевающий простое катание, перемещение по городу. Когда мы видим людей, которые катаются в городе на лонгборде, можно смело сказать, что они круизят. Для этого стиля подходят абсолютно все доски. Главное — чтобы было удобно.

Дансинг (dancing) — это перемещение по доске в процессе катания, напоминающее танец, и выполнение различных трюков. Это очень красивый, привлекательный стиль. Тут требуются особые гибкие и очень длинные доски, их часто делают из бамбука.

Фристайл (freestyle) — выполнение различных трюков на лонгборде. Прыжки, перевороты доски во всех плоскостях. Стиль очень похож на скейтбординг, откуда он и пошел. Самое важное для такой доски — наличие двух больших и приподнятых концов (киктейлов), они нужны для выполнения трюков.

Даунхилл (downhill) — самое экстремальное направление, представляющее собой спуск со склонов с высокой скоростью. Доски для даунхилла имеют мощные подвески и низкую посадку — для устойчивости во время движения. В среднем на таких досках райдеры развивают скорость в 70 км/ч, а мировой рекорд — 130 км/ч.

Фрирайд (freeride) — самое сложное направление, сочетающее в себе все стили, выполняемые на спусках.

Какой лонгборд выбрать новичку?

Все зависит от цели катания, так как для каждого стиля нужна своя доска. Но если вы еще не определились, что подходит именно вам, советую начать с круизера, как в свое время сделала я. Также не стоит первым делом бросаться выбирать отдельно деку, колеса и прочий стафф, выбирайте уже собранный лонгборд — «комплит».

Что нужно приобрести кроме лонгборда?

Первым делом обязательно приобретайте шлем, защиту для коленей, локтей и запястий. Все это сделает катание максимально безопасным и защитит от ушибов. Еще понадобится удобная пара обуви с плоской плотной подошвой, новичкам хорошо подойдут обычные кеды.

С чего начать освоение лонгборда?

Начинайте свое обучение на ровном асфальте. Не пробуйте запрыгнуть на движущуюся доску.

1. Прежде, чем начать движение, определите направляющую ногу, чтобы правильно встать на доску. Направляющая нога — та, которая стоит впереди. Вы или гуфи (правая нога ведущая), или регуляр (левая нога ведущая). Самый простой способ это проверить — «помощь друга». Другу нужно подтолкнуть вас в спину, ведущей ногой будет та, которой вы шагнете первой.

2. Начало движения. Поставьте доску на асфальт и расположите ведущую ногу над передней подвеской носком вперед, перенесите вес тела на нее (так вы всегда сможете контролировать доску). Чуть согните ведущую ногу в колене и легко оттолкнитесь задней ногой. Сначала попробуйте почувствовать баланс на опорной ноге, помогая себе руками и не ставя заднюю ногу на доску. Когда почувствуете себя уверенно, можно ставить вторую ногу — примерно на ширине плеч, при этом стопы чуть разворачиваются, но корпус по-прежнему смотрит вперед.

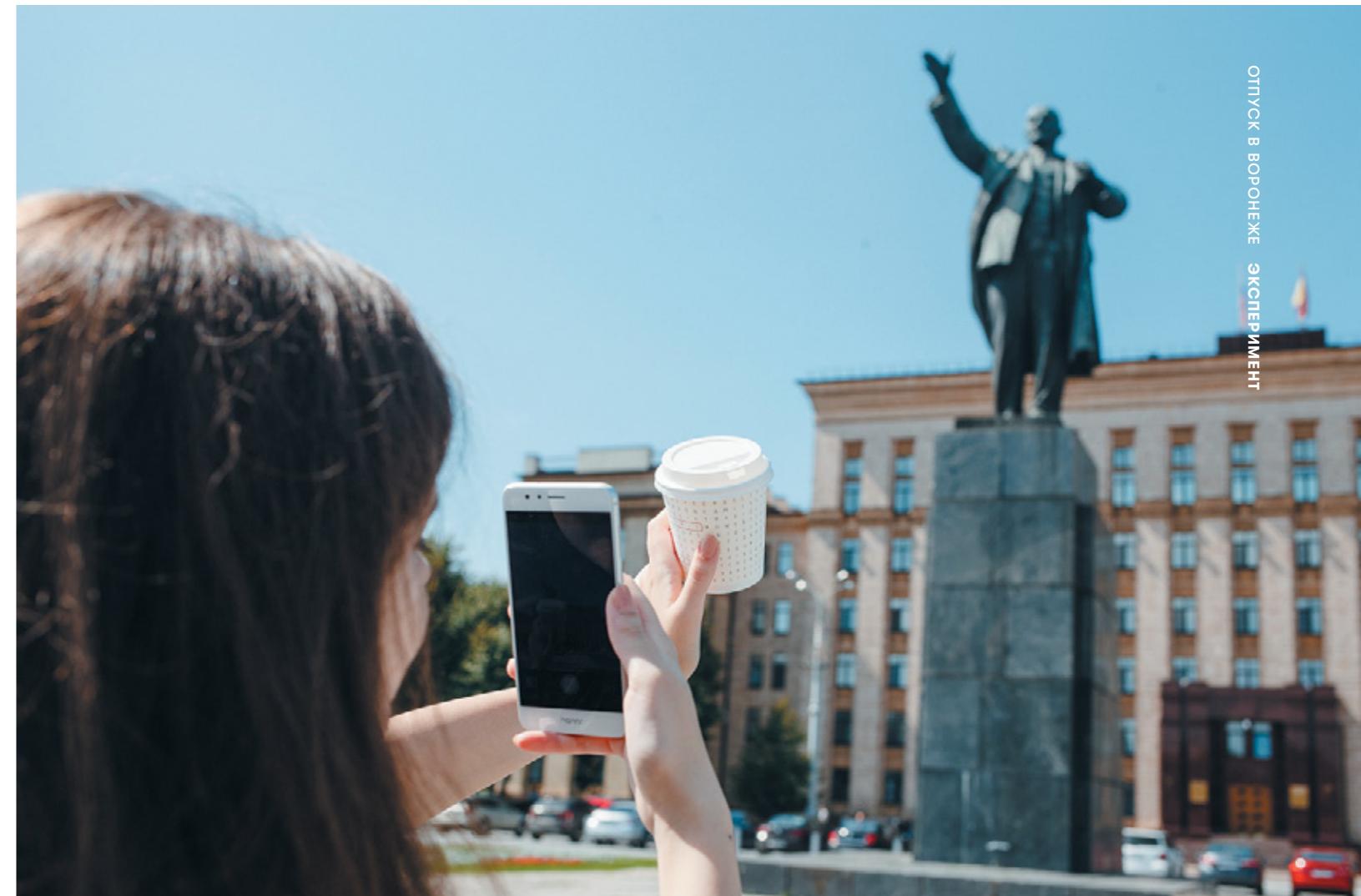
3. Поворот. Если вы уверенно держите баланс при движении доски прямо, самое время переходить к маневрированию. Чтобы повернуть в соответствующую сторону, нужно надавить на край доски носками или пятками и немного наклонить корпус, чтобы сместить центр тяжести.

4. Остановка. Поначалу легче всего просто спрыгнуть с доски, но это не всегда безопасно, особенно на большой скорости. Самый простой способ называется футтэйл — нужно опустить заднюю ногу подошвой на асфальт, и вы остановитесь за счет трения. Не забывайте, что вес тела все равно остается на передней ноге, и она должна быть чуть согнута.

5. Если падение неизбежно, постарайтесь сгруппироваться, прижав руки к себе, чтобы удар пришелся на пятую точку, спину, а не на суставы. Ни в коем случае не выставляйте руки вперед (или назад), так как это чревато травмой запястья. Не пренебрегайте защитой, особенно шлемом. Когда учишься кататься на лонгборде — без падений не обойтись.

ТЕКСТ ЕЛИЗАВЕТА ТРАВКА
ФОТО НИКИТА БОГДАНОВ

КАК ТУРИСТ



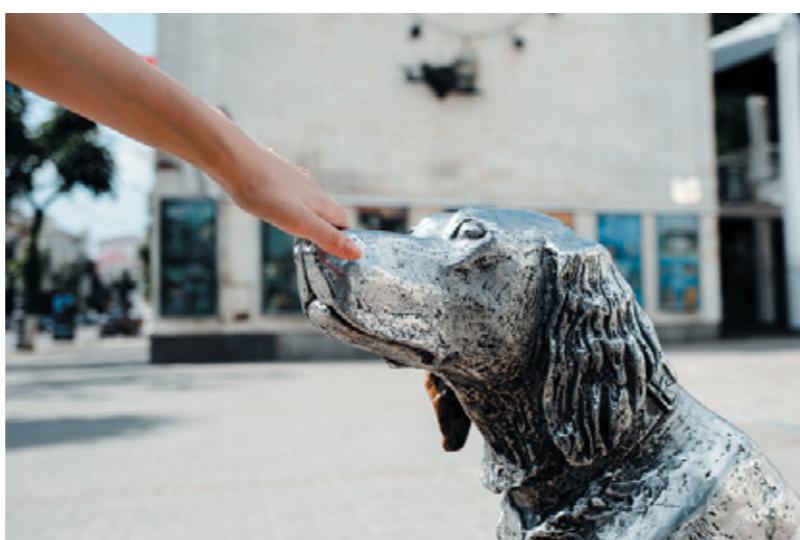
ВОРОНЕЖ ПЕРИОДИЧЕСКИ ПОПДАЕТ В РАЗЛИЧНЫЕ ТОПЫ ГОРОДОВ ДЛЯ ПУТЕШЕСТВИЙ НА ВЫХОДНЫЕ. ЧТО МОЖНО УЗНАТЬ О НЕМ ЗА ДЕНЬ-ДРУГОЙ? ОБОЗРЕВАТЕЛЬ «СЛОВ» ПРОТЕСТИРОВАЛА НЕСКОЛЬКО ПУТЕВОДИТЕЛЕЙ ПО ВОРОНЕЖУ, СОСТАВЛЕННЫХ РАЗНЫМИ ИЗДАНИЯМИ, И ОБНАРУЖИЛА, ЧТО ОНИ МОГУТ БЫТЬ ИНТЕРЕСНЫ НЕ ТОЛЬКО ТУРИСТАМ, НО И ТЕМ, КТО ЖИВЕТ ЗДЕСЬ ДАВНО.

МАРШРУТ «АФИШИ»



Где найти: mir.afisha.ru/cities/voronezh
Можно увидеть: достопримечательности городского центра, парки, живописные окрестности

Путеводитель от «Афиши. Мир» составлен пару лет назад и полностью основан на рекомендациях воронежцев. В нем несколько разделов: «Прогулка по городу», «Выпивка и бары», «Еда и рестораны», «Поездки и окрестности», «Отдых с детьми», «Прогулки и парки» и «Культура и музеи». Я остановила выбор на самом первом — «Прогулке по городу». Его составил воронежский художник Арсений Жиляев. Каждая точка сопровождается подробной исторической справкой — что это за место и чем оно важно для города. Маршрут начинается с вокзала и заканчивается у ДК 50-летия Октября. Но, несмотря на увлекательность, осилить его летним днем будет довольно утомительно. Лучше дождаться относительно прохладного дня без дождя или пройти маршрут вечером. Последний вариант даже лучше, потому что больше половины пути проходит через самый центр города, который вечером становится еще привлекательнее: из баров и кафе часто можно услышать живую музыку, фонтаны на Советской площади и проспекте Революции становятся поющими, а фасады старых зданий красиво подсвечиваются иллюминацией.



МАРШРУТ ЖУРНАЛА «НОЖ»

Где найти: knife.media/voronezh-guide
Можно увидеть: аутентичные низы, современное искусство в самых разных проявлениях, парки и новые кофейни



Путеводитель нельзя назвать путеводителем в прямом смысле этого слова: тут и история города в целом, и история отдельных мест, и даже очень здравая оценка того, в каком состоянии город находится сейчас. Воронеж здесь — нечто среднее между столицей Военно-морского флота, хипстерской столицей Черноземья и главным центром современного искусства в России. Однаковое внимание уделяется и «Гото Предестинации», и Платоновскому фестивалю.

Относительно других категорий путеводитель частично устарел — половина баров и кафе, указанных там, за последние пару лет закрылась, но открылись другие. Но зато в «Культуре и музеях» можно найти музей афоризмов, а в «Поездках и окрестностях», кроме Радчина и Кривоборья, советуют доехать до солдатских кладбищ.

Вывод. Самый большой плюс гида в том, что он разделен по категориям в зависимости от интересов и цели приезда. «Прогулка по городу» здесь не такая впечатляющая — все достопримечательности можно найти, просто пройдясь по главной улице Воронежа. Но вот «Культура и музеи», «Поездки и окрестности» и «Отдых с детьми» даже для коренных жителей могут оказаться познавательными.

Прогулку предлагают начать с парков, «многие из которых выглядят как руины», но есть и нормальные — «Алые паруса» и Центральный парк. После дойти до района низов — частного сектора на склоне между проспектом Революции и водохранилищем, пройтись по Комиссаржевской, чтобы побывать в местных едальнях, и добраться до памятников Белому Биму и Котенку с улицы Лизюкова (не Ленину и не Петру I).

Отдельно рассказывают о культурно значимых для города местах и событиях: галереях современного искусства и тех, кто там выставляется, галереях традиционного искусства, Платоновском фестивале. Причем рассказано обо всем этом как бы изнутри: в гиде ссылаются на «воронежскую волну» художников, рассказывают о Борисе Юхананове и преображении «Коммуны».

Завершает гид небольшой обзор ночной жизни города или даже скорее история о том, как она преобразилась за последние несколько лет. Здесь, как и в других источниках, часть приведенных в пример заведений уже закрылась, но зато есть описание Комиссаржевской как самой тусовочной улицы города — факта вне времени, которого в остальных путеводителях нет.

Вывод. Несмотря на мелкие неточности, которые встречаются в тексте (например, «Гото Предестинация» в гиде переводится как «Божье провидение», про «Коммуну» и «Пушку» пишут как о ныне существующих, а некоторые события сдвинуты во времени), путеводитель хороший. Подобным маршрутом я бы, честно говоря, сама провела своих друзей из других городов. Хотя бы потому, что часто хожу примерно по тем же местам, люблю их всем сердцем, и низы мне нравятся гораздо больше, чем площадь Ленина. Уж не знаю, как составляли путеводитель — привлекая коренных жителей или просто находя рандомную интересную информацию о городе, — но он показывает настоящий Воронеж в 2018 году.



Пройдя половину пути, вы доберетесь до самой запоминающейся точки — Тернового кладбища. Здесь важно точно следовать маршруту или хорошо ориентироваться в незнакомой местности: кладбище находится прямо посреди частного сектора. У меня, например, очень быстро разрядился телефон, поэтому кладбище я искала по памяти и понапалу даже приняла за еще одну церковь, которых в районе водохранилища очень много.

Терновое кладбище меньше всего напоминает кладбище: там всюду растут небольшие кипарисы и внушительного размера лиственные деревья, установлена пара аккуратных мемориальных плит, часовня и памятник. А самим захоронениям уже больше двухсот лет, поэтому могильные плиты гармонично сливаются с ландшафтом. Забавный факт: жители соседних домов воспринимают это место практически как парк. Вместе со мной по кладбищу прогуливалась женщина с собачкой, а в самом его конце устроена детская площадка.

Далее маршрут пролегает через параллельную Сакко и Ванцетти Мало-Терновую улицу, которая ведет к дому-музею Дурова. И здесь тоже очень важно иметь под рукой карту! Мне из-за разряженного телефона пришлось надеяться на память и прохожих, но рекомендации местных бабушек «пройти еще пару улиц» не помогли, поэтому я спустилась к водохранилищу раньше, чем было нужно, и, уже прогуливаясь вдоль набережной, издалека увидела дом-музей Дурова.

Вывод. Мне этот маршрут понравился: он детально прописан, в комплекте есть карта и даже рассчитано примерное время пути. Только не забудьте перед выходом зарядить телефон или даже распечатать карту, чтобы пройти маршрут полностью и без проблем. И будьте внимательны: движение машин в частном секторе довольно оживленное, а пешеходные дорожки очень узкие или вообще отсутствуют.



МАРШРУТ AVIASALES



Где найти: aviasales.ru/blog/senyu-v-voronezhe
Можно увидеть: парки и скверы, кофейни и бары, Ботанический сад, Дивногорье, концерты на открытом воздухе

Не гид, а скорее прямое руководство к действию решили составить в блоге Aviasales, где есть гиды по многим крупным городам России. Расписано все очень кратко, но довольно забавно и с четким планом по времени и бюджету. Путешественнику понадобятся четыре свободных дня, теплое время года, легкость на подъем и любовь к пешим прогулкам. Постольку маршрут выглядит как план на день, то прописано здесь буквально все — от места проживания до мест, где можно поужинать. Первый день предлагают начать с прогулок по городу (дойти до Кольцовского сквера, Белого Бима и дома с совой) и дегустации блюд в местных барах и кофейнях, второй день посвятить походам по музеям, на третий сорваться в Дивногорье, а четвертый завершить прогулками по паркам.

Среди нетипичного здесь можно найти интерактивный музей «БИМ», Ботанический сад ВГУ и — внезапно — «Макдоналдс» на проспекте Революции.

Также тут советуют чуть ли не каждый день проводить на уличных концертах, которых в нашем городе большое количество и о которых мы как-то подзабыли. Хотя в теплое время года это чуть ли не лучший вариант, как можно весело провести вечер.

Вывод. Этот гид удобный и самый краткий — никаких исторических справок, только прямое руководство к действию. Подход довольно логичный: часто мы приезжаем в новое место и, даже зная о главных достопримечательностях города, теряемся, куда и в какое время нам идти. А с подобным планом можно неспешно и приятно провести выходной — и гостям города, и его жителям.

МАРШРУТ THE CALVERT JOURNAL

Где найти: скачать в App Store приложение New East Travel Guide

Можно увидеть: Дворец творчества детей и молодежи, Камерный театр, вид со второго яруса Северного моста, скейтеров у Драмтеатра

Самое важное, что стоит сказать о гиде британского издания про российскую культуру, — то, что это приложение. Причем приложение, которое доступно только в App Store и которого нет в Google Play. Поэтому всем людям с «Андроидом» стоит либо перестать читать на этом месте, либо попросить знакомого, который может скачать приложение, наделать скриншотов или записать видео с экрана. Так сделала я, и, в общем-то, оно того стоило.

Весь гид выглядит как подборка всего самого-самого в городе: памятников, галерей, кофеен, отелей. Помимо них отмечены и неочевидные достопримечательности: Дворец творчества детей и молодежи, Депутатская улица, стадион «Труд».

Также в приложении все места разделены по пунктам: «Поеть», «Пожить», «Увидеть», «Сделать», «Купить» и «Главное». В последней категории Воронеж отмечен как родина поэтов и писателей — город, в котором можно найти места, где они жили и творили. Но большинство сохранившихся домов жилые, и совсем небольшое их количество переделано в дома-музеи, где можно увидеть сохранившийся быт того или иного писателя. В большинстве случаев экскурсия по подобным историческим объектам ограничится разглядыванием фасада и мемориальной таблички на нем. Поэтому пункт этот довольно неоднозначный, хотя и важный.

В категории «Сделать» туристам рекомендуют посетить второй ярус Северного моста и скейтеров у драмтеатра, которых тоже можно отнести к воронежским достопримечательностям вне времени. Неизвестно, сколько еще Северный мост будет одним из самых безлюдных мест в городе, а скейтеры, даже несмотря на появление нового варианта Советской площади, не ушли оттуда совсем, а немного изменили локацию.

Вывод.

В целом даже рандомное посещение мест, указанных здесь, может создать определенное впечатление о городе. Отдельные точки — Советская площадь, Центральный рынок, лотки с сувенирами на проспекте Революции (в гиде они называются «базар») — обычно собирают большое количество горожан, и побывать там гораздо интереснее, чем осматривать очередной памятник.

Итог.

Исследовать уже хорошо знакомую местность — довольно увлекательно. С непривычки начинаешь воспринимать город не как фон событий, которые происходят с тобой каждый день, а как место с историей, причем многовековой. Узнаешь, что в нынешнем корпусе филфака ВГУ, где учатся в основном девочки, полтора века назад было мужское духовное училище. А маленькая улица Сакко и Ванцетти, о которой постоянно слышишь, но никогда туда не доходишь, оказывается одним из самых исторически значимых мест. Наверное, ради подобных открытий периодически стоит узнавать о своем городе со стороны и идти даже предсказуемыми маршрутами туриста. А тот, кто живет в Воронеже давно, такими окольными путями может добраться до давно знакомых, но забытых мест. ☈



МАРШРУТ МЕСЯЦА: СЕЛО КОНЬ-КОЛОДЕЗЬ

«СЛОВА» ПРОДОЛЖАЮТ СОВМЕСТНЫЙ ПРОЕКТ С СООБЩЕСТВОМ «НЕСКУЧНЫЙ ДЕНЬ». В КАЖДОМ НОМЕРЕ ВЫ НАЙДЕТЕ МАРШРУТ, КОТОРЫЙ ПОДОЙДЕТ ДЛЯ ПОЕЗДКИ В ВЫХОДНЫЕ. МЫ РАССКАЖЕМ, КАК, ПОСЕЩАЯ ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ, О КОТОРЫХ МНОГИЕ ЗНАЮТ, НЕ ПРОПУСТИТЬ РАСПОЛОЖЕННЫЕ РЯДОМ ИНТЕРЕСНЫЕ МЕСТА, НЕ УКАЗАННЫЕ В ПУТЕВОДИТЕЛЯХ.

у
з
н
а
т
ь
м
е
с
т
а

В июле основатели «Нескучного дня» показали свои любимые места в селе Конь-Колодезь, которое находится на границе Воронежской и Липецкой областей.



Как добраться:

выезжаем из Воронежа на трассу М-4 в сторону Москвы. Не доехав начала платного участка, поворачиваем направо, следуя указателям «Конь-Колодезь». Расстояние от Воронежа до села — около 60 км.

КОЛОДЕЗЯМИ РАНЬШЕ НАЗЫВАЛИ МАЛЕНЬКИЕ РЕЧКИ, БЕРУЩИЕ НАЧАЛО ОТ РУЧЬЯ. ДО СИХ ПОР В КОНЬ-КОЛОДЕЗЕ ПОД БОЛЬШИМ МОСТОМ ЕСТЬ ТАКОЙ НЕБОЛЬШОЙ РУЧЕЙ, КОТОРЫЙ ПИТАЕТСЯ ОТ КЛЮЧЕЙ. ЭТО ОДНА ЧАСТЬ НАЗВАНИЯ. ВТОРАЯ ПОЯВИЛАСЬ ПОСЛЕ ТОГО, КАК В 1571 ГОДУ ЗЕМСКИЙ СОБОР ПОСТАНОВИЛ ВОЗВЕСТИ ПО РЕКАМ ОКА И ДОН ЗАЩИТНУЮ СТОРОЖЕВУЮ ЧЕРТУ ОТ КОЧЕВНИКОВ. ОДИН ИЗ ПОСТОВ, ГДЕ ВСЕГДА МОЖНО БЫЛО ПОМЕНЯТЬ ЗАГНАННОГО КОНА, БЫЛ НА МЕСТЕ КОНЬ-КОЛОДЕЗЯ.

СТОЛБ-ОБЕЛИСК

Краевед Анна Тамбовцева, которая считается самым большим знатоком Конь-Колодезя, предлагает начать путешествие со знакомства с 12-метровым каменным столбом-обелиском с фигуркой коня наверху. Это визитная карточка Конь-Колодезя. Здесь часто останавливаются, чтобы сфотографироваться, проезжающие через село автомобилисты. Столб поставили на деньги вице-адмирала Наума Сенявина, который владел этими землями с 1700 года. «Ничейную деревню Конь-Колодезь» (так было написано в указе) подарил флотоводцу за хорошую службу император Петру I.

Кладка столба содержит 512 деталей, которые привозили водным путем из Москвы по реке Дон. На памятнике много украшений, заимствованных из морской символики. Историки архитектуры утверждают, что верстовой обелиск в Конь-Колодезе — уменьшенная копия основания адмиралтейской иглы в Санкт-Петербурге.

Старинная табличка на столбе извещает, что до Москвы от этого места 432 версты. Есть легенда, что в свое время через Конь-Колодезь проезжал Лермонтов и даже написал на столбе короткое стихотворение, но со временем строчки стерлись.

Коренные жители до сих пор рассказывают легенду, что село назвали так потому, что именно в этих краях любимый конь Петра I угодил в колодец и сломал ногу. На самом деле первое упоминание о Конь-Колодезе датируется 1677 годом. В это время будущему императору было всего пять лет, и проезжать на коне по тем краям он не мог.



у
з
н
а
т
ь
м
е
с
т
а



КРАЕВЕДЧЕСКИЙ МУЗЕЙ

Улица Ленина, 153

В 50 метрах от столба стоит небольшой деревянный домик — памятник деревянного зодчества с резной отделкой. Это бывший дом священника. Сейчас здесь находятся аптека и краеведческий музей. Все экспонаты — это предметы, которыми в разное время пользовались местные жители. Здесь можно увидеть лоскутные одеяла, перины, самовары, люльки, глиняную посуду, ступу и другие предметы крестьянского быта жителей Воронежской губернии (до образования в 1954 году Липецкой области Конь-Колодезь был воронежской территорией).



УСАДЬБА СЕНЯВИНЫХ

Улица Ленина, 112

От Конь-Колодезя до ближайшего моря больше тысячи километров, но благодаря вице-адмиралу Науму Сенявину и его потомкам, которые тоже были причастны к морскому делу, село до сих пор в народе называют морским. А усадьбу за оригинальную архитектуру прозвали домом-кораблем.

История усадьбы началась в 30-е годы XVIII века, когда вице-адмирал по делам службы неоднократно бывал на липецких заводах и воронежских верфях. Проект дома он заказал знаменитым мастерам того времени: швейцарцу Пьетро Антонио Трезини, который девять лет был главным архитектором Санкт-Петербурга, первому русскому архитектору города на Неве Михаилу Земцову и архитектору Адмиралтейского ведомства Ивану Коробову.

Усадьба Сенявиных была построена в голландском стиле. В доме стрельчатые и круглые окна, похожие на иллюминаторы, крыша напоминает палубу. Дом Сенявиных в Конь-Колодезе походит по архитектуре на дворец Меншиковых в Петербурге.



Одновременно с усадьбой в Конь-Колодезе была построена каменная церковь Иоанна Богослова, которую взорвали в 1938 году.

Усадьбе почти 300 лет, и за это время она пережила многое — ее продавали за долги, арендовали для писалнической школы, после революции 1917 года там размещался аграрный техникум. Сейчас здание принадлежит Липецкой митрополии. В 2003 году на втором этаже в память о снесенной церкви открыли храм Иоанна Богослова.

На первом этаже работает Народный музей Наума Сенянина, который прошел путь от простого матроса до первого русского вице-адмирала. Здесь можно увидеть настоящие корабельные флаги, рынду, компас, гербы, штурвалы, макеты подводных лодок и кораблей, копии документов, написанных рукой Сенянина, пианино, на котором играли Сенявины и их гости. В музее хранятся образцы морских узлов, морская форма, которую можно примерить, заклепка с крейсера «Аврора», водолазный костюм. Коллекцию экспонатов регулярно пополняют моряки из разных российских городов.



СТАРИННЫЙ ПАРК

За особняком Сенявиных расположен парк, заложенный одновременно с постройкой дома — около 300 лет назад. Адмирал пожелал, чтобы деревья росли на модный тогда «английский манер», чтобы прямые аллеи чередовались с квадратными и прямоугольными посадками, декоративные деревья — с плодовыми. Когда-то площадь парка составляла 17 га, сейчас она гораздо меньше. От центра усадьбы Сенявиных прямо к Дону шла липовая аллея. Эта и другие аллеи сохранились до сих пор. В парке много редких деревьев, которые Сенявины везли со всех уголков Европы.

ЕДИНАЯ ЦЕНА ПОСЕЩЕНИЯ СТАРИННОГО ПАРКА, КРАЕВЕДЧЕСКОГО МУЗЕЯ И МУЗЕЯ АДМИРАЛА СЕНЯВИНА — 50 РУБЛЕЙ. ПЕРЕД ВИЗИТОМ НУЖНО ЗАПИСАТЬСЯ ПО ТЕЛЕФОНУ +7 920 500 84 10 (АННА НИКОЛАЕВНА ТАМБОВЦЕВА).

цена
50
рублей



ДУБ-ДОЛГОЖИТЕЛЬ И ОДИНОКАЯ СОСНА

В парке усадьбы Сенявиных выделяются два дерева. Одно из них — могучий дуб-долгожитель в пять человеческих обхватов. Исследователи установили, что ему не менее 430 лет, но он в хорошем состоянии и до сих пор плодоносит.

Второе необычное дерево — одинокая веймутова сосна на берегу Дона. На самом деле одинокой она была не всегда. В сотне метров от нее стоят такие же деревья, просто время не пощадило некоторые участки парка, и часть сосен погибла. Со временем одинокая сосна обросла легендами. Здесь назначают свидания влюбленные, завязывают ленты на долгую семейную жизнь молодожены, сюда приезжают те, кто еще не встретил свою вторую половинку. Многие верят, что энергетика сосны помогает в личной жизни.

ПЕЩЕРЫ

N52°07'02.7" E039°09'14.4"

Завершить экскурсию по Конь-Колодезю советуем на берегу Дона на окраине села. Здесь на городище раннего железного века находятся пещеры из известняка высотой до трех метров и общей длиной около 40 метров. Точное их происхождение неизвестно. По одной из версий — это творение природы, пещеры появились благодаря потокам подземных вод. По второй — дело рук человека. Люди добывали здесь известняк. Земля над ними вся в воронках, когда-то было несколько лазов, но сейчас почти все входы завалены камнями.

Сразу оговоримся — посещать пещеры можно только летом и ранней осенью. В другое время, когда они завалены снегом или заполнены талой водой, находиться там опасно, может завалить вход. Да и летом в пещерах надо быть очень осторожным — от прикосновения и даже громкого крика порода может начать крошиться. Через пару метров от входа вы сразу попадете в темноту, так что без фонаря или как минимум заряженного телефона сюда лучше не заходить. ☺

ТЕКСТ ЕЛЕНА МИННИБАЕВА
ФОТО НИКИТА БОГДАНОВ

у
з
н
а
т
ь

м
е
с
т
а

Коктейль

DEAD RABBIT COFFEE



БАР-МЕНЕДЖЕР ПАБА О'НАРА
АЛЕКСАНДР НОСКОВ
РАССКАЗАЛ «СЛОВАМ», КАК
ПРИГОТОВИТЬ ХОЛОДНЫЙ
НАПИТОК СО ВКУСОМ
НАСТОЯЩЕГО ИРЛАНДСКОГО
КОФЕ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

ЗАЙМЕТ
10
минут

Горячий ирландский кофе впервые стали подавать в 1940-х годах в Лимерике, согревая замерзших посетителей. Американский журналист Стен Делаплэйн привез этот напиток в Штаты, где ирландский кофе стал очень популярен. Скоро он обрел всемирную известность. Сейчас ирландский кофе переживает второе рождение благодаря барменам со всего мира, которые создают все новые вариации всем известного напитка.

ИНГРЕДИЕНТЫ

на одну порцию

ИРЛАНДСКИЙ ВИСКИ — 30 МЛ
ЛИКЕР «ИРЛАНДСКИЙ КРЕМ» — 30 МЛ
ПОРТО — 30 МЛ
САХАРНЫЙ СИРОП — 15 МЛ
БИТТЕР АНГОСТУРА — 2 КАПЛИ
1 ЯЙЦО (БЕЛОК)

КОКТЕЙЛЬ, КОТОРЫЙ ГОТОВИМ МЫ, — СОВРЕМЕННЫЙ СМЕЛЫЙ ВЗГЛЯД НА КЛАССИЧЕСКИЙ РЕЦЕПТ, ПРИДУМАН ОН БАРМЕНОМ ЗНАМЕНИТОГО ПАБА DEAD RABBIT В НЬЮ-ЙОРКЕ. МЫ НЕ ИСПОЛЬЗУЕМ В ЭТОМ КОКТЕЙЛЕ СОБСТВЕННО КОФЕ, НО ЗА СЧЕТ СОЧЕТАНИЯ ВИСКИ И ИРЛАНДСКОГО КРЕМА ЕГО ВКУС НАПОМИНАЕТ О КЛАССИЧЕСКОМ НАПИТОКЕ. КОКТЕЙЛЬ ПОДАЕТСЯ СО ЛЬДОМ, И У ВАС ЕСТЬ ЕЩЕ ЦЕЛЫЙ МЕСЯЦ ЛЕТА, ЧТОБЫ ЕГО ПОПРОБОВАТЬ.

1. Готовим самый простой сахарный сироп. Смешиваем 2 чайных ложки коричневого сахара с водой в пропорции 1 к 1, нагреваем, чтобы сахар полностью растворился, а затем охлаждаем.
2. Аккуратно разбиваем сырое яйцо, отделяем белок от желтка (нам понадобится только белок: он придаст напитку текстуру и плотность). Добавляем все ингредиенты в шейкер и заполняем его коктейлем льдом.
3. Хорошенько встряхиваем, затем процеживаем коктейль в бокал. Его лучше заранее охладить, поместив на некоторое время в морозилку.
4. Украшаем тертым мускатным орехом — он придаст сладкому напитку пряный аромат с едва уловимой горчинкой.



ЛЕТНИЙ ПИКНИК

с «Родными просторами»



БАТОН «МОЛОЧНЫЙ»

Батон «Молочный» изготавливается на пшеничной закваске в соответствии с нормами ГОСТ. У воздушного и румяного батона нежный молочный вкус и аромат, который многим знаком с детства. Он подойдет для любых бутербродов: можно использовать масло или творожный сыр, фрукты или овощи, любые другие варианты начинок.



ПАРК ПОБЕДЫ

Парк Победы отлично подойдет для насыщенной прогулки: здесь есть карусели, детская площадка, удобные лавочки. Любители пикников могут расположиться на газонах в тени деревьев.

БУТЕРБРОДЫ В ПАРКЕ С АТТРАКЦИОНАМИ



Отпуск в городе может быть не хуже, чем в путешествии за много километров. Главное — создать правильную атмосферу и выбрать интересные занятия. Любителям ностальгии и насыщенного отдыха можно отправиться в парк Победы — посидеть на траве или посмотреть с колеса обозрения на летний город, взяв с собой что-нибудь вкусненькое, как в детстве. Например, бутерброды с батоном «Молочным» от «Родных просторов».



ВОРОНЕЖСКАЯ ОБЛ.,
СЕМИЛУКСКИЙ РАЙОН, С. ДЕВИЦА,
ул. Кольцовская, 27 в.
тел. (473) 239 83 00

WWW.TORTIANA.RU

На правах рекламы

заклад. Не спешите развязывать меня. Сначала отнесите табаку и курительной бумаги Моррелу и Оппенхаймеру. А чтобы вы не скверничали, вот вам еще одна улыбка.

— Видели мы таких, как ты, Стэндинг, — изрек начальник тюрьмы. — Только ничего у тебя не выйдет. Если я не побью тебя в твоей игре, то ты побьешь все рекорды смирительной рубашки.

— Он их уже побил, — сказал доктор Джексон. — Где это видано, чтобы человек улыбался, пробыв в смирительной рубашке десяти дней?

— Напускает на себя, — ответил начальник тюрьмы Аэртон. — Развяжите его, Хэтчинг.

— К чему такая спешка? — спросил я (разумеется, шепотом, ибо жизнь едва теплилась во мне, и я должен был напрячь всю свою волю, собрав последние крохи сил, чтобы голос мой был услышан). — К чему такая спешка? Мне ведь не на вокзал, и я чувствую себя так удобно и уютно, что предпочел бы, чтобы меня не тревожили.

Но они все-таки развязали меня и словно труду костей вытряхнули из зловонной рубашки прямо на пол.

— Неудивительно, что ему было так удобно, — сказал капитан Джеми. — Он же ничего не чувствует. Он парализован.

— Бабушка твою парализована! — крикнул начальник тюрьмы. — Пострели в него в ноги — увидите, как он парализован.

Хэтчинг и доктор схватили меня и поставили на ноги.

— Отпусти его! — приказал начальник тюрьмы.

Жизнь не сразу возвращается в тело, которое практически было мертвым на протяжении десяти

дней, и потому я был еще лишен власти над своим



Джек Лондон



ТЕКСТ ЕЛИЗАВЕТА ТРАВКА
ФОТО ЕЛИЗАВЕТА ТРАВКА

100 ПРИЧИН ЛЮБИТЬ ВОРОНЕЖ

ПРИЧИНА № 34

Новая жизнь
старых
пространств
и исторических
зданий



МЫ РЕШИЛИ СОБРАТЬ СОТНЮ ПРИЧИН,
ЗА ЧТО МОЖНО ЛЮБИТЬ НАШ ГОРОД. ДЕЛИТЕСЬ СВОИМИ :)
#100ПРИЧИНЛЮБИТЬВОРОНЕЖ #SLOVAMAG

ЭФФЕКТИВНЫЙ
РЕКЛАМОНОСИТЕЛЬ
ДЛЯ ВАШЕГО
БИЗНЕСА

90 000
экземпляров*

*ТИРАЖ СЕРТИФИЦИРОВАН
БЮРО ТИРАЖНОГО АУДИТА
«ABC»

ABC

+7 432 235 52 62

ПОЛЕЗНАЯ
ГАЗЕТА
НАШЕГО ГОРОДА



«СЛОВА»
В ТВОЕМ
ИНСТАГРАМЕ
@SLOVAMAG
SLOVAMAG

Пятый

Семнадцатый

Тридцатый

СЛОВА

Март 2018



Жизнь
на виду

16+

Номер о том, что люди



СЛОВА

СЛОВА

Двадцатый

