

# ПЯТНИЦА Орёл #12

ПОЛЕЗНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЖИЗНИ



РЕКЛАМНОЕ СММ

18+

Салон Итальянской

**MARZETTI**

*обуви и одежды*

Г. БРЯНСК, ПРОСПЕКТ ЛЕНИНА, 35 | (4832) 377757



**DIRK BIKKEMBERGS**

*for all mankind*

**PINKO**

**FABI**

**3**ILLIONAIRE  
italian couture

FORTE COUTURE

ATOS LOMBARDINI



PHILIPP PLEIN

**BB**  
**BAGATTO**

**PREMIATA**  
an exclusive world

CORNELIANI



LIU·JO

Mara  
SHOES AND FASHION

PLEIN  SPORT

 FRANCESCO V.

Baldinini

LORIBLU®

Nando Muzi



PEserico

FURLA

  
Marino Fabiani

*Chopard*



**LA SCALA**

Галерея модной одежды



YVES SALOMON

PARIS

LA SCALA

Галерея модной одежды

г. Орел, ул. Советская, 20; +7 910 303 08 88, +7 (4862) 54-11-88

 [lascalaorel](https://www.instagram.com/lascalaorel)  [lascalaorel.ru](https://www.facebook.com/lascalaorel)

# СОДЕРЖАНИЕ

## НОВОСТИ

- 16. Школа шитья легендарного бренда «Burda» теперь в Орле
- 18. Приходи ко мне лечиться!
- 20. Сидрерия | Bottle Shop | Декабрист
- 22. ŠKODA KAROQ – новый флагман класса SUV

## ДЛЯ ВАШЕГО БИЗНЕСА

- 26. Отправьте своего босса в отпуск!
- 28. Время готовить сани: как распределить ресурсы и получить качественную полиграфию к началу года

## К ВАШЕМУ СТОЛУ

- 36. Свинина «правильная» и «неправильная»: мифы и реальность

## ДОМ И ИНТЕРЬЕР

- 40. Слоны на кухне

## ИСТОРИЯ УСПЕХА

- 42. «Мы не рубим бабло»: Grammatic Film о качестве видеопродукта и о съёмочной психологии
- 44. Ведай. Воюй. Владей | Совестью. Силой. Славой
- 46. Пятница 12.0
- 48. Из любителей в профессионалы!

## ОТДЫХ И ДОСУГ

- 50. Умный корпоратив

## КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

- 58. Всё будет гладко!
- 60. Красивая и правильная осанка – залог здоровья!

## ИСТОРИЯ РЕКЛАМЫ

- 64. Фирстиль: от Древнего Египта до наших дней

# СОДЕРЖАНИЕ

## ОРЁЛ ВЧЕРА И СЕГОДНЯ

68. Как молоды мы были...

## ИЗ ЖИЗНИ МОЛОДЁЖИ

70. Современной молодёжи посвящается

73. Картинг-холл «Лион»

## АВТОРСКАЯ КОЛОНКА ВЛАДИМИРА АДАДУРОВА

74. Как фотографировать детей?

## КУЛЬТУРНАЯ ЖИЗНЬ С ОЛЬГОЙ КАСУХИНОЙ

78. Театр – детям!

## ПЕЧАТНЫЙ БЛОГ ВИКТОРА ПАНКОВА

80. Мои 12 стульев

## РАЗГОВОР С МАРИНОЙ АЛЕКСЕЕВОЙ

84. Что в имени тебе моём...

## АФИША

87. «Джазовая провинция»

88. Анонс выставок музея изобразительных искусств

90. Орловский государственный  
академический театр им. И. С. Тургенева

92. Орёлконцерт

# ГЛАВНАЯ ПРЕМЬЕРА



TWIN-SET  
SIMONA BARBIERI

EA7  
EMPORIO ARMANI

Jiji

LIU·JO

ANNARITA N



ул. 8 Марта, 8; т. 48-80-64



МАГАЗИН ЖЕНСКОЙ  
И МУЖСКОЙ ОДЕЖДЫ

 bridge\_butik

*Новая коллекция  
2017-2018 года*

**Императрица**

г. Орёл, ул. Карачевская, 12/3; телефон (4862) 73-56-54

# САЛОН МУЖСКОЙ ОДЕЖДЫ «МОДНЫЙ»

Вещи, которые доставят удовольствие  
каждому мужчине



Повседневный комфорт и одежда высокого класса



## 10% СКИДКА НА КОСТЮМЫ\*

\*Акция действует с 7 октября по 7 ноября 2017 года. Подробности у продавцов-консультантов.

+7 (4862) 76-06-51

г. Орёл, ул. 1-я Посадская, 15  
(напротив памятника А.П. Ермолову)

# АННА | МЕХА • КОЖА Меховой салон

- шубы
- дубленки
- изделия из кожи
- пальто

*Новая коллекция  
2017-2018*

ул. Комсомольская, 50а, тел. 76-40-74

spa DÉLICE

САЛОН КРАСОТЫ SPA DELICE – *10 лет* ВМЕСТЕ!



*В честь своего десятилетия  
салон красоты spa Delice  
представляет новую процедуру*

## **УЛЬТРАЗВУКОВОЙ SMAS-ЛИФТИНГ**

**АБСОЛЮТНО НЕИНВАЗИВНЫЙ АНАЛОГ ОПЕРАЦИОННОЙ ПОДТЯЖКИ  
БЕЗ РИСКОВ И ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ПЕРИОДА  
НАДЕЖНО, БЫСТРО, БЕЗБОЛЕЗНЕННО**

Запись по тел.: +7 (960) 653-38-38, (4862) 73-52-88

г. Орел, наб. Дубровинского, 74

[www.spadelice.ru](http://www.spadelice.ru)

[vk.com/spadelice](https://vk.com/spadelice)

[instagram.com/spa\\_delice\\_orel](https://www.instagram.com/spa_delice_orel)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТАМИ

ПРОКАТ ПЛАТЬЕВ  
И  
АКСЕССУАРОВ



Салон свадебной и вечерней моды



ПЛ. МИРА, 1, ЦУМ,  
НОВЫЙ КОРПУС, 3 ЭТАЖ

ТЕЛ. +7 903 882 10 33  
+7 960 647 93 37

Эксклюзивный представитель  
дома дизайнерских платьев

  
**To be Bride**  
в Орле



## *Универсальное агентство праздников*

*Организует и проведёт:*

### **новогодние корпоративы**

- свадьбу,
- выездную регистрацию,
- юбилей,
- тимбилдинг,
- выпускной,
- концерт,
- детский праздник,

*а также заказ звёздного гостя на ваше торжество.*

*Ваш идеальный праздник – наш результат!*

г. Орёл, улица Осипенко, дом 2

(4862) 78-12-90

(4862) 30-32-90

+7 903 882-10-33

[www.prazdник-orel.ru/](http://www.prazdник-orel.ru/)

[vk.com/club31299199](https://vk.com/club31299199)

[instagram.com/artist\\_event/](https://instagram.com/artist_event/)

WWW.ZOLOTOYBUKET.RU



# GOLD BOUQUET

салон флористической моды

ДЕЛАЕМ ТОЛЬКО КРАСИВЫЕ СВАДЬБЫ  
НАШИ КЛИЕНТЫ ВЫБИРАЮТ ЛУЧШЕЕ  
РЕЗУЛЬТАТ ПРЕВОСХОДИТ ОЖИДАНИЕ  
ГОТОВЫ ПРИСТУПИТЬ К СВАДЬБЕ ВАШЕЙ МЕЧТЫ

ул. Октябрьская 27, ТЦ Атолл (2 этаж)  
ул. Октябрьская 45, (м-н Розовый сад)  
тел.: +7 906-660-71-01





# СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ

В СВАДЕБНОЙ ФЛОРИСТИКЕ

СЕТЬ САЛОНОВ  
ФЛОРИСТИКИ И ДЕКОРА



АРТ - ФЛОРА



# ВЫРАЖАЕМ ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ

## ДАРИМ НАСТОЯЩУЮ КРАСОТУ

---

Подробнее и примеры работ на [art-orel.ru](http://art-orel.ru)



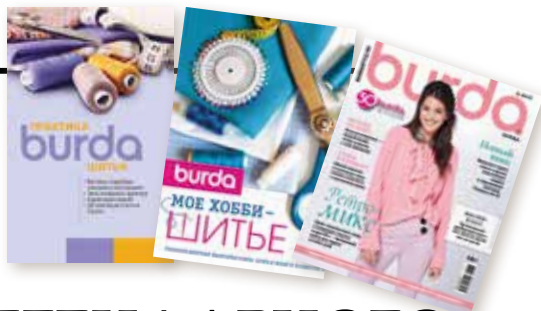
### **Мы предлагаем:**

- Живые цветы, букеты и композиции на любой вкус и кошелек
- Коллекция предметов декора
- Фитодизайн дома и офиса
- Комплекс услуг по оформлению свадеб и торжеств
- Обслуживание корпоративных заказов
- Доставка по городу и области

---

ул. Салтыкова-Щедрина, 35 / тел. 48-48-87

пл. Карла Маркса, 2 / тел. 55-18-88



# ШКОЛА ШИТЬЯ ЛЕГЕНДАРНОГО БРЕНДА BURDA ТЕПЕРЬ В ОРЛЕ

*Энне Бурда: «Начинайте делать то, о чём всегда мечтали. И всё получится!»*



Бренд BURDA в представлении не нуждается. Знаменитый немецкий журнал знают в нашей стране все. Издание родилось в далеком 1950-м году в Германии. В 1965 году тираж издания достиг одного миллиона экземпляров. В 1987 году, в период эпохи перестройки, издание пришло в нашу страну. А в год 30-летнего юбилея журнала Burda в России профессиональная Академия шитья знаменитого бренда Burda гостеприимно распахнула свои двери в самом центре города Орла!

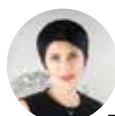
С приходом школы шитья «Академия Burda» в наш город многие получили возможность научиться шить, вязать, вышивать и валять у одних из лучших специалистов в городе! Академии удалось собрать команду молодых и активных профессионалов, которые помогут вам приобрести полезные навыки шитья на всю жизнь. Применять их как хобби или сделать шитьё своей профессией – выбор каждого. А диплом Академии BURDA подсажет, как им правильно распорядиться, когда он только попадёт в золотые руки выпускниц после окончания любого из курсов.

## НАША КОМАНДА:



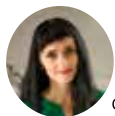
**1. Елена Соколова**, основатель Академии Burda Орёл, преподаватель изобразительного искусства, фэшн-иллюстрации.

**2. Светлана Львова**, преподаватель Академии Burda Орёл, портной, закройщик верхней одежды, конструктор практикующего дизайнера Нелли Калашниковой.



**3. Ольга Вержникова**, преподаватель Академии Burda Орёл, технолог, мастер и организатор производства.

**4. Ирина Левитан**, преподаватель Академии Burda Орёл, создатель Авторской мастерской «Hand-Art», автор мастер-классов по технике валяния из шерсти.

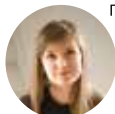


**5. Юлия Коцубинская**, преподаватель Академии Burda Орёл, портной-закройщик 5 разряда, инженер-технолог женской и детской одежды, мастер по изготовлению кружевного белья.

**6. Елена Токарева**, преподаватель Академии Burda Орёл, инженер-конструктор, технолог швейных изделий.



**7. Виктория Максименко**, преподаватель Академии Burda Орёл, мастер вязания и вышивки, специалист по швейному оборудованию.



**8. Ульяна Соколова**, студентка института Карло Секоли, будущий конструктор, дизайнер одежды. Создатель и дизайнер сайта Академии Burda Орёл, аккаунтов в соцсетях.



Удовольствие от шитья напрямую зависит от техники, которой вы пользуетесь. А в школе шитья «Академия Burda Орёл» всё оборудовано по высшему разряду: отдельное рабочее место, современная швейная техника производства концерна Джаноме, профессиональная гладильная система производства Италии V2600 Metalnova и необходимый набор портновских колодок. В процессе обучения каждый обязательно подружится с такой непростой техникой как оверлок и распошивальная машина, получит навыки работы с разными тканями, от хлопка до натурального шёлка и шерсти.

Творческая атмосфера школы шитья «Академия Burda Орёл» – это не только классические курсы

по пошиву прямой юбки на подкладке, платья, блузки, брюк, жакета, пальто, но и нестандартные форматы обучения: совместный пошив, индивидуальное обучение, разнообразные мастер-классы, лекции и экспресс-курсы от известных практикующих дизайнеров нашего города, курсы по вязанию разного уровня и вышивке «Орловский список».

А какая мама не мечтает, чтобы её дочка научилась шить?! Специально для маленьких принцесс таких дальновидных мам Академия Burda разработала обучающий курс «Основы шитья. 12+».



## АКАДЕМИЯ BURDA ОРЁЛ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО ПОЛЕЗНО, ПРЕСТИЖНО, НО И УДОБНО ДЛЯ ВАС:

- Работает 7 дней в неделю с 10 часов утра до 21:30 вечера
- Занятия проходят тремя блоками: утро (10:00 – 13:00), день (14:00 – 17:00), вечер (18:30 – 21:30)
  - Расписание формируется с учётом ваших пожеланий, для этого просто нужно выделить всего 3 часа 1 раз в неделю!
- Вы станете участником партнёрской программы и обладателем «Карты привилегий», что даёт возможность приобретать ткани и всё необходимое для шитья со скидкой в магазинах-партнёрах

*Мы уверены, что, обучаясь в творческой и комфортной обстановке, вы не только приобретёте новые навыки и знания, но и отдохнёте от привычных будней, заведёте приятные знакомства! Добро пожаловать! 11*

ул. Максима Горького, 45, 3 этаж, каб. 5  
 тел. 8-910-748-49-54  
[www.burda-orel.com](http://www.burda-orel.com)  
[vk.com/burda\\_academy\\_orel](https://vk.com/burda_academy_orel)  
[instagram.com/Burda\\_academy\\_orel](https://instagram.com/Burda_academy_orel)



## Приходи ко мне лечиться!

*В Орле открылся многофункциональный ветеринарный центр-клиника нового типа. Впервые в нашем регионе будут лечить не только пушистых и пернатых питомцев, но и парнокопытных. Выбирать ветеринарную клинику для вашего питомца рекомендуется ещё до того, как в доме появятся кошка или собака. Ведь забота о здоровье нового члена семьи – важное дело, и подумать о том, кому доверить её, следует заранее. Вакцинацию, регулярные осмотры, подбор рациона и другие процедуры для вашего домашнего любимца нужно доверять только профессионалам.*

### **И корова, и волчица**

В первую очередь, новый многофункциональный центр отличается подходом. Всегда доброжелательные и чуткие доктора в особо тяжёлых случаях даже приедут к вам домой. Например, если заболела корова или лошадь, и транспортировать её в ветцентр нет никакой возможности.

Лечение дома поможет нездоровому животному чувствовать себя в безопасности и быстрее идти на поправку. Кроме того, в многофункциональном центре вы найдёте лицензированную аптеку, в которой можно приобрести любые ветеринарные препараты по вполне доступным ценам.

### **Стрижка только началась**

Особое внимание здесь уделяют деталям. А как известно, профессионализм состоит из мелочей и тонких нюансов. Взять, например, груминг. Судите сами, разница есть: побрить собаку как барашка, чтобы ей было нежарко, или профессионально подготовить к выставке с помощью модельной стрижки. Именно квалифицированный и обученный специалист знает, как правильно. Есть стрижки, которые нужно делать строго по правилам. Многое зависит от породы собаки. Для болонок и для пуделей подход будет совершенно разным. Профессиональный груминг в среднем стоит 800 рублей.

## Добрый доктор Айболит

*Лечение, уход, кормление, стрижки – будьте уверены, ваши питомцы попадут в заботливые руки профессионалов. И это неудивительно, ведь главный ветеринарный врач клиники Сергей Александрович Ханькин имеет за плечами 17 лет практики и очень щепетильно подходит к вопросам оздоровления четвероногих друзей.*



*В отличие от людей животные не могут сказать, что у них болит. По каким признакам можно понять, что с ними что-то не в порядке?*

Да, это так. Животное становится вялым, скучным, угнетённым. Часто отказывается от еды, от воды. Признаков много: это может быть понос, рвота.

*Каких животных вам приходится лечить чаще всего: кошек или собак?*

В городе Орле – да, в основном, это кошки и собаки. Домашняя птица – в меньшей степени. Если выезжаем в район и область, то это уже и коровы, и овцы, и козы, и лошади.

*Расскажите необычные случаи из вашей практики?*

Однажды, когда я работал ещё на Троицком конезаводе, к нам привезли очень дорогую лошадь по кличке Аристэя. Порода – американская рысистая. Она принадлежала одному известному политику из Москвы. У неё было очень сложное заболевание – атония тонкого и толстого кишечника. И она была буквально на волосок от смерти. Я ни на шаг не отходил от стойла. Пришлось даже ночевать рядом с ней. Вылечил. За это мне подарили автомобиль. Неожиданно, но приятно.

*Кроме вас в Орле никто не выезжает лечить животных из сельской местности – это понятно. А чем ещё ваша ветклиника отличается от других?*

Скоро на базе нашего центра мы откроем ветеринарную стоматологию. Не так давно это стало популярным в Москве: собакам и кошкам вставляют зубы. Домашние животные богатых и знаменитых персон имеют золотые и алмазные челюсти. Из более скромных и традиционных услуг мы делаем кесарево сечение коровам, козам, овцам. И занимаемся искусственным осеменением для животных сельской местности.

*Есть ли у вас какие-нибудь бонусы для первых посетителей?*

Конечно, есть! Обязательно приходите к нам! Для всех желающих у нас **первый приём и консультация бесплатно.**

**Кроме того, в период с 5 октября по 5 ноября вы получите скидку 15% на груминг.**

**Мы находимся по адресу:  
ул. Московская, 177.**

**www.vthelp.ru  
8 900 484-92-50  
8 4862 50-92-50**



# СИДРЕРИЯ | BOTTLE SHOP | ДЕКАБРИСТ

*Французский Kerisac, испанский Trabanco, бельгийский Ruwet, более 300 сортов хмеле-солодовых шедевров со всего мира – всё это теперь можно найти в первом в Орле специализированном заведении 3 в 1 Сидрерия / Bottle shop / Декабрист, открытие которого ценители считают одним из главных гурмэ-событий этого года в регионе.*



## Тут пьют сидр

В первые секунды на посетителя находит оторопь: множество названий, необычные этикетки, разные оттенки цвета. Что выбрать? А выбирать надо персонально. Вкус бармена (а здесь они невероятно эрудированы по части аромата и послевкусия) может не совпасть с мечтами посетителя. Поэтому надо дегустировать. Уже с первого глотка становится понятно, какой из вкусов твой.

Начать лучше с классики. К примеру, французский полусладкий Kerisac из чистого яблока без добавления других фруктов и ягод. Как вариант, тот же Kerisac, но традиционный. В нём присутствует небольшое количество естественного осадка, что даёт приятную терпкость.

## Романтика в бутылке

Если хочется чего-то совсем необычного, стоит обратить внимание на французские изыски. К примеру, Val de Rance – это доминирующее яблоко с добавлением сока персика и даже грейпфрута, а Artisanal – вкус свежескошенного сена и яблочного мармела-

да. Этот удивительный продукт дарит ценителям аромат тихого летнего вечера.

В качестве основного сырья может выступать не только яблоко, но и груша, и другие фрукты. Эксперты отдают предпочтение сбалансированному яблочно-грушевому купажу с тонким вкусом и богатым послевкусием. Стоит также попробовать вариант с барбарисом (вкус конфет из детства!) или элитный французский сидр со вкусом ежевики, бузины и яблок.

## Как, с чем и где?

Яблочный игристый напиток в жару освежает, а в холод согревает, поэтому удовольствие приносит в любой сезон. Спровоцировать его можно любимыми блюдами – от утиногo стейка

до десертов, приготовленных кондитером из высококачественных продуктов. Всё это есть в меню сидрерии. Для пробы можно брать небольшие импортные бутылочки «на одного» или разливные сорта из кранов. А для тех, кто за рулём, имеются и лайт-предложения: безалкогольное пенное, необычные соки и фантастические био-лимонады родом из Германии.



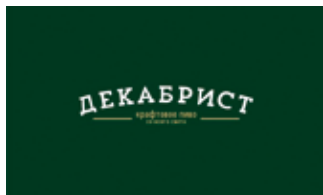


## BOTTLE SHOP: ПЕННОЕ СО ВСЕГО СВЕТА

*История, характер и миссия – вот что отличает сегодня крафтовые пивоварни от стандартных многотонных производств. Не только вкус и аромат, но и плотность, индекс хмелевой горечи, степень обжарки солода – вот чем интересуются производители, которые несут... нет, не в массы, а в небольшие сообщества ценителей свой уникальный продукт.*



Их идею в Орле поддержал магазин-паб Bottle shop. Здесь подобрано более 300 сортов хмеле-солодовых шедевров из Америки и Испании, Нидерландов и Прибалтики, Германии и Норвегии, Англии и Шотландии. Огромен выбор и отечественного пенного. Именные бренды AF Brew (Санкт-Петербург), Plan B (Ярославль), Heartly (Липецк) и даже знаменитая «Атомная прачечная» от екатеринбургской марки Jaws... Перечислять можно долго, но лучше пробовать.



*Декабрист:  
удивительная проба*

А попробовать можно в просторном пабе «Декабрист», который находится рядом с магазином. Атмосфера в нём не то чтобы расслабляющая, а скорее концентрирующая. Хочется сосредоточиться на вкусе, аромате и продуктивной беседе с барменом, который знает о содержимом своих погребов столько, что способен подобрать сорт под личные пристрастия, настроение и ситуацию.

За стойкой – 25 кранов. И этого

достаточно, чтобы навсегда избавиться от пивных стереотипов.

### Пенное просвещение

В «Декабристе» составлена интереснейшая подборка, в которой раскрыты все стили и направления пенного продукта.



Тургенева, 37,  
т. 48-80-67  
[vk.com/dekabrist\\_orel](https://vk.com/dekabrist_orel)  
[instagram.com/dekabristorel/](https://instagram.com/dekabristorel/)

Классический лагер, шотландский эль (а также дупель, трипель и квадрупель) восхищают всех, кто пробует впервые.

В качестве добавок могут выступать фрукты (хмель и маракуйя, кстати, отличный тандем!), а может и рис. Он даёт оригинальный копчёный привкус – это для любителей экзотики и вообще для любопытных посетителей, которых с каждым днём здесь появляется всё больше.

### Как пить крафт?

Эксперты считают, что рукотворное коллекционное пенное стоит пить без сопровождения, чтобы не забывать аромат и не смешивать вкусы. Но поскольку оно всё-таки способствует аппетиту, в пабе «Декабрист» имеется и своя кухня. Там готовят бургеры, рёбрышки BBQ, жарят стейки из говядины, виртуозно крутят колбаски из мяса всех сортов, а фишка заведения – это гренки из пивной дробины.

Если одной закуской насытиться не удастся, стоит прийти в «Декабрист» на живые концерты, которые с наступлением осени проводятся всё чаще. Музыка, удивительные вкусовые открытия и выверенный до последнего гвоздя интерьер – тройная гарантия хорошего вечера. 📍



# ŠKODA KAROQ – НОВЫЙ ФЛАГМАН КЛАССА SUV

ŠKODA



Совсем недавно с конвейера завода ŠKODA в чешском городе Квасины сошел первый компактный SUV ŠKODA KAROQ.

Новая модель сочетает в себе лучшие качества бренда: эмоциональный и динамичный дизайн, невероятно просторный салон, новейшие системы помощи водителю, а также мощные и экономичные двигатели. Первые автомобили ŠKODA KAROQ будут переданы покупателям в октябре этого года. «Старт производства ŠKODA KAROQ — значимое событие для компании ŠKODA, в особенности для команды на заводе в Квасинах, — комментирует Михаэль Оэльеклаус (Michael Oeljeklaus), член Совета директоров ŠKODA, ответ-

ственный за производство и логистику. — Последние несколько месяцев все сотрудники предприятия тщательно и интенсивно готовились к запуску производства нового компактного SUV».

Новый ŠKODA KAROQ, премьера которого состоялась в Стокгольме в середине мая, — компактный SUV с характером. Его эмоциональный и динамичный дизайн с множеством «хрустальных» элементов является образцом нового фирменного стиля ŠKODA для автомобилей сегмента SUV. Среди его главных отличительных особенностей — багажник объемом до 1 630 литров, полностью светодиодные фары головного освещения и впервые доступная для автомобиля ŠKODA цифровая приборная



панель с полностью настраиваемым графическим оформлением. Для ŠKODA KAROQ предлагается пять вариантов двигателей мощностью от 85 кВт (115 л.с.) до 140 кВт (190 л.с.). Новый компактный SUV также впечатляет практичными решениями: KAROQ может быть оснащён виртуальной педалью для бесконтактного открытия дверцы багажника и опциональной системой VarioFlex для трансформации задних сидений. Предприятие в Квасинах — одна из трёх производственных площадок ŠKODA в Чешской Республике. Завод является одним из крупнейших работодателей в Кралоупеградском регионе: здесь работает около 8 000 сотрудников. За последние годы его производственный потенциал был значительно расширен и модернизирован. Только с 2015 года ŠKODA инвестировала порядка 11 миллиардов крон в развитие мощностей завода по производству автомобилей класса SUV. В ближайшие годы компания планирует

увеличить объёмы выпуска до 295 000 единиц в год.

В рамках Стратегии-2025 ŠKODA реализовывает масштабную кампанию по расширению модельного ряда, в первую очередь марка сосредоточена на укреплении позиций в сегменте SUV. С началом серийного производства KAROQ бренд делает очередной важный шаг в реализации этой стратегии. И хотя старт продаж на европейских рынках запланирован на октябрь этого года, убедиться в превосходстве бренда ŠKODA в сегменте SUV вы можете уже сейчас, пройдя тест-драйв у официального дилера «Возрождение Север» по адресу:

**деревня Хардиково,  
улица Лесная, 1А.**

Подробности по телефону

**495-465**

**skoda-voztrojdenie.ru**

# СОВСЕМ СКОРО



ОТ СОЗДАТЕЛЕЙ «БРАТЬЕВ ГРИЛЬ»



# АВТОМОБИЛЬНЫЙ ПОРТАЛ

ХОЧЕШЬ **ЗНАТЬ**,  
**СВОЙ** где **ОБСЛУЖИВАТЬ**  
автомобиль,  
читай **АВТОГИД!**

- 📞 78-39-49
- 🌐 авто-гид.рф
- ✉ avto.gid57@yandex.ru
- 📌 vk.com/avto.gid57
- 📷 instagram.com/avto.gid57

## ОТПРАВЬТЕ БОССА В ОТПУСК С TELE2

Составьте туристический маршрут по одному из городов России для своего Босса, а мы сделаем все, чтобы его реализовать

**TELE2**  
для дела



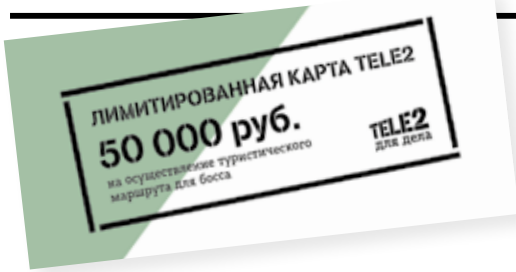
# ОТПРАВЬТЕ СВОЕГО БОССА В ОТПУСК!

НОВЫЙ ПРОЕКТ TELE2 «ОТПРАВЬТЕ БОССА В ОТПУСК» – ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ НЕ ТОЛЬКО ДАТЬ СВОЕМУ РУКОВОДИТЕЛЮ ОТДОХНУТЬ, НО И РАЗРЯДИТЬ АТМОСФЕРУ В КОЛЛЕКТИВЕ И ПРОДЕМОНСТРИРОВАТЬ ТВОРЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ В РЕШЕНИИ НЕСТАНДАРТНЫХ ЗАДАЧ. ОТПУСК ПО ДРУГИМ ПРАВИЛАМ – В ПРАВИЛАХ АЛЬТЕРНАТИВНОГО ОПЕРАТОРА МОБИЛЬНОЙ СВЯЗИ TELE2.

## В ЧЁМ СУТЬ?

Идея конкурса креативна и в то же время проста – коллективу компании нужно собраться в свободное от работы время и придумать, в какой из городов России отправить своего босса. Будет ли это Сочи

или Воркута – на усмотрение сотрудников. Главное – составить интересный туристический маршрут в границах выбранного населённого пункта и разместить его на [tele2.infoorel.ru](http://tele2.infoorel.ru). На этом сайте можно узнать обо всех деталях проекта.



## В ЛЮБОЙ ГОРОД СТРАНЫ

Городов в стране много, каждый чем-нибудь да знаменит. Во многих есть интересные места, посмотреть которые не всегда получается даже у самых больших боссов. И если стоит задача действительно порадовать руководителя, стоит исподволь выведать его туристические мечты. Может быть, он грезит о рыбалке на Волге или о снежных шапках Эльбруса, а может, хочет посетить усадьбу Деда Мороза. Сотрудникам – карты в руки! Точнее, одну карту, зато какую: Tele2 подарит победителю сертификат номиналом 50000 рублей. Авторы самого интересного маршрута отправят руководителя на эту сумму по заданному пути. Хватит и на трансфер, и на услуги гида, и на музейные билеты, и даже на сувениры. То есть высокопоставленному путешественнику вообще не придётся тратить личные финансы. **И даже мобильная связь будет бесплатной: Tele2 предоставит победителю в дорогу брендированный смартфон и SIM-карту с настроенным корпоративным тарифом «Гамма». А это и безлимит внутри компании, и 500 минут по России, и 5 Гб интернета, и даже 500 SMS или MMS за 210 рублей в месяц. Неплохо, да? Теперь экономисты могут не волноваться – перерасход по связи отменяется!**

## КАРТА ОДНА, ОТПУСКА – ДВА

Поучаствовать в уникальном проекте Tele2 непременно захотят те коллективы, которые:

- ИСКРЕННЕ ЛЮБЯТ И ЦЕНЯТ СВОЕГО БОССА
- УМЕЮТ ХОРОШО РАБОТАТЬ, НО ХОРОШО ЗНАЮТ ЦЕННОСТЬ ОТДЫХА

- ХОТЯТ УСТРОИТЬ ДВОЙНОЙ ОТПУСК: СЕБЕ И РУКОВОДИТЕЛЮ
- ВСЕГДА ГОТОВЫ К МОЗГОВЫМ ШТУРМАМ, КРЕАТИВУ И СОРЕВНОВАНИЯМ
- ЛЮБЯТ ПИЦЦУ. ДА-ДА, ИМЕННО ТАК! АВТОРАМ ЛУЧШЕГО ПРОЕКТА ЗА ТРУДЫ ТОЖЕ ПОЛОЖЕНА НАГРАДА – ПИЦЦА В ОФИС ДЛЯ ВСЕХ.

## ПОДСКАЗКИ

Выбор города – на вкус авторов. Но он должен быть реально существующим. Объекты посещения, транспортные средства, названия заведений и улиц – все детали предлагаемой поездки будут тщательно проверяться членами судейской коллегии Tele2. Поэтому кое-как состряпанные «путеводители» быстро сойдут с дистанции. Конкурс будет проходить в два этапа: сначала оценивать работы и выбирать пять лучших идей будет интернет-пользователи на сайте [tele2.infoorel.ru](http://tele2.infoorel.ru). Потом из этих пяти работ жюри выберет единственного и неповторимого победителя. Следовательно, к процессу туристического планирования следует подойти со всей ответственностью.

В маршрут можно включать не только достопримечательности, но и сведения об истории города, традициях местности, кухне, костюмах, песнях, сказках. И чем необычнее, тем лучше!

## НА СТАРТ! ВНИМАНИЕ!

Проект-игра, на кону которого 50000 рублей, свободное общение с помощью связи Tele2 в отпуске и счастье босса, продлится с 16 октября по 16 декабря. До 30 ноября работы можно размещать на сайте [tele2.infoorel.ru](http://tele2.infoorel.ru). Голосование будет честным, выбор судей – справедливым. Победит тот проект, в котором обнаружатся географическая изюминка, хороший вкус и занимательные детали. А пока уже можно готовить платочки, чтобы махать ими вслед поезду, уносящему шефа в неведомые дали. **П**

# ВРЕМЯ ГОТОВИТЬ САНИ:

## КАК РАСПРЕДЕЛИТЬ РЕСУРСЫ И ПОЛУЧИТЬ КАЧЕСТВЕННУЮ ПОЛИГРАФИЮ К НАЧАЛУ ГОДА

Итак, все дедлайны давно упущены, вместе с последними хризантемами увядает надежда на хорошие календари, качественные визитки, современные афиши... В общем, можно было бы начать печалиться. Но рекламное агентство «Пятница» не допустит уныния в рядах своих клиентов. И посему сообщает, что ещё можно успеть заказать всю необходимую к Новому году рабочую полиграфию. Да-да, тиражи поспеют в срок, ещё до 12-го удара курантов!

Но для этого нужно уже сейчас, не откладывая, составить список того, что нужно для эффективной деятельности бизнеса в будущем 2018-ом. В список могут войти:

- **Календари, конечно!** Как же без них?!
- **Буклеты** (любого формата)
- **Листовки**
- **Афиши**  
(от «раздатки» до полноценных городских)
- **Визитки** (с новым дизайном – в новый год!)
- **Сувениры** (тут – простор для фантазии. В топах запросов по «сувенирке» сегодня лидируют ежедневники, USB-накопители и ручки)
- **Пресс-воллы**  
(для фотосетов или пресс-конференций)

## В МЫСЛЯХ О КЛИЕНТАХ

Стильная и качественная полиграфия добавляет баллы к имиджу компании. Однако, она должна быть ещё и полезной. Разберём на примере календарей. Заказывая тираж, стоит задуматься о том, насколько удобно будущим владельцам будет пользоваться этой бренд-продукцией.

- **Карманные календари** – спорная тема. В век смартфонов дополнительная «бумажка» с мелкими цифрами не функциональна. Но зато она может стать, к примеру, закладкой для ежедневника. Стоп! А не лучше ли тогда сразу заказать партию закладок?!
- **Настольные календари-«домики»**. Более ценными считаются перекидные варианты, в которых не все 365 дней вмещены на одну плоскость
- **Настенные календари**. По месяцам – красиво. По кварталам – функционально. Здесь есть ещё и момент экономии. Дизайн квартального календаря предполагает разработку верхней «картинки» и «подвала». А вот для перекидного календаря нужно заказывать отрисовку всех 12 месяцев







Дарить партнёрам и клиентам флешки маленькой ёмкости тоже не стоит. Ведь в век мобильной информации нужны объёмные хранилища. И в этом случае лучше никак, чем кое-как.

Стоит задуматься о необычных, но полезных сувенирах. В этом смысле брелок-рулетка, конфетки в брендированной обёртке и аккуратная сумочка-шоппер будут для многих приятнее, чем безразмерные футболки и бейсболки. В общем, хотите, чтобы клиент вас любил, – думайте о его потребностях, как о своих собственных. Но не долго. Год на исходе. Зима близко...

## РА «ПЯТНИЦА» НА СТРАЖЕ КАЧЕСТВА

Если вы не знаете, какой должна быть ваша полиграфия и «сувенирка», приходите к дизайнеру «Пятницы». Они помогут разработать фирстиль с нуля или подкорректируют существующий.

Индивидуальный подход – это для сотрудников РА «Пятница» не дежурная фраза. Если есть большие планы, но ограничена финансовая возможность, вместе с «Пятницей» можно привести всё в гармонию и получить нечто действительно яркое и запоминающееся.

Качественное воплощение. Вся продукция печатается только на современном высокопроизводительном и точном оборудовании. Так что за сроки и цветопередачу можно не волноваться!

## ЛЮБОЙ ТИРАЖ. ДА-ДА, ХОТЬ МИЛЛИОН!

Услуги по распространению. Когда собственных ресурсов не хватает, а нужно ввести рекламный продукт «в народ», «Пятница» поможет сделать это своевременно!

## ВСЁ ЕЩЁ ДУМАЕТЕ? А ЧАСИКИ ТИКАЮТ!

## УСПЕЙТЕ СОЗДАТЬ НОВОЕ ЛИЦО ВАШЕГО БИЗНЕСА К НОВОМУ ГОДУ!

**ЗВОНИТЕ! 48-67-88**




# НИТЕСН


сервисный центр




**ТЕПЕРЬ ТЫ ЗНАЕШЬ, ГДЕ  
ЧЕСТНЫЙ РЕМОНТ**


 8 (4862) 783 777

 ПН-ПТ 10-19; СБ 10-16; ВС ВЫХ

 г. Орел, ул. 2-ая Посадская, 2

 +7 962 475 3777

 htcomp.org

 hitechorel@gmail.com



**21 сентября 2017 г.**

**Тренинг**

**ЕВГЕНИЙ ЖИГИЛИЙ**

**«РАБОТА С ЛЮБИМИ ВОЗРАЖЕНИЯМИ И СОПРОТИВЛЕНИЯМИ»**

Бизнес-тренер, коуч, создатель компании «Masterzvonka», автор и ведущий интенсивного курса «Как объяснять, убеждать, продавать по телефону». Автор двух книг «Лучшие книги по продажам», «Мастер звонка». 19 лет в продажах, из них 6 лет в области продаж автомобилей. Практик. Продавец-консультант товаров, услуг, автомобилей, бизнес-тренер, руководитель Отдела Обучения Розничного подразделения (4 года) в ГК РОЛЬФ. Обучение тренеров с нуля.

**17 октября 2017 г.**

**Семинар**

**АЛЕКСАНДР ФРИДМАН**

**«ВЫ ИЛИ ХАОС. ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ РЕГУЛЯРНОГО МЕНЕДЖМЕНТА»**

**18 октября 2017 г.**

**Семинар**

**БОСС-КАМЕРТОН: ПЕРСОНАЛЬНАЯ**

**ВЛАСТЬ ЛИДЕРА И НАСТРОЙКА МЫШЛЕНИЯ ПОДЧИНЁННЫХ»**



Управляющий партнёр консалтинговой компании AmadeusGroup, Рига, Латвия. Бизнес-тренер и консультант. Ведущий эксперт по регулярному менеджменту на «Постсоветской» территории. Специализация: Профессиональная эксплуатация персонала. Внедрение регулярного менеджмента. Обеспечение культуры execution: технологии управления достижением запланированного результата. Повышение управленческой квалификации руководителей. Стаж в профессии: 24 года.

**8 ноября 2017 г.**

**Тренинг**

**«СКРИПТЫ ПРОДАЖ. 105 ПРОДАЮЩИХ ФРАЗ»**

**ВЛАДИМИР ЯКУБА**

**Владимир Якуба** – бизнес-спикер, предприниматель.

10 лет в сфере подбора и оценки персонала.

Один из лучших хедхантеров России: ТОП 7 и ТОП 4 по версии журналов «Управление персоналом» и «ПРОФИЛЬ» в 2012 г.

Ведущий ТВ- программы «Кадры решают» на телеканале «Успех». Владимир проводит более 100 тренингов и реализи-семинаров в год в России, Украине, Казахстане, странах Балтии. Генеральный директор ведущего кадрового агентства в РФ TomHunt.



**23 ноября 2017 г.**

**Практикум**

**«29 СПОСОБОВ БЫСТРОГО ПРИВЛЕЧЕНИЯ КЛИЕНТОВ»**

**ИЯ ИМШИНЕЦКАЯ**

**Ия Имшинецкая** (г. Москва) -

эксперт международного класса по привлечению и удержанию клиентов, разработчик авторских программ продвижения бизнеса с 1993 года, основатель авторской Школы креатива в рекламе.

Её практикумы и тренинги – это 100% авторские

бизнес-программы. Более 230 разработанных и успешно внедрённых проектов продвижения в 40 городах 5 стран. Опыт работы 22 года. Кандидат филологических наук. Автор 10 книг о продвижении и рекламе.



**Заявки на участие ждём: [info@rimedo.ru](mailto:info@rimedo.ru). Звоните: +7 (4722) 373-678.  
Приходите на чай/кофе : г. Белгород, ул. Королёва, 2А, корпус 2, офис 111  
Наши группы в соцсетях: [vk.com/resource31](https://vk.com/resource31); [instagram.com/resource31/](https://instagram.com/resource31/)**

**Для читателей журнала «Пятница Орёл» скидка 1000 р. на дорогу до Белгорода!!!!**

# ПЯТНИЦА Орёл #12

ПОЛЕЗНЫЙ ЖУРНАЛ ДЛЯ ЖИЗНИ

**АВТОР ПРОЕКТА и ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР** Михаил Александрович Есипов.

**РУКОВОДИТЕЛЬ ПРОЕКТА** Ольга Башкарёва.

**АВТОРЫ и КОРРЕСПОНДЕНТЫ:** Ирина Костина, Ирина Романова, Ирина Крахмалёва, Ольга Касухина, Сергей Широкин, Виктор Панков, Владимир Ададунов, Марина Алексеева.

**КОРРЕКТОР** Василий Сапрыкин.

**ГЛАВНЫЙ ДИЗАЙНЕР** Светлана Каськова.

**ДИЗАЙНЕРЫ:** Юлия Шмиголь, Галина Егоренкова, Анастасия Харчикова, Анна Тучкова.

**ФОТОГРАФЫ ПРОЕКТА:** Александр Полшведкин, Олеся Суровых

**АВТОР ОБЛОЖКИ** Виктор Панков.

**PR и ПРОДВИЖЕНИЕ** Михаил Есипов.

Адрес редакции и издателя:

302028, г. Орёл, ул. Ленина, д. 1.

Ежеквартальный журнал «Пятница Орёл». Сентябрь 2017 года №12.

Редакция 8-910-748-56-88, 8-910-748-69-88, [ema@list.ru](mailto:ema@list.ru).

Журнал издаётся с декабря 2014 года.

Учредитель, редакция и издатель журнала ООО «Пятница».

Журнал зарегистрирован в управлении Роскомнадзора

по Орловской области за регистрационным номером

ПИ №ТУ57-00273 от 29 июля 2014 года. Рекламное издание.

Отпечатано в типографии РИДО.

603074, Н. Новгород, ул. Шаляпина, 2а, [www.rido.ru](http://www.rido.ru).

Подписано в печать 30 сентября 2017, 18:00.

Дата выхода в свет 10 октября 2017 г.

Тираж 3000 экз. Распространяется бесплатно.

Редакция не несёт ответственности за точность и содержание материалов.

Присланные рукописи, рисунки, фотографии не возвращаются. Опубликованные материалы охраняются законодательством РФ об авторском праве. Воспроизведение материалов в любом виде запрещается без согласования с редакцией. Мнение редакции может не совпадать с мнением автора.

РЕВОЛЮЦИОННОЕ ТОПЛИВО ЭКТО 100



ЛУКОЙЛ

*в городе!*



АБСОЛЮТНАЯ ЭНЕРГИЯ  
РОЖДАЕТ АБСОЛЮТНУЮ СКОРОСТЬ

Московское шоссе, 175Б



PORSCHE ВЫБИРАЕТ

ЭКТО 100



# СЛУЖБА ДОСТАВКИ ЕДЫ



**+7 (4862) 492-491**  
с 10:30 до 22:30  
без выходных



г. Орёл,  
ул. 1-ая Посадская, 33  
ул. Раздольная, 76/2  
(возможен самовывоз)



квикфуд.рф



operator@kvikfud.ru



Выставочные залы:

«ЮС-Мебель»

- г. Орёл, ул. Лескова, 19,

ТЦ Протон, 4-й этаж

- г. Орёл, ул. Московская, 42,

ТЦ Аэлига, 1-й этаж

Телефон: (4862) 54-13-39, 49-85-08

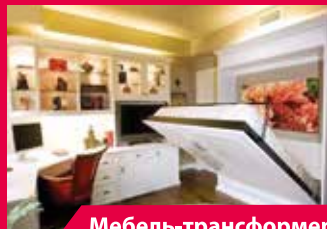
юс-мебель. рф



Радиусная мебель



Мебель для детской



Мебель-трансформер



Мебель для кухни

Ассортимент и сложность  
ограничены только фантазией

Собственное производство

Рассрочка \*

Сервисная служба «Мебельный Мастер»

Подробнее на сайте: ЮС-МЕБЕЛЬ.РФ

\* Рассрочка от компании ЮС-МЕБЕЛЬ (ИП Суглобов Ю.А.) и от банков- партнеров: АО «Банк Русский Стандарт», ООО «Русфинанс Банк», ООО «КБ «Ренессанс Кредит»



**ЗНАМЕНСКИЙ**  
селекционно-генетический центр

## Свинина «ПРАВИЛЬНАЯ» и «НЕПРАВИЛЬНАЯ»: МИФЫ И РЕАЛЬНОСТЬ

Ароматный шашлычок, шкварчающая на сковороде отбивная, нежная, тающая во рту ветчина, пряная колбаса... Как обеднели бы наши столы, не будь её – свинины – мяса, которое по праву называют универсальным! В ряде стран Европы и Америки свинина – «мясо №1». Она – один из самых потребляемых продуктов в России, вокруг которого до сих пор разгорается множество споров. Относительно её пользы и вреда существует немало мифов, порождаемых попытками вести здоровый образ жизни. Журнал «Пятница» решил развеять несколько самых популярных заблуждений. На наши вопросы ответили врачи и технологи Знаменского СГЦ – одного из крупнейших и наиболее уважаемых мясоперерабатывающих производств России.



### **МИФ 1. «СВИНИНА – «НЕЧИСТОЕ МЯСО», СВИНИНА – «МЯСО С ЗАПАХОМ»**

Свинья – животное особенное: нежвачное и всеядное. С одной стороны, это неплохо, потому что фермерам проще прокормить прожорливых питомцев. Свиньи плодовиты и быстро набирают вес, поэтому свиное мясо во все времена считалось доступным продуктом, который дешевле говядины.

С другой стороны, сегодня многих смущает именно всеядность свинок. Как понять, чем животное кормили? Какие вещества накопило мясо? К тому же, бытует мнение, что при содержании свиньи в «фермерско-домашних» условиях мясо приобретает своеобразный запах. Опасения справедливы. Но лишь отчасти. И лишь касательно малых, подсобных хозяйств.

В больших свиноводческих компаниях процесс кормления поставлен на поток.



В течение всего периода роста животные едят исключительно комбикорм. И никаких «отходов общепита»! Почему? В первую очередь, потому, что необходимо исключить попадание на комплексы болезнетворных организмов. По этой же причине любое уважающее себя большое свиноводческое хозяйство старается производить своими силами и корма. К примеру, Знаменский СГЦ имеет огромный цех по производству еды для своих питомцев.

Современные комбикорма почти на 100% состоят из растительных компонентов, поэтому свиноводческие компании стараются создавать растениеводческие кластеры, обеспечивающие комбикормовые заводы исключительно собственным сырьём. Всё это – опять же для снижения рисков заноса инфекций, а также для контроля качества на всех этапах – от зёрнышка на поле до мяса на прилавке.

Любопытно, что для каждого возраста животных разрабатывается особый состав комбикорма. В Знаменском СГЦ, к примеру, за полгода (столько нужно хрюшке для достижения массы в 115 кг) применяется 5 (!) рецептов, в зависимости от стадии развития. Расчёт рациона для каждого этапа роста свинки – работа десятков, а то и сотен учёных. Их усилия тратятся на то, чтобы кормление животного было эффективным, а мясо – максимально вкусным и полезным. Конечно же, эпитеты «грязное» и «нечистое» никак нельзя применить к мясу животных, которые сидят на такой сбалансированной, вегетарианской диете! Про запах не стоит и говорить: специи для такой свинины – ненужный атрибут!

## МИФ 2.

### «ДОМАШНЯЯ» СВИНИНА ЛУЧШЕ «ЗАВОДСКОЙ»

Это одно из самых глубоких заблуждений, дошедшее до нас ещё с советских вре-



мён. Дело в том, что качество свиного мяса зависит от породы и, главным образом, рациона кормления животного. В отличие от большинства фермерских хозяйств, где животных зачастую кормят «чем придётся», большие свиноводческие компании весьма трепетно подходят к вопросам кормления. Сегодня уже нет смысла доказывать, что при «комбикормовой диете», которую применяют все крупные хозяйства, показатели мяса (уровень pH, насыщенность витаминами и минералами, постность, органолептические свойства) лучше, чем у «частников». Это – объективная реальность.

В вопросе конкуренции «заводской» и «домашней» свинины есть и другой аспект: порода. Большие селекционные компании, такие как Знаменский СГЦ, постоянно следят за «чистотой» линий, и, самое главное, постоянно работают над повышением эффективности пород, улучшения их мясных качеств. «Частник» этого позволить себе не может и оказывается в заведомо проигрышном положении. Самое лучшее, что он способен сделать – закупить «стартовое стадо» у селекционно-генетических центров (в итоге так и происходит – к примеру, Знаменский СГЦ поставляет животных в фермерские хозяйства 50 регионов России).

Первоначальное поголовье для Знаменского СГЦ было поставлено 11 лет назад



суточную потребность в белке взрослого 70-килограммового человека!

В-третьих, свинина содержит большое количество железа (меньше, чем говядина, но больше, чем куриное мясо), а также витаминов группы В (кусочек филе в 100 г на 60% покрывает дневную потребность в витамине В1). Наконец, свинина богата цинком (1,5-4 мг на 100 г) и селеном. Она прекрасно подходит для меню людей, следящих за своим здоро-

нидерландской компанией Нурог, одной из крупнейших в мире в области селекции свиней. Совсем недавно, в 2016 году, были опубликованы итоги анализа сотен образцов свинины, сделанного Национальной комиссией Франции. Мясо пород Нурог признали одним из лучших в Европе по целому ряду показателей и соответствующим строгим стандартам европейской безопасности, а значит, и наша, орловская свинина от Знаменского СПЦ также является таковой.

### МИФ 3.

## «СВИНИНА – СЛИШКОМ ЖИРНОЕ МЯСО»

Свинина – не настолько жирная, как принято считать. Мясо свиньи самым благоприятным образом вписывается в рамки диетического питания, так как его калорийная ценность близка к калорийности мяса птицы (105-135 ккал на 100 г), содержание жиров – минимально (в среднем, 3 г на 100 г). Свинина имеет ярко выраженный жир, что позволяет с легкостью убрать его, если требуется. Помимо этого, липиды свинины большей частью составлены из ненасыщенных жирных кислот (на 60%, как и в курином мясе). Эти хорошие жиры способствуют предотвращению сердечно-сосудистых болезней.

Во-вторых, белок свинины – очень качественный. Всего 150 г мяса на 50% покрывает

вьем и формой. Свинину рекомендуют употреблять и кормящим женщинам, так как она хорошо влияет на выработку грудного молока.

Если говорить о вреде свинины, то единственное, на что стоит обратить внимание – содержание жиров и токсинов в производных свиных продуктах, особенно в колбасах. Злоупотребление ими может иметь отрицательное влияние на человеческий организм. С этой точки зрения более предпочтительными являются ветчины.

### МИФ 4.

## «САЛО – ВРЕДНАЯ ЕДА»

Продукт высококалорийный, да. Но не вредный. Как только многие из нас представляют кусочек сала на чёрном хлебушке, так сразу начинается активное слюноотделение. И это неслучайно. Ведь организм мудрее нас. Это подтверждают и специалисты из Мюнхенского университета. С помощью современных микробиологических технологий они исследовали состав свиного сала и обнаружили в нём полезные вещества, в том числе уникальную арахидоновую кислоту, которая входит в состав жизненно необходимого витамина F. Поэтому новейшая парадигма здорового питания нарекает умеренное потребление животных жиров полезным! К тому же, свиной жир – причина сочности мяса и проводник вкуса.

Кислоты, которые содержатся в этом чудо-продукте, обладают желчегонным действием и помогают, как это ни странно, образованию в печени «хорошего» холестерина и расщеплению «плохого». Мононенасыщенная олеиновая кислота, например, защищает клеточные стенки печени и почек от продуктов окисления и борется с развитием атеросклероза. Немецкие учёные относят сало к полезным животным жирам и даже советуют ежедневно включать кусочек в диеты для сердечных больных.

Есть ещё одна удивительная особенность этого, на первый взгляд, обычного продукта: он не накапливает в себе радионуклиды. И даже, как доказали канадские токсикологи из высшей медицинской школы Торонто, способствует выведению ядовитых веществ из организма человека.

### МИФ 5.

## «СВИНИНА СОДЕРЖИТ АНТИБИОТИКИ»

Довольно расхожее мнение, вошедшее в обиход из-за массового применения антибиотиков на куриных фермах. Со свинками дело обстоит иначе. Уже давно доказано, что применение антибиотиков ведёт к снижению иммунных функций организма; это недопустимо на предприятиях, занимающихся селекцией животных. Поэтому такие, как правило, крупные, компании стремятся сохранить так называемый «статус здоровья» благодаря строгим мерам по биобезопасности. Современные свино-комплексы, как неприступные крепости, вооружены многочисленными биобарьера-

ми, препятствующими попаданию в стада патогенной микрофлоры. В Знаменском СГЦ такими препятствиями служат системы фильтрации воды и воздуха, меры по дезинфекции техники, проезжающей на комплекс, тотальный контроль за чистотой сотрудников (проход на комплекс возможен только «через душевую» и в сменной продезинфицированной одежде, которая выдаётся на входе) и многие другие.

Ну а если это вас не убедит, то отметим, что вся продукция крупных производителей проходит многочисленные государственные проверки на наличие антибиотиков в свинине. Массовые продажи мяса, не соответствующего санитарным требованиям, сегодня практически невозможны.

Теперь, когда многие заблуждения о свинине развенчаны, рушится ещё одно: **«хорошую свинину надо искать на рынках». Вовсе нет!**

Уже давно прошли времена, когда санитарно-гигиенические нормы стихийных ярмарок всех устраивали. И даже синяя печать на шкурке – не залог хорошего мяса. Покупатель научился подмечать неприглядные особенности «уличной» торговли и «хотеть чего-то большего» от продавца: стерильной чистоты, свежести продукта, уверенности в его качестве. На наш взгляд, всем этим требованиям соответствуют мясо и деликатесы нашей, орловской компании – Знаменского СГЦ. Кстати, в Орле под вывеской «Свежее мясо от производителя» работают уже 25 фирменных магазинов компании. Во многих ежедневно наблюдаются очереди. Это ли не показатель? **1**



# «СЛОН» НА КУХНЕ



 СЛОН | КУХНИ

## СЛАГАЕМЫЕ УСПЕХА

Профессиональный подход к созданию идеальной кухни предполагает не только грамотное проектирование и дизайн с учетом современных тенденций, тщательный подход к эргономике кухонного пространства, отличное знание современных материалов и комплектующих, но также и качество производства, которое будет определять долговечность и удобство эксплуатации.

Стабильность и гарантия качества изготовления кухни обеспечиваются тесным взаимодействием мебельных салонов и специализированных фабрик по производству кухни.

В Орле профессиональный подход к созданию качественной кухни реализован на примере фирменных **специализированных студий мебели фабрики «СЛОН»**, работающих под брендом **«ТехноМастер»**.

Фабрика по производству кухни «СЛОН» — одно из самых крупных специализированных производств в Черноземье. В основе работы фабрики «СЛОН» лежит триединство «Качество. Цена. Сервис». При этом качество стоит на первом месте. В основе качества — современное высокопроизводительное оборудование и максимальная автоматизация процесса производства. Кухни «СЛОН» производятся только из экологически чистых, сертифицированных по европейским стандартам материалов. Производственные линии располагаются на площади около 3000 кв. м, обеспечивая полный цикл производства и сборки мебели по индивидуальным проектам в одном месте. Это гарантирует стабильное высокое качество всех изделий. В год на фабрике выпускают порядка 5 000 изделий, которые продаются не только во всех регионах ЦФО, но и за его пределами. Собственные технологические и дизайнерские разработки, система контроля качества, специализированные монтажные бригады, система обучения и поддержки салонов, продающих **кухни «СЛОН»**, делают продукцию фабрики любимой и востребованной покупателями.

## КУХНИ «СЛОН»

Кухни «СЛОН» представлены в двух основных стилевых направлениях — элегантные классические и стильные эффектные современные модели. Особым спросом у ценителей красоты и у

## ВЫБИРАЕМ ПРАВИЛЬНУЮ ОБСТАНОВКУ

В сентябре мировой праздничный календарь предлагал всем жителям планеты отметить **День сиделок на кухне**. Редакция журнала «Пятница Орёл» заинтересовалась необычным праздником и решила провести небольшое и не маркетинговое исследование **на тему «Кухня в жизни русского человека»**. И вот что получается: в среднем жители нашего региона (как, наверняка, и большинство россиян) проводят на кухне от 3-х часов в день.

В последние годы изменилось наше отношение к оформлению кухонного пространства. Кухни всегда были не только местом для приготовления пищи, но и являлись местом сбора семьи и гостей. Они отражали как индивидуальный стиль хозяина, так и его подход к дизайну. С изменением нашего образа жизни изменилось представление о роли и функционале кухни в доме.

**Всё чаще кухня становится частью интерьера гостиной, самостоятельным элементом дизайна, и здесь на первое место выходят стиль и качество исполнения, цвет, фактура и материалы.**

Стремление получать удовольствие от привычных вещей, таких, как чашка ароматного кофе утром, привело к появлению в интерьерах кухни элегантных барных стоек. Фанаты кулинарии основное пространство кухни отводят под рабочую зону, и здесь одним из удачных и востребованных решений стали островные рабочие зоны.

Для того, чтобы кухонное пространство стало стильным, комфортным, функциональным и отвечало всем современным требованиям, необходимо тщательно проработать все вопросы. А для этого нужно выбирать профессионалов.

дизайнеров интерьера пользуется специально выделенная линейка «Дизайнерские модели».

**Классические кухни «СЛОН»** производятся из натурального массива дерева, а также из МДФ с различными покрытиями, обеспечивающими



практичность и удобство ухода при сохранении внешнего вида классической кухни из натурального дерева. Среди МДФ-фасадов есть и инновационные решения – патинированные поверхности, которые безупречно имитируют натуральное состаренное дерево с потёртостями, трещинками, следами от сучков.

Современный стиль кухни отлично подчёркивают яркие, насыщенные цвета и необычные фактуры пластиковых и эмалевых фасадов. Мо-

дели выделяются высоким уровнем эргономики и стильными дизайнерскими элементами.



дели выделяются высоким уровнем эргономики и стильными дизайнерскими элементами.

## ПРАВИЛЬНЫЙ ПОДХОД

Итак, правильный подход к выбору и заказу современной кухни предполагает выбор производителя кухни гарантированного качества и выбор профессионалов, которым можно доверить процесс создания самой кухни.

Кухни фабрики «СЛОН» можно найти в более чем 30 городах России. Обширная федеральная сеть фирменных специализированных салонов работает по единому корпоративному формату и ассортименту, гарантирующему стабильное качество.

В Орле ассортимент фабрики «СЛОН» представлен в сети фирменных специализированных студий мебели «ТехноМастер», в которых на площади около 400 кв. м можно увидеть как готовые модели современных, классических



и дизайнерских решений кухни, так и образцы и модели разнообразных фасадов, комплектующих и фурнитуры.

Профессиональные менеджеры фирменных салонов «ТехноМастер», прошедшие обучение на фабрике «СЛОН», не только быстро разработают индивидуальный проект кухни, который идеально впишется в интерьер, но и помогут правильно спланировать рабочее пространство, функциональные элементы и зоны, а также подберут из многообразия различных комплектующих именно те, которые создадут удобную и комфортную обстановку и будут служить долго.

«СЛОН» на кухне, созданной профессионалами студий «ТехноМастер», – это комфорт, стильное индивидуальное решение и гарантия качества!

## ЗАКАЗ КУХНИ «СЛОН» В ОРЛЕ:

**Сеть фирменных специализированных мебельных салонов фабрики «СЛОН» – СТУДИИ МЕБЕЛИ «ТЕХНОМАСТЕР»**

г. Орёл, ул. Октябрьская, 24,  
тел. +7 (4862) 43-49-43

г. Орёл, ул. Герцена, 1,  
тел. +7 (4862) 78-01-71

г. Орёл,  
ул. Комсомольская, 267,  
тел. +7 (4862) 73-27-18

Фабрика мебели «СЛОН»  
г. Орёл, ул. Базовая, 3  
+7 (4862) 200-771

[www.mfslon.ru](http://www.mfslon.ru)  
[www.texno-master.ru](http://www.texno-master.ru)



## МЫ НЕ РУБИМ БАБЛО:

GRAMMATIC FILM О КАЧЕСТВЕ  
ВИДЕОПРОДУКТА И О СЪЁМОЧНОЙ  
ПСИХОЛОГИИ



**В творческом архиве GF – удивительные свадьбы и стильные рекламные ролики, музыкальные клипы и видеотчёты со знаковых мероприятий мирового масштаба, имиджевые видео, корпоративные фильмы и государственные заказы... В общем, в их объектив попадает всё интересное и трендовое. В беседе с «Пятницей» Игорь Мерцалов и Артём Повторейко (основатели, вдохновители, двигатели и универсальные видеографы компании Grammatic Film) рассказали о том, как начинается и как развивается правильный видео-бизнес.**



**У вас широкое поле охвата: от wedding-индустрии до корпоративных фильмов о крупных заводах и госзаказах. Какое направление для вас в приоритете?**

Приоритет для нас – достичь желаемый результат. И это не сильно зависит от направления. Видео – это инструмент для решения задач: вызвать эмоции, донести информацию, поднять уровень продаж и т. д. В каждом из проектов, которые мы реализовали с моим партнёром Артёмом Повторейко, поставленные задачи вызывали интерес.

Да, у нас действительно широкое поле охвата. Причём удивительно получается. Благодаря опыту съёмок в разных направлениях нам удалось выйти за рамки

каждого из них. Например, теперь в свадебном видео мы можем чётко видеть структуру и процессы (этот навык больше характерен для корпоративного видео, где разрабатываются сценарий и техническое задание). А снимая «сухой» корпоративный проект, подлавливать спонтанные репортажные моменты и живые эмоции людей. В этом сплаве родился наш собственный стиль. И он как магнит притягивает «нашего» клиента.

**Как вы выбираете проект? Ведь в работу идут отнюдь не все заказы.**

Когда достигаешь определённой планки, уже никак нельзя откликаться на предложения в стиле «нам нужно вчера, дорого-богато и за 10 тыщ». Плохо мы де-

лать не умеем, искусственно дешевить готовый продукт не будем. Это не говорит о том, что вдохновляют нас исключительно деньги. Мы не «рубим бабло», а делаем хороший продукт – качественный, атмосферный, результативный. А ещё каждый заказ нас учит чему-то новому. И вот это, наверное, и есть основной стимул продолжать заниматься тем, что мы делаем.

**Что для вас значит «атмосферный» в контексте вашей деятельности?**

Это видео, в котором преобладают живые эмоции и уделено внимание деталям. И это то видео, которому верят зрители. Понятно, что обычные люди – это не профессиональные актёры. Они побаиваются камеры,

некоторые отворачиваются, многие неестественно улыбаются. И это нормальная реакция. Но камера тонко чувствует фальшь. И зрители вместе с ней. Поэтому мы всегда стараемся появиться на месте съёмки пораньше, чтобы люди увидели нас, привыкли к объективу и даже перестали обращать на съёмочный процесс внимание. Тогда удаётся передать подлинное настроение, сохранить его для аудитории.

**За 3 года существования компании вы успели сделать очень многое. Какие проекты оказались для вас знаковыми?**

Когда понимаешь, что от качества твоей работы действительно зависит хорошее настроение людей или успешное продвижение чьего-то бизнеса, то выделить какой-то конкретный проект довольно сложно. В нашем портфолио есть клип с подготовки свадебного торжества Прохора Шаляпина и Анны Калашниковой в знаменитом ресторане «Гурандот», отчётный ролик с закрытого мероприятия в резиденции посла Великобритании в Москве, клип с чемпионом мира по боксу по версиям IBF и IBO Эдуардом Трояновским, ролики для таких брендов как La Biosthetique и Mercedes. Каждый из этих проектов – это определенная веха в истории нашей компании.

**Каковы ваши планы по дальнейшему развитию?**

Дальнейший рост. В бли-

жайшее время будем чётко разграничивать свою деятельность на «свадебную» и «корпоративную», так как у каждого из направлений есть своя специфика. Также мы планируем расширять штат в рамках постоянного сотрудничества с людьми узкой специализации: сценаристами, операторами, режисёрами монтажа, моушн-дизайнерами и т. д. Сейчас то время, когда мир быстро меняется. И только со сплочённой командой профессионалов можно успешно двигаться в этом ритме.

**Сейчас рынок свадебного видео набирает обороты, и всё больше молодых ребят приходят в эту отрасль. Как вам удаётся выделяться и занимать высокие места в рейтингах московских агентств?**

Первая ошибка тех, кто занимается видео – работать не для клиента. Мы предпочитаем сами встречаться с молодожёнами до начала работы. Чтобы по-

нять, чего они хотят на самом деле. Обычно говорят: «Я хочу красиво!» или «Хочу весело!». Наша задача выяснить, что человек понимает под этими словами. И ещё при этом есть наше «Я хочу хорошо!». Если мы с молодожёнами друг друга поняли, то в свет выходит действительно хороший свадебный фильм, которым довольны и ребята, и мы.

**А как у вас происходит ценообразование?**

Если кратко, то каждый раз заново (смеётся). Если серьёзно, то мы отталкиваемся от поставленных задач. Как говорили ранее, мы работаем для своего клиента, а это значит, что сформировались основные критерии для его выбора. Наш клиент – это прежде всего человек, понимающий, что он хочет и зачем ему это нужно. Одним словом – нацеленный на результат. Он не приходит с просьбами сделать подешевле и не просит скидок. Наши клиенты задают вопрос о стоимости в последнюю очередь. **II**





**ВЕДАЙ. ВОЮЙ. ВЛАДЕЙ**

**СОВЕСТЬЮ. СИЛОЙ. СЛАВОЙ**

**Клуб «Вятичи» в 2017 году отмечает свой первый юбилей: пятилетие. Праздновать, кстати, будут без алкоголя. Роман Титов, руководитель клуба «Вятичи», говорит, что допинги и дозы – это «ай-ай-ай», как плохо. Не пить, не курить, любить Родину и спорт – необходимые условия для того, чтобы стать современным вятичем.**

**Роман, как вообще пришла идея организовать такой клуб?**

**М**не скоро 40 лет будет. Я многолетний папа. Я к этому пришёл с возраст-

том. Надоело быть как все, надоело быть недовольным. Мы стараемся не ругать власть и каких-то чиновников. Требовать с них – другое дело: «Ты мне обязан это сделать». У него в бумажке прописана должностная инструкция. Кроме нас никто не сможет ничего сделать. «Вятичи» – это структурное подразделение ассоциации «Щит и меч» или движения «Возрождение», которое возглавляет русский витязь Александр Поветкин. У нас 86 организаций.

**Я** сам из «силовики». Первое образование у меня юридическое. У нас очень много тех, кто служат или служили. Они примерно понимают, что происходит в стране.





## Почему «Вятичи»?

Издrevле наша территория населялась вятичами. Это был большой родоплеменный союз, в который входили Орловская, Московская, Липецкая, Воронежская, Рязанская, Тульская, часть Калужской и часть Брянской области. Это огромное государство.

## Расскажите, какие направления активно развивает клуб «Вятичи»?

У нас четыре направления: спорт, трезвый образ жизни, возрождение культурных традиций и экология. Сегодня в Орле открыты 6 спортзалов. В Ливнах, Залегощи, Отраде, Становом постоянно работают секции. Детишки разных возрастов приходят. Основной принцип работы – это направленные диалоги, проводим лекции в школах о здоровом образе жизни. Развиваем патриотизм. Принимаем желающих от 7 до 67 лет.

## А можно подробнее о ваших клубовских традициях?

У нас в клубе круговая порука: если человек состоит в клубе и хочет привести своего друга, то должен за него поручиться. Если кто-то пришёл курящий и пьющий, ему даётся неделя срока, чтобы бросить. У нас очень жёсткий порядок на этот счёт: не пить, не курить, только трезвая Россия станет великой. В этом направлении полумер нет вообще.

Также мы активно возрождаем культурные обычаи и традиции народов. Мы разучились петь, танцевать, перестали уважать старших, понимать, что однажды каждый из нас станет дедушкой или бабушкой. И к каждому могут относиться так же. Ну, и знание своих корней. Мы на день рождения дарим родовые книги, чтобы помнить своих предков по именам. Проводим свадьбы.

## Каким образом вы боретесь за экологию?

Заставляем органы выполнять свои обязанности. Сейчас мы третий месяц боремся со спиртзаводом в деревне Верхние Любовши Краснозоренского района. Они выливают отходы в землю, в реку. Там 520 людей живут рядом и постоянно болеют. Уже дважды выезжали, ловили.

## Тропа вятичей – что это?

Это формат «Тропы разведчика» или так называемая «сдача на жетон». Если



добавить спарринги с тремя противниками, то это и будет «Тропа разведчика в ГРУ». Мы проводим Тропу вятичей осенью и весной. Практически в каждом районе. Стараемся это делать, когда холодно. Задача – привлечь мужское молодое население, чтобы подготовить к службе в армии. Все наши мальчишки, кстати, служили очень достойно, в хороших войсках, по контракту. И везде получают одни грамоты и благодарности. Они пришли в армию физически и духовно подготовленные.

## Кто может проходить Тропу вятичей, только парни?

Любой может: женщина, мужчина, ребёнок – неважно. Главное, чтобы подошёл по здоровью. Одно дело – пройти «Тропу» летом. Водичкой полил на себя, и всё – бежишь. И совсем другое – осенью. Нырнешь в реку, а на улице уже снег идёт. И ты после этого должен не просто бежать, а ещё выдерживать нагрузку: автомат собрать, разобрать, проползти, отстреляться, раненого тащить, а в конце – бревно. Это командная эстафета. Бывает, когда хрупкая девушка тащит всю команду. А взрослого двухметрового дядю, который прыгнул в реку по поясу, вытаскивают из воды, потому что ноги сводит от холода. Зато девчонка в одной футболке прёт как паровоз впереди всей команды.

Мы ждём всех, кто хочет приобщиться к исконному, родному, русскому!

Тех, кто хочет испытать себя в сложных условиях «Тропы», почувствовать вкус победы и вспомнить традиции своих предков.

Приходите, будем рады вас видеть!



# ПЯТНИЦА 12.0

## ЖУРНАЛ И ЕГО ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПОВОДЫ

*Наш журнал отмечает необычный юбилей – выход в свет первой дюжины выпусков. Перед вами – 12-й номер. Много это или мало? Нужна ли «Пятница» людям? И какие люди нужны «Пятнице»? На эти и другие вопросы отвечает автор идеи и главный редактор-юбиляр Михаил Есинов.*

***Михаил, 12 выпусков – это уже не проба пера, а полноценный, живущий своей жизнью проект. Самое время углубиться в историю и вспомнить, как родился этот журнал и оправдали ли он уже своё рождение?***

М.Е.: Три года назад сложилась такая ситуация: в городе не осталось ни одного журнала. Освободилась вполне перспективная ниша. У нас агентство творческое – и журнал казался нам значимым инструментом для реализации креативных идей, задумок. Были опрошены редакторы когда-то выпускавшихся в Орле аналогов, все они в один голос сказали: «Вы что?! Выпускать в век интернета печатное издание – это утопия!» Мы им, конечно же, не поверили. И сделали «Пятницу».

---

***Выходит, правильно не поверили?***

М.Е.: Смотря с какой стороны посмотреть. Самостоятельный глянец сегодня

(если у него не всероссийские масштабы) обречён на убыточность и короткий срок жизни. А журнал «Пятница» – это один из инструментов работы рекламного агентства «Пятница». Мы профессионально работаем с аудиторией и знаем, что, к примеру, огромная доля читателей ушла в интернет безвозвратно. Чтобы их настигнуть и там, мы дублируем все материалы в наших соцсетях, делаем электронную версию, а теперь ещё и начали делать платформу для нашего интернет-журнала.

---

***Это удобно?***

М.Е.: Да, очень удобно. У нас теперь есть возможность создавать полноценную электронную версию, с возможностью «полистать», посмотреть, почитать, конечно же. Она будет публиковаться на сайте [pyatnica.ru](http://pyatnica.ru), на котором в ближайшие дни закончится ребрендинг. А ещё в планах – наладить электронную рассылку по базе. Я считаю, человеку будет приятно получать журнал вот

так – с доставкой на дом. К тому же, так у нас существенно расширяется круг читателей.

### *А сейчас каков он – ваш круг?*

**М.Е.:** У нас сформировалось чёткое понимание своей аудитории. Это та самая успешная прослойка или класс «средний плюс». Люди со стабильным доходом, с большими планами и возможностями. И журнал «Пятница» для них – не просто средство информирования, а некий объединяющий аспект. Поясню: каждый выпуск мы стараемся презентовать публично, находя для этого интересные формы встреч. Например, 1-й выпуск представили на презентации автомобиля, ещё один – на «Ночи пожирателей рекламы», ещё один – на стендап-шоу «Абажур». Мы приглашаем всех, кто как-либо связан с журналом, наших партнёров, клиентов, и даём им возможность в неформальной обстановке познакомиться лично, продуктивно пообщаться, обменяться идеями.

11-й выпуск презентовали в кафе-баре Umbrella. Это была отличная тусовка, во время которой наши клиенты смогли встретиться с теми журналистами, дизайнерами, верстальщиками, менеджерами, которые работают над их проектами.

### *Журнал трансформировался за эти 12 выпусков? Что изменилось?*

**М.Е.:** «Пятница» трансформируется постоянно. Мы ищем новые ходы, новые техники. Журнал имеет социально-рекламную направленность. В каждом номере есть, что почитать, есть, чему удивиться. У нас регулярно выходят авторские материалы авторитетных в регионе людей – Виктора Панкова, Владимира Адаурова, Ольги Касухиной. С нами работает действительно крутой редактор Ольга Башкарёва. Это эксклюзив. Мы стараемся привлекать к работе только лучших. И это получается, судя по отзывам.

### *Вы планируете рост тиражей?*

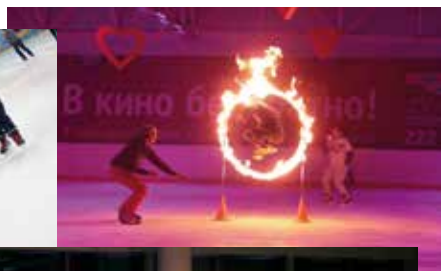
**М.Е.:** И да, и нет. Сейчас имеется возможность добавить в нашу сеть распространения ещё 30 точек. Если всё сложится успеш-

но, тогда «Пятницы» в Орле станет больше. Вскоре появится и отдельный сайт журнала «Пятница», он будет живой, интересный, открытый для публики во всех отношениях. И это не будет просто копирование материалов из печатной версии. Конкурсы, акции, опросы, призы, интерактив, горячие интервью. В общем, это уже будет полноценный информационно-развлекательный ресурс.

В себе, в ценности журнала для публики наш креативный коллектив уверен. Это я уже не только от своего имени говорю. Дальше будет интереснее вне зависимости от канала связи: в печатной версии или в электронной наш журнал буду читать! **П**



# ИЗ ЛЮБИТЕЛЕЙ В ПРОФЕССИОНАЛЫ!



В этом году уже 5 лет, как маленькая любительская группа роллеров превратилась в роллер-школу. Провели первый роллер-фестиваль, и пошло-поехало: участие в соревнованиях, фестивалях, показательные выступления... На первых крупных соревнованиях на **Международном Минском роллер-марафоне** стартовали 23 орловчанина – в итоге 10 медалей разного достоинства. Засветились несколько «звёздочек»: Даша Кирсанова (8 лет), Егор Головкин (8 лет), Люба Сергеечева (11 лет). Своими результатами они добились права участия в Первенстве России, а в 2017 году Егор стал абсолютным чемпионом России, Даша и Люба – бронзовые призёры.

В свободное от спортивных выступлений время мы решили заняться экстремальным катанием на коньках и роликах. Объединившись с **группой FIRE WIND** (руководитель Ольга Турсина), появилось огненное шоу, с которым стали выступать во многих городах на ледовых аренах, а летом на площадях: прыжки с трамплина, слалом через огонь и трюки в горящем круге. Знакомство с **Юрием Климовым** внесло в выступления адреналин и сложные «горящие» атрибуты. Он стал надёжным и верным наставником у детей – тренером по физической подготовке. Кстати



**Юрий Климов**, как и руководитель роллер-школы **Андрей Бутырин**, продолжают выступать не только в развлекательных шоу-программах, но и в спортивных состязаниях. Они неоднократно становились **победителями и призёрами на Российских и международных (Германия, Испания, Франция) турнирах** в своих возрастных категориях. За высокие спортивные достижения **А. Бутырину и Ю. Климову** присвоено **почётное звание ВЕТЕРАН СПОРТА**.

После успешных выступлений на **Кубке Москвы** и на **турнире Весна – Инлайн 2016** в Воронеже, где команда завоевала 12 медалей, из них 8 за первое место, ей заинтересовалась немецкая фирма ZIGGER и предложила сотрудничество. Компания ZIGGER поделилась своей новой разработкой – жидкостью RF 101 по обработке подшипников скольжения. После её применения результаты команды в беге на роликовых коньках значительно улучшились. Вот уже на протяжении последних двух лет **фирма ZIGGER является основным спонсором команды**.



В 2016 году впервые роллер-школа, совместно с управлением физической культуры и спорта Орловской области, **организовали и провели Международный марафон**, который вошел в рейтинг мировых марафонов, основным партнёром которого выступила компания ZIGGER. Но самое главное для школы – это привлечение детей и взрослых к массовому занятию этим видом спорта. А стимул заниматься появился – скоростное катание на роликах стало олимпийским видом спорта.

Роллер-школа с 1 октября уходит на зимние каникулы (при положительном решении о выделении площадки для занятий на роликах, занятия продолжатся и в зимнее время. Подробности смотрите в нашей группе [vk.com/public53170069](https://vk.com/public53170069)).

**А ПОКА ЖДЁМ ВСЕХ ЖЕЛАЮЩИХ ЗАНИМАТЬСЯ КАТАНИЕМ НА КОНЬКАХ НА ЛЕДОВОЙ АРЕНЕ МЕГАГРИНН. II**

**КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН:  
8-900-488-16-11**





# УМНЫЙ КОРПОРАТИВ

## Как организовать неслабый праздник

Боулинг? Скучно. Караоке? Только не это! Лыжные гонки? Не для всех. Как объединить коллектив, повысить командный дух и сделать праздник эмоциональным и запоминающимся? Отличный вариант к любому событию – корпоративная бар-олимпиада. «Интеллектуальный градус» – уже известный и популярный формат, в котором гарантирована позитивная реакция всех участников игр. Это олимпиада, в которой мало что зависит от одного игрока. Главное – это сплочённые действия команды.

## Кто может участвовать в игре

Коллектив от 20 до 300 человек. Участникам не требуется энциклопедических знаний. А вот логика, сооб-

разительность, чувство юмора и азарт просто необходимы.

## Как проходит игра

Команды получают вопросы – из уст ведущего и на экране – и ровно 1 минуту ищут ответ. Всего 7 туров, в каждом по 8 вопросов. Побеждает тот, кто дал больше правильных ответов.

## Почему «бар-олимпиада»?

В процессе игры участники могут заказывать напитки или еду. Некоторым так лучше думается. А ещё, конечно, важен градус азарта. Поэтому мероприятие проводится на базе бара, ресторана, клуба. И да, кстати, доказано, что градус игры напрямую зависит от градуса напитков!

Важно: наличие в месте проведения экранов и звукоусиливающей аппаратуры!





## А танцы будут?

Это уже на усмотрение заказчика. Организатор игры обязуется на 3 часа полностью поглотить внимание и интеллектуальные силы коллектива. Что будет дальше – решать вам!

## Это точно интересно?

Абсолютно точно! В Орле «Интеллектуальный градус» проводится каждые выходные вот уже второй год. И количество желающих почувствовать себя самым умным увеличивается! Существует ряд команд, которые не пропускают ни одной игры! И главный интерес – не в призах, а в настроении.

## Чего нельзя?

Команда может лишиться заметного числа баллов за неспортивное поведение и использование мобильных устройств. В остальном – полная свобода для ума и желудка.

## Кто придумывает вопросы?

56 вопросов для каждой игры создаются командой организатора игр.

Но по желанию заказчика можно провести и 1 корпоративный тур. В нём предполагаются вопросы на корпоративную тематику.

## Какова польза от формата?

Командный дух коллектива возрастает в разы. Выявляются потенциальные лидеры и люди, способные быстро реагировать на ситуацию. Хорошее настроение получают даже члены команды, набравшей минимальное количество очков. Воспоминаний об игре хватает на ближайший год. А вот травм, потерь и прочих негативных последствий стандартного корпоратива не бывает! На игру сотрудники могут приглашать детей. ♪

## Как заказать?

Звоните по телефону:

**48-69-88**

Пишите и оставляйте заявки:

**ema@list.ru**





## НОВОГОДНИЕ ПРАЗДНИКИ В РЕСТОРАНЕ «BELISTO»



В канун уходящего года каждый старается завершить наиболее важные дела, успеть купить желанные подарки для родных и близких, и, конечно же, подвести итоги уходящего года. Чтобы всё успеть, нужно начинать готовиться уже сейчас!

**Хочешь, чтобы твой праздник был особенным? Позволь нам помочь тебе!**

Приглашаем провести незабываемые предновогодние корпоративные вечера и новогоднюю ночь в ресторане **Белисто!**

За нашими плечами большой опыт обслуживания торжественных мероприятий: корпоративные торжества, юбилеи, свадьбы, детские праздники и Дни рождения.

**Размещение в залах от 30 до 140 гостей.**

В этом году вас ждет зажигательная шоу-программа, вкусное и сытное меню, приятные цены и индивидуальный подход к каждому гостю!

**Выбирая ресторан «Белисто», вы доверяете свое торжество профессионалам!**

Подробная информация по телефону: **48-88-00**

Адрес: ул. Генерала Жадова, 9А

🌐 [belisto.ru](http://belisto.ru)    📠 [belisto](https://vk.com/belisto)    ✉ [belisto@mail.ru](mailto:belisto@mail.ru)







кондитерская  
**Лавка  
Сладостей**



Кондитерская «Лавка сладостей»: ул. Пионерская, 10 д

**20 ноября – ОТКРЫТИЕ ПО ВТОРОМУ АДРЕСУ:**  
ул. Тургенева/Салтыкова-Щедрина, 22/10



Всегда в наличии **БОЛЬШОЙ ВЫБОР** пирожных, тортов, выпечки собственного производства. Можно купить десерты с собой или полакомиться с чашечкой кофе в уютной обстановке наших кондитерских.

**ПРИНИМАЮТСЯ ЗАКАЗЫ НА ИЗГОТОВЛЕНИЕ ТОРТОВ: 49-01-48, 48-88-00.**  
**БОЛЬШОЙ ВЫБОР ЧАЯ И КОФЕ.**

Заказ через интернет-магазин с доставкой **www.sladko57.ru**  
Оплата наличными, банковской картой, безналичный расчёт



# Трактир-столовая «Жили-были, ели-пили» расположен в центре города с большой парковкой.



Всегда вкусные  
и разнообразные  
обеды. Мы предлагаем  
банкетные залы – для  
любых мероприятий  
на 10, 30 и даже 100 персон.  
Принимаем заказы на  
изготовление тортов с любым  
оформлением и на любой вкус.




 [vk.com/traktir.zhilibyli](https://vk.com/traktir.zhilibyli)


 [Instagram.com/traktir.zhilibyli](https://www.instagram.com/traktir.zhilibyli)

 [anika.korporatsia@yandex.ru](mailto:anika.korporatsia@yandex.ru)

 +7 (4862) 54-15-89

 +7 (953) 626-23-72

 пн. – пт. с 10:00 до 18:00

 г. Орёл, ул. Герцена, д. 6

# FRENCH KISS

## CHOCOLATE BOUTIQUE



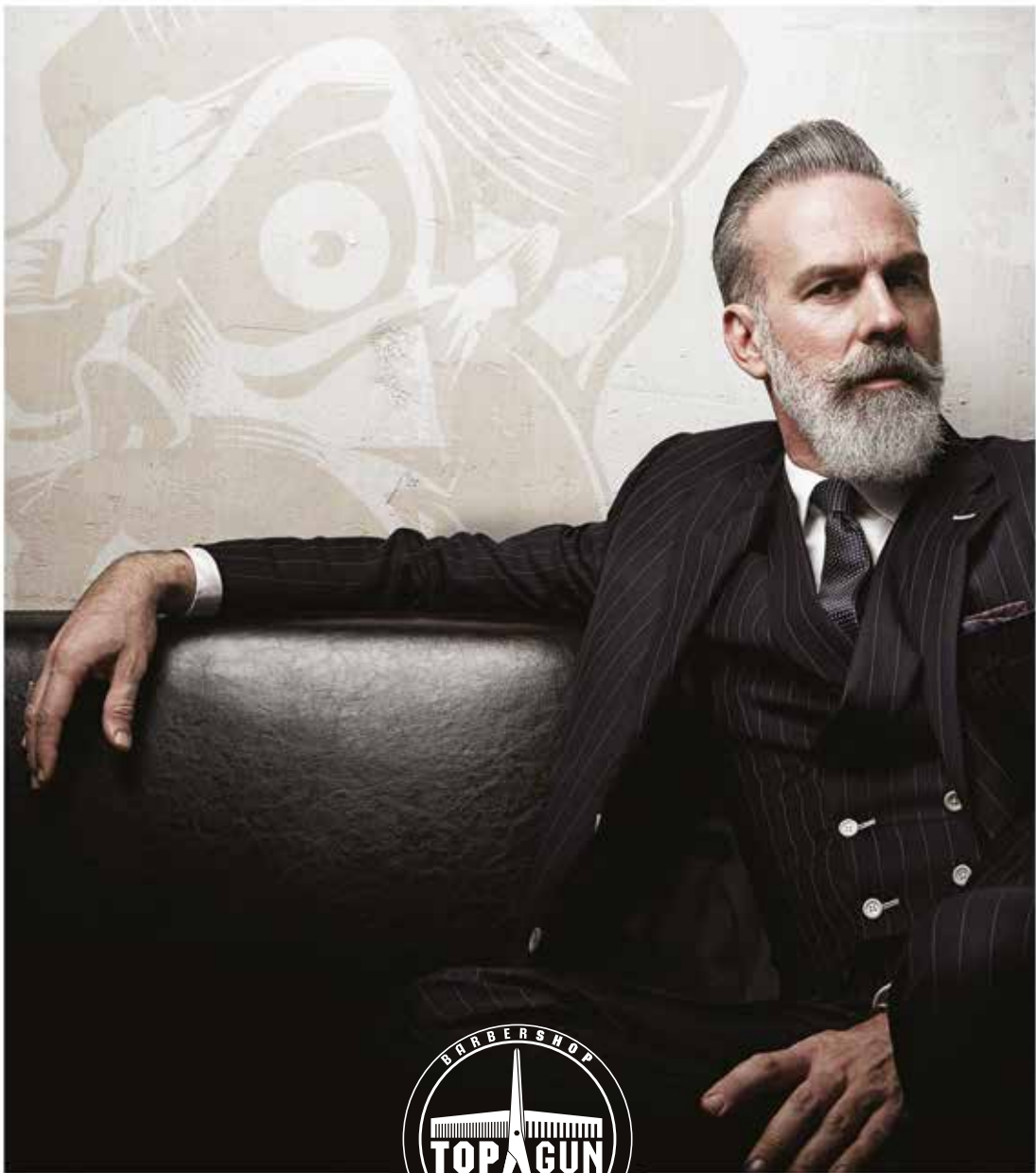
*Скидки постоянным покупателям  
Оформление заказов с доставкой на дом*

«French kiss» – единственный в Орле шоколадный бутик предлагает удивительные по вкусу и совершенные по красоте шоколадные изделия ручной работы из бельгийского шоколада в уникальном дизайнерском исполнении.

 8 (4862) 999-870

 frenchkissorel  frenchkissorel





Бульвар Победы, д. 1  
+7 (920) 800 2 444



[topgunbarbershop.ru](http://topgunbarbershop.ru)

[orel.topgunbarbershop.ru](http://orel.topgunbarbershop.ru)

[f](#) [v](#) [t](#) [e](#) [m](#) [a](#) [p](#) [t](#) [o](#) [p](#) [g](#) [u](#) [n](#) [o](#) [r](#) [e](#) [l](#)

[orel-pobedi@topgunbarbershop.ru](mailto:orel-pobedi@topgunbarbershop.ru)

*Настоящему мужчине некому и нечего доказывать*



**SAXAR**



## ТВОЙ ПРИВАТНЫЙ ВЫБОР ОТДЫХА

Ломоносова 8

**20-10-40**

SAHAR57.RU

Розовый плюш, синий свет, загорелые тела, вкус запретного плода и тонкий, ежеминутный соблазн – вот что такое «Saxar». Заведение VIP-уровня, которое заботится о вашей конфиденциальности и комфортном отдыхе. Изысканная барная карта и меню, кальяны, еженедельные приятные акции и, самое интересное, «Crazy Menu» – уж тут вы можете позволить себе многое.

В мужском клубе «Saxar» ни один гость не остаётся одиноким, в его компании всегда будут прекрасные и чувственные танцовщицы, а настроение весь вечер будет поддерживать восхитительная и раскованная ведущая Джессика.

Ломоносова 8

**+7 (4862) 20-10-40**

SAHAR57.RU

ДАННЫЙ ПРИГЛАСИТЕЛЬНЫЙ ДАЁТ ПРАВО ЕДИНОРАЗОВОГО БЕСПЛАТНОГО ПОСЕЩЕНИЯ МУЖСКОГО КЛУБА С 1 ПО 31 ОКТЯБРЯ 2017 ГОДА ОДНОМУ ГОСТЮ ПРИ УСЛОВИИ РЕГИСТРАЦИИ НА ОФИЦИАЛЬНОМ САЙТЕ **SAHAR57.RU** И ПРЕДЪЯВЛЕНИИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СЕКРЕТНОГО КОДА.

Администрация оставляет за собой право отказать в посещении клуба.

ГЛИТТЕР ТАТУ  
В ПОДАРОК!

СУПЕРАКЦИЯ  
НА ШУГАРИНГ БИКИНИ

~~1300~~ 900

Срок действия акции с 1 октября по 30 ноября 2017.

Центр красоты ProfCosmo:

ул. Тургенева, 37, тел. 633-057

[www.633057.ru](http://www.633057.ru)

[vk.com/centrprofcosmo](https://vk.com/centrprofcosmo)

[instagram.com/profcosmo.centr](https://instagram.com/profcosmo.centr)

# ВСЁ БУДЕТ ГЛАДКО!

## Революционный шугаринг от ProfCosmo

Вечер пятницы можно провести как угодно, но, чтобы он оправдал все надежды, нужно провести вечер четверга в кабинете шугаринга ProfCosmo. И это будет первым шагом к удачному свиданию. Ведь главное в этом деле – ощущение собственной неотразимости. Уверена в своей внешности – уверена в себе!

### Что нужно делать?

- записаться на приём в кабинет шугаринга по телефону 633-057 или онлайн на сайте [633057.ru](http://633057.ru)
- проконсультироваться со специалистом непосредственно перед процедурой
- узнать об акционном снижении цен на услуги
- получить приятные эмоции от быстрой и эффективной процедуры

В качестве основного средства в ProfCosmo используются продукты бренда Depiltouch. Отечественное производство, совершенная рецептура, гипоаллергенный состав, современные технологии с инновационной системой контроля качества – вот за что ценят эту пасту профессионалы. В линейке присутствуют и продукты для зон со сниженной температурой поверхности (руки, ноги). Результативные и безопасные средства можно приобрести в магазине ProfCosmo и для самостоятельного применения.

### Стать шуга-мастером

Если вы хотите добиться высот и научиться профессионально работать со всеми депил-зонами, то можно посетить 1 семинар в студии ProfCosmo, которая находится по соседству с Центром красоты. Обучение в ProfCosmo ведут сертифицированные специалисты. Они «ставят руку», объясняют все подробности и дают вволю попрактиковаться. А чтобы получить углубленные знания, нужно будет посетить 2-й, расширенный семинар, телефон для записи 632-533.

### Кому это пригодится:

- всем, работающим в индустрии красоты
- постоянным пользователям услуги шугаринга (делай сам и экономь!)
- студентам, домохозяйкам и даже пенсионерам (как элемент дополнительного дохода)
- тем, кто хочет детально разобраться в сути процесса и уяснить критерии качества

После занятий можно прямо на месте приобрести качественные шуга-средства с большой скидкой – и всё, можно работать!

Кстати, о скидках! Представленный здесь купон – это отличная возможность для читателей «Пятницы» сделать свою жизнь более гладкой по специально сниженной цене!

# PROFCOSMO: 1000 КВАДРАТОВ КРАСОТЫ

Дорого, долго, неэффективно, непродуктивно – вот основные «причины», по которым сегодняшний россиянин (и россиянка!) отказываются от посещения больших и круто оснащённых салонов. Журнал «Пятница» готов переубедить тех, кто «экономит» на себе, прямо сейчас!

## МИФ 1

**Красота от профессионалов – это дорого!**

Бренд Estel Professional, чьи ценности транслирует ProfCosmo орловчанам – это профессиональная забота о внешности по разумной цене. Для начала нужно пробно посетить салон и испытать на себе работу профессионалов, поймать нужную эмоцию, найти наконец-то своего мастера. Плюс, надо не поленившись и начать следить за акциями и программами центра красоты ProfCosmo. К примеру, сейчас здесь действуют специальные цены:

- для студентов (студенческое «меню» с укладками, стрижками, креативными окрашиваниями и т.д.)
- для пенсионеров (втрое ниже на стрижку, окраску и химическую завивку)
- креативный проект – самое любопытное нововведение для тех, кто мечтает о тотальном креативе, сумасшедших цветах, невероятной форме. Если вы готовы полностью довериться творческому порыву мастера, то невероятную причёску можно получить практически бесплатно, потратившись только на материалы!

## МИФ 2

**Профессиональная забота о красоте – это долго! И не всегда эффективно**

В прейскуранте ProfCosmo около 1000 услуг. И, да, конечно, все за день не перепробуешь. Но если выбрать стратегию, можно заметно преобразиться буквально за месяц. Для этого у Центра красоты есть все возможности:

*Парикмахерский салон, студия ногтевого дизайна, косметический кабинет, зона визажа, специалист по работе с бровями, массажные комнаты, кабинет загара (с эффектом морского бриза, между прочим!) шугаринг и т.д., и т.д.*

К именитым здешним массажистам записываются загодя, косметологи помогают продлить молодость по максимуму, парикмахеры имеют такие регалии, что им можно смело говорить «Стригите на ваше усмотрение!». Здесь действительно рады каждому, здесь предложат лучший из возможных вариантов, здесь обитают только положительные эмоции, отсюда выходят с ощущением собственной красоты. И таков результат даже после часа пребывания в комфортном клиентском кресле. Так что украсть этот час (а то и день) у семьи, хлопот, обязанностей, суеты просто необходимо!

## МИФ 3

**Эффект от посещения салона длится всего пару дней**

Качественно выполненная стрижка не теряет формы долгое время. Хороший гель на ногтях держится почти месяц. Шугаринг делает кожу гладкой на несколько недель. Главное – внимательно прислушаться к рекомендациям мастеров. А они, как это принято здесь, без ценных советов по уходу за вновь обретенной красотой клиентов не отпускают. И, как следствие, ощущение ухоженности, «эффект салона» будет продлён до предела.

**Стоит ли откладывать посещение Центра красоты ProfCosmo? Да! Но только до ближайших выходных! Ведь предубеждения больше не помешают достичь идеальной внешности! А некоторые процедуры лучше делать именно в будни, чтобы сэкономить время. Перед важной встречей или для создания успешного бизнес-образа стоит на полчаса захватить в ProfCosmo, чтобы сделать быструю укладку или экспресс-визаж. 11**



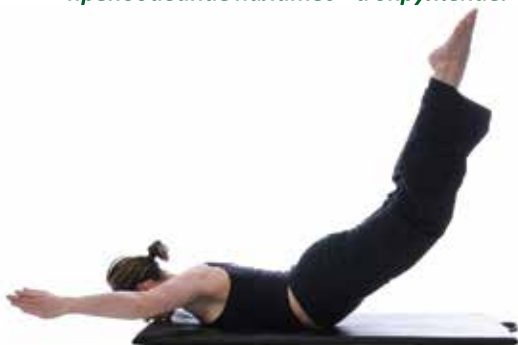
# КРАСИВАЯ И ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА – ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!



АЛЁНА ЧЕРНЫШОВА О ПИЛАТЕС  
И ТРЁХ СОСТАВЛЯЮЩИХ ЗДОРОВЬЯ

*Неизменно прекрасные Мадонна, Шарлиз Терон, Дженифер Энистон 2-3 раза в неделю посещают своих персональных тренеров по пилатес. Вера Брежнева использует его не только как инструмент борьбы за идеальную фигуру, но также считает его лучшим успокоительным средством. Ольга Шелест черпает свой оптимизм и из тренировок на коврике в пилатес-зале, а Илга Лиела предпочитает остальным видам физических нагрузок, поскольку ценит безопасность и щадящее отношение к телу. В общем, пример положительного влияния пилатес на человека можно наблюдать ежедневно на всех экранах страны. А оценить результативность спортивного метода можно на примере Алёны Чернышевой – тренера Студии Пилатес «Разум и тело» в Орле. В 35 лет она решила «завязать» с офисной работой и профессионально заняться этим направлением. В 35! И вот это уже совсем другой человек! Гибкая, энергичная, подтянутая, обаятельная, позитивная. Говорит, что силы черпает в основном из внутреннего ресурса, который даёт любимое дело – преподавание пилатес – и окружение.*

**А.Ч.:** Я отправилась учиться на тренера пилатес, потому что мне было интересно познавать бесконечные возможности человеческого тела и хотелось осуществить мечту детства. А вот ко мне в основном приходят люди с более глобальными проблемами – боли в спине, несовершенная форма живота, ног, ягодиц, неправильная осанка, хроническая усталость, сниженный общий тонус. И я всем говорю: здоровье строится на трёх китах – движение, питание, энергия и мысли. Чтобы организм функционировал правильно, ему нужны умеренные (не чрезмерные!) нагрузки; здоровое, раздельное питание с преобладанием зелени, овощей, фруктов (никто не требует отказываться от мяса и рыбы, пока организм к этому не готов); свободный ток энергии по телу, а точнее – по сухожилиям, и самое важное – добрые и искренние мысли. А первый шаг в работе с телом – принятие им правильного положения, заложенного природой в процессе прямохождения. Мы называем его нейтральное положение. Занятие пилатес обязательно включает в себя три основных направления – силовые упражнения, растяжка и расслабление, так как мышечному корсету необходимо быть сильным и эластичным. И именно пилатес возвращает телу его естественную лёгкость, гибкость и красоту.







### Из чего состоят ваши тренировки?

**А.Ч.:** Классический подход: силовая часть, растяжение, расслабление. Важен каждый этап, в том числе и последний. В эпоху стресса нам всем надо уметь полностью расслабляться – в прямом смысле растекаться киселем по коврику, слушать и слышать свое тело. Это довольно сложно, ведь в каждодневной суете жизни мы много чего должны и обязаны, у нас нет иногда даже минуты, чтобы остановиться и задуматься о себе: где болит или уже не болит, откуда идут неприятные ощущения и, самое главное, как я сам могу себе помочь. На занятиях пилатес мы все вместе учимся отключать свою голову, хотя бы на один час, и осознанно погружаться в ощущения своего тела.

Одной растяжки для тренировок мало. Одна силовая нагрузка – это сплошной стресс. А ведь мышцы должны быть выносливыми и эластичными. Пилатес – это грамотная работа с телом, очень логичная и понятная. Поняв и осознав эту логику, вы можете выполнять любые упражнения с пользой для организма и тела



«ЗАКРЕПОЩЕННЫЙ  
И МАЛОПОДВИЖНЫЙ  
ЧЕЛОВЕК В 30 ЛЕТ –  
СТАРИК.  
ПОДВИЖНЫЙ  
И СИЛЬНЫЙ В 60 –  
МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК»

Д. ПИЛАТЕС

*Метод «пилатес» был создан Джозефом Пилатесом (1880-1968) больше ста лет назад. Во время Первой Мировой войны он построил специальную систему реабилитационных тренировок для солдат с повреждениями опорно-двигательного аппарата, получивших ранения и проходивших лечение в госпитале. Эта система позволяла даже лежащим больным делать упражнения и тем самым способствовала их быстрому выздоровлению. К 1990 году многие врачи-травматологи и реабилитационные центры уже использовали технику Pilates для восстановления больных после травм и ортопедических операций. Сегодня метод пилатес популярен во всем мире.*

*То есть новичку эту логику понять трудно?*

**А.Ч.:** Не трудно, а вот сконцентрироваться сложно, так как мы отвыкли слушать себя, чувствовать свои мышцы и каждый участок тела.

При первой встрече я смотрю на человека и понимаю, готов он к групповым занятиям или нет. Ведь когда в зале 8 человек, я не могу контролировать каждое движение. Поэтому новичкам, а в первую очередь это касается тех, у кого есть проблемы со спиной, лучше начинать с персональных тренировок. При первой встрече я смотрю на изгибы позвоночника, осанку, тело в целом, и вижу тот объём работы, который нам предстоит. Это безумно интересная и увлекательная работа, которую мы выполняем вместе, держась за руки. А мне как тренеру всегда очень приятно наблюдать, как меняются мои клиенты, их тела, мировоззрение, а иногда и жизнь в лучшую сторону. Тело становится более гибким, сильным, послушным, возвращается естественная красота и здоровье. Разве эти превращения не влекут жизненные перемены?!

На тренировках я максимально подробно объясняю суть и задачу каждого упражнения, корректирую его правильное и осознанное выполнение до мельчайших нюансов (это и сохранение естественного изгиба в пояснице, плоский живот, положение плечей, лопаток и т. д.). И когда человек



овладевает этими навыками, он уже готов к групповой работе.

Женщины ходят на групповые, мужчины предпочитают персональные тренировки. Им нужно чуть больше силовой нагрузки, и в то же время не забывать о растяжении



мышц. Часто после тренажёрного зала их тела ох какие запрессованные, соответственно, и энергии гораздо тяжелее течь по сухожилиям.

*Первое занятие всегда самое тяжёлое?*

**А.Ч.:** Как правило, нет. Надо понимать, что любое упражнение мы можем выполнять в 10 разных исходных положениях. Кто пришёл впервые, тот делает самый-самый простой вариант. И правильно выбранное исходное положение для выполнения упражнения принесёт гораздо больше пользы, чем это же упражнение, но в сложном варианте. Поэтому в первые месяцы совместной работы мы с моими учениками изучаем азбуку работы тела – у него тоже есть своя азбука, свой алфавит. И только когда





азы пройдены, можно усложнять задачу. Важно, что человек плавно входит в ритм занятий и каждый раз готов сделать чуть больше, чуть лучше. И самое главное, тело само начинает подсказывать, когда можно переходить к следующему этапу – а он это теперь уже слышит и чувствует.

**Больше всего пилатес популярен у женщин. А как смотрят на него мужчины? Берётесь ли вы работать с детьми?**

**А.Ч.:** Да, берусь. Но, опять же, индивидуально. Я стараюсь донести до них важность известного постулата – «в здоровом теле – здоровый дух», рассказываю об основах правильного питания, грамотных физических нагрузках, необходимости иметь красивую осанку (от этого зависит работа внутренних органов), стараюсь предосте-



речь от возникновения вредных привычек, напоминаю о питьевом режиме. Впрочем, информацию о питании я даю всем тем, кто действительно хочет изменить свое тело.

Мужчины предпочитают персональные программы, поскольку они сильнее женщин, но не всегда выносливее. Им нужна более глубокая работа с мышцами. Нам вместе приходится прилагать максимум усилий для того, чтобы их накачанные, красивые мышцы обрели еще и эластичность.

Был опыт работы и с беременными женщинами. Несколько моих девочек сейчас уже благополучно стали мамами, быстро пришли в форму после родов, а ровно через месяц вернулись на тренировку.

**В свою студию вы принимаете всех?**

**А.Ч.:** Да, принимаю всех, но не все остаются. Ведь далеко не все готовы осознанно работать со своим телом, его ощущениями, которые всё время меняются. Каждому своё. Я уважаю выбор всех и каждого в отдельности. А кто готов и очень хочет, тот получает результат – здоровое, красивое, гибкое тело с природными рельефами и изгибами, готовое идти по любому пространству вариантов, тело, полное энергии и сил. А с таким гармоничным телом и мысли становятся другими – добрыми, искренними, радостными, наполненными любовью к миру! Стресса нет, он давно покинул вашу голову, хочется верить, что навсегда! Вот и весь секрет простого человеческого счастья. ①

**ТЕЛЕФОНЫ:**  
48-11-80, 8-953-616-72-13

**АДРЕС:**  
ул. Полесская, 2  
(здание Дворца спорта,  
остановка «Дворец спорта»)

# АКЦИЯ!

**Luna**  
Shinhung Implant System

# ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД КЛЮЧ

УСТАНОВКА  
ОДНОГО  
ИМПЛАНТАТА  
**12 000**  
рублей



**В стоимость входит:**  
анестезия + установка имплантата + установка формирователя десны

Акция действует с 9.10.2017 по 31.10.2017.

Количество имплантатов ограничено.

Акция распространяется на имплантаты LUNA (Shinhung Implant System).

Подробности по телефону (4862) 73-53-11.

Клиника эстетической стоматологии «ГАРАНТ С» ждёт вас по двум адресам в Орле:  
**ул. Грузовая, д. 123; ул. Кромская, 25 (909 квартал).**

Записаться на приём можно по телефону:  
**+7 (4862) 73-53-11**

## Мы делаем Ваши зубы **ЗДОРОВЫМИ,** а улыбку **СЧАСТЛИВОЙ!**

Лицензия Департамента здравоохранения и социального развития Орловской области №ЛО-57-01-000613 от 22 октября 2013 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

# ОСЕНЬ ВО ВСЕЙ КРАСЕ С «МАГИЕЙ КРАСОТЫ»



Три осенних месяца и три зимних (не говоря уже о весне!) – это сплошной стресс для организма. Ветер, холод, высушивающее воздух в помещениях отопление, авитаминоз – всё это отнюдь не способствует улучшению самочувствия. А уж внешность страдает так, что три месяца лета как раз и уходят на восстановление красоты. Но выход есть! Упредить осенне-зимний ущерб можно, воспользовавшись предложениями от салона «Магия красоты».

**ПАРАФИНОТЕРАПИЯ ДЛЯ РУК И НОГ** – это одна из самых результативных процедур оздоровления кожи. Восстановление, увлажнение, питание и, как следствие, омоложение – вот что получают посетители. Плюс к тому обезболивающий эффект для тех, у кого бывают боли в суставах и мышцах. Ну и расслабляющее действие, конечно!

Позитивное влияние на кожу лица (а также рук, ног и области декольте) оказывает **ХИМИЧЕСКИЙ ПИЛИНГ**. Он способствует ускорению обменных процессов, увеличивает выработку коллагенов, гиалуроновой кислоты и эластина. Тонус повышается, неровности и даже рубцы

разглаживаются, пигментные пятна, в том числе и старческие, сравниваются по тону с остальной кожей. По сути, это удаление верхних слоёв эпидермиса при помощи специально подобранного состава. А дальше организм сам наращивает новый, безупречно гладкий и чистый покров.

Время переходить к волосам. Осенью им просто необходимы **ЛАМИНИРОВАНИЕ И ПОЛИРОВКА**. В результате – красивые, гладкие, мягкие локоны без секущихся концов. Они легко расчёсываются и отлично лежат в причёске. Эффект длительный – до 3-4 месяцев. А длина во время процедуры остаётся практически неизменной, срезается лишь необходимый минимум – до 10 мм.

Ну а глобально оздоровиться в салоне «Магия красоты» позволяет **КЕДРОВАЯ БОЧКА**. Уже за один сеанс организм успеваеt избавиться от шлаков и токсинов на клеточном уровне! При этом возможно устранение проблем в системе органов дыхания и сердечно-сосудистом комплексе, укрепляется иммунитет, снимается стресс, уходит хроническая усталость.

**Важный факт: 1 процедура в кедровой бочке заменяет 5 км бега!**

*Магия  
Красоты*

*Да, это чудо. А точнее магия – подлинная «Магия красоты», которая просто необходима всем осенью. Запись на процедуры – по телефону (4862) 78-03-23.*

Адрес: г. Орёл, ул. Советская, 11  
Телефон: 78•03•23, +7•903•637•03•23, с 10:00 до 20:00

🌐 krasota57.ru; 📧 krasota057

# Фирстиль: от Древнего Египта до наших дней

Началось всё с керамики. Египетские гончары, чья рука была особенно виртуозной, стали наносить на свои изделия своеобразные «логотипы» – значки, обозначающие авторство. По этим-



то значкам большинство покупателей и определяли ценность вещи: «Ах, это же горшок от Бусириса! Надо брать!» С тех времён, собственно, мало что изменилось, бренд всё так же диктует потребителю правила поведения.

В Древней Греции выдающиеся ремесленники тоже активно клеймили свои работы. Не только посуду, но и ювелирные украшения и даже текстиль. А Римская империя оставила после себя огромное количество «фирменных» артефактов, среди которых легендарная фабричная посуда со знаком Fortis.

## РЫЦАРСКИЙ ЛОГОТИП

Герб – этот предшественник брендбука в Средние века определял весь внешний



декор воинствующих дворянских домов. К примеру, алая дамасская роза (ныне дизайнеры называют этот узор «Дамаск») являлась свидетельством того, что носитель щита с гербом – представитель дома Ланкастеров. Ну а

Йорки выбрали в символику белую розу. И началась война двух воинствующих «марок». Ну а пока рыцари мерились доблестями, мастерские продолжали совершенствовать свою продукцию и очертания отличительных знаков. Так что в 19 веке уже назрела необходимость о законодательном регулировании регистрации этих самых знаков. Впервые закон о регистрации и охране был принят в Британии, а затем и в большинстве европейских стран.

## ФАБЕРЖЕ-СТАЙЛ

В России до революции на большинстве товаров среднего и высшего класса присутствовали клейма мастеров. Ярким примером можно считать знаменитую печать Карла Фаберже, оттиск которой присутствует на всех его произведениях. Надпись «Абрикосов и сыновья» на коробках с кондитерскими продуктами и по сей день считается классикой рекламного дизайна. Кстати, согласно архивным данным, в 1891 году дальновидный кондитер потратил только на листовки 300 тысяч рублей. Они буквально наводнили Москву, после чего большинство конкурентов так и не оправались, закрыв бизнес.

Ф а б р и к а «Скорород», выпускавшая удобнейшие туфли «Реформа» (которые склонный к



упрощению народный язык быстро переименовал в «скоророходы»), добилась того, чтобы в фирменную символику был добавлен государственный герб. Это было в 1896 году, а в 1910 фабрика включила логотип в дизайн самой обуви: он украшал подошвы каждой вышедшей с конвейера пары.

## КЛАССИКА СТИЛЯ

Знаменитый архитектор Петер Беренс в 1907 году был принят на должность художественного директора немецкого концерна AEG. Именно им впервые в мировой практике был разработан полноценный фирменный стиль для предприятия. В корпоративном стиле оформились заводские, офисные, торговые помещения (и даже мебель для них!), рекламные щиты и конструкции, упаковка товара. Беренса принято считать основоположником промышленного дизайна и брендбука в частности.



фирменный стиль для предприятия. В корпоративном стиле оформились заводские, офисные, торговые помещения (и даже мебель для них!), рекламные щиты и конструкции, упаковка товара.

Беренса принято считать основоположником промышленного дизайна и брендбука в частности.



XX век – это период активного развития фирменного стиля как отдельной науки на стыке изобразительного искусства и инженеринга. Пройден огромный путь от зазывной вывески до 3D-видеороликов с забойными слоганами. И уже на грани тысячелетий фирменный стиль обогатился ещё одним пунктом



– аудиобрендом. Для примера: запатентованный и известный повсеместно щелчок за ж и г а л к и Zippo. В России, вероятно, не наберётся и тысячи жителей, которые не разу не слышали «М-м-м, Данон!» и позывные Радио «Маяк». А между тем они являются официально зарегистрированными компонентами корпоративного продвижения компаний.



## ФИРМЕННАЯ «ПЯТНИЦА»

Разработать свой фирменный стиль сегодня можно в содружестве с рекламным агентством «Пятница». Ведущие дизайнеры региона, широкие технические возможности и стойкий креативный настрой – вот что поможет вашему бизнесу обрести лицо, стать известным и, главное, запоминаться. Вдумчивые маркетинговые исследования позволят выявить преимуущества компании, совместить их с мировыми рекламными трендами и грамотно преподнести их потенциальной аудитории.

**Индивидуальный корпоративный стиль – это стильно!  
Вместе с «Пятницей».**

*Продолжаем публиковать цикл статей Сергея Широкина об истории нашего города и страны. В этом номере – про студенчество Советского Союза.*

# КАК МОЛОДЫ МЫ БЫЛИ...

ОСЕНЬ. НАЧАЛО НОВОГО УЧЕБНОГО ГОДА.  
КАКОЙ ЖЕ БЫЛА ЖИЗНЬ СОВЕТСКИХ СТУДЕНТОВ?  
ОЧЕНЬ НАСЫЩЕННОЙ...

## НЕТ ВРЕМЕНИ

С первого дня обучения студенты попадали в довольно прочную организационную сеть. Комсомол, профсоюз, ДОСААФ, Общество «Знание», Общества охраны природы и памятников и так далее. Игнорировать их было невозможно.



Также за занятостью молодежи следили старосты групп и курсов, кураторы из преподавателей, студенческие научные общества. Одним словом, досуг студентов стремились занимать полезными для существующего строя занятиями...



И это помимо самой учёбы со всеми её практиками. Она тоже требовала от студента много времени и сил. Из-за этого молодые люди зачастую женились на соседке по парте или выходили замуж за соседа по парте. Искать вторую половину где-то ещё было просто некогда.



## ШУТИТЬ ВСЕГДА, ШУТИТЬ ВЕЗДЕ

Несмотря на то, что досуг советского студента строго регламентировался, порой молодым людям удавалось организовывать что-то самим. Без неустанного контроля сверху. Одной из таких придумок стал СТЭМ (студенческий театр эстрадных миниатюр).

Два-три харизматичных человека на сцене. Нехитрые декорации и костюмы. Сценарий, построенный на шутках, близких студенческой аудитории. И успех гарантирован. Очень быстро свои СТЭМы появились во всех вузах страны. Вне зависимости от того, гуманитарный институт или технический. Шутники находились везде. Выросло целое СТЭМ-движение. Именно оно породило впоследствии КВН.

## НА КАРТОШКУ!

Каждую осень в СССР начиналась битва за урожай. Рабочих рук на поле катастрофически не хватало. Поэтому резервы формировались из студентов. Это происходило прямо посреди учебного процесса. Желания у них никто не спрашивал.

Молодых людей привозили на поля целыми автобусами. Такие выезды называли просто –





«на картошку». Продолжались заезды обычно с месяц. Качество такой работы оказывалось не слишком высоким. Оплачивали труд как реальными деньгами, так собранными овощами.



По вечерам для студентов, превратившихся на время в колхозников, проводились танцы, на которые шла и деревенская молодёжь. Многие заводили романы. Нередко такие любовные перипетии заканчивались драками с местными. Мальчики и девочки из различных семей вкушали запретные плоды. В том числе и деревенский самогон...



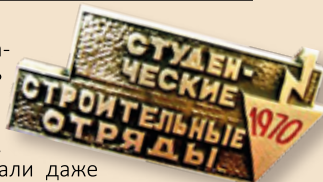
ли запретные плоды. В том числе и деревенский самогон...

## В ПУТЬ!

Ещё одной возможностью вкусить романтики вне города стали стройотряды. Сюда молодёжь вступала с большой охотой. В составе таких отрядов студенты получали возможность на два лет-



них месяца уехать в настоящую глушь (вплоть до Сахалина). Там они возводили коровники или овощехранилища.



Молодые люди получали даже специальную форму – куртки полувоенного типа с эмблемами с названиями города и вуза.

Но студенты-строители не были обычными шашаниками. Движение стройотрядовцев функционировало под эгидой комсомола. И это накладывало отпечаток. Юность успевала не только работать, но и гулять при луне, влюбляться, просиживать ночи с гитарой при костре. И ещё – читать лекции, давать концерты, проводить спортивные соревнования, помогать пенсионерам и обличать империализм. Это в свободное от работы время.

Помимо романтических идеалов в дорогу звал и неплохой материальный стимул. Хорошо работая, можно было заработать очень приличную сумму, от пары сотен до пары тысяч рублей. Получалась неплохая прибавка к стипендии.

## НОВЫЙ ЭТАП В ЖИЗНИ

В СССР система распределения работала везде. В том числе и при выпуске студентов из вуза. В её основе лежало некое подобие рейтинга, составленного на основании успеваемости. Некоторых выпускников это не касалось. Они обучались по целевым направлениям. Так что их работодатель был известен уже при приёме в институт. Для остальных результат распределения мог стать большой неожиданностью. Послать могли куда угодно: как в Москву, так и за тридевять земель. И там выпускник должен был отработать не менее трёх лет. Своеобразная оплата государству бесплатного образования.

Так завершался целый этап в жизни советского молодого человека. Очень насыщенный... Воспоминания о нём новоявленный специалист сохранит навсегда. II



# ИЗ ЖИЗНИ МОЛОДЁЖИ

# FREELANCE

## СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЁЖИ ПОСВЯЩАЕТСЯ



**В** журнале «Пятница Орёл» мы решили ввести новую рубрику «Из жизни молодёжи». Современная молодёжь сильно отличается от сверстников предыдущих поколений. Фрилансерство стало яркой приметой времени. Создание собственного бизнеса – это, пожалуй, единственное, чего современные молодые люди хотят так же сильно, как их сверстники 10 лет назад. Люди хотят иметь бизнес, который даст им средства к существованию и оставляет достаточно свободного времени. Вот об этих людях мы и хотим рассказать на страницах нашего журнала. Если вы яркий представитель современной молодёжи, то мы приглашаем вас стать партнёром нашей новой рубрики.

**П**режде чем рассказывать о конкретных представителях местной молодёжной среды, поговорим о молодом поколении в целом.

**С**ейчас рамки самого понятия «молодёжь» несколько размыты. С одной стороны, есть универсальные границы – возрастные и социальные. С другой, современные технологии и продукция мировых производителей эти рамки



раздвигают. Даже на уровне законодательном молодой возраст – понятие весьма широкое. Во всем этом ещё предстоит разобраться специалистам от социологии, психологии, антропологии, культурологии.

**М**ы будем говорить о социально активной группе населения, которая учится, но уже не в школе, работает и участвует в формировании ценностей современного общества.





**П**оговорим о некоторых тенденциях, заметных при исследовании возрастной группы от 22 до 35 лет. Молодые люди, несмотря на ипотеку и

социальные обязательства по отношению к членам созданной ими семьи, несколько отстают от своих же родителей в представлении о зрелости и перспективах на ближайшее время. Дом, сын, дерево – это то, к чему можно и нужно стремиться. Но при этом желательно успеть насладиться жизнью здесь и сейчас. Ходить на концерты и вечеринки, как 10 лет назад, путешествовать в компании, находить время для общения вне семьи, следить за модой. Мы наблюдаем интересное явление, которое справедливо можно назвать инфантилизмом. Один из музыкантов в своем творчестве дал оригинальное определение нынешнему времени, назвав его «эрой бородатых детей».



**Н**ынешняя молодёжь осознала ценность свободы в смысле обладания личным временем для саморазвития, углубления собственных интересов. Так, время желательно уделять не просто работе и семье, но и своим увлечениям, хобби. Это могут быть путешествия, фотография, компьютерные игры, ведение блога. Современный молодой человек должен выполнять в нагрузку ещё одну важную, как он осознаёт, роль – социального персонажа в виртуальном пространстве. Не присутствовать в соцсетях и мессенджерах приравнивается к отсутствию социальной активности. Быть на виду и вести активную фиксацию происходящего в своей жизни – это одна из примет времени.

Нынешняя молодёжь осознала ценность свободы в смысле обладания

личным временем для саморазвития, углубления собственных интересов. Так, время желательно уделять не просто работе и семье, но и своим увлечениям, хобби. Это могут быть путешествия, фотография, компьютерные игры, ведение блога. Современный молодой человек должен выполнять в нагрузку ещё одну важную, как он осознаёт, роль – социального персонажа в виртуальном пространстве. Не присутствовать в соцсетях и мессенджерах приравнивается к отсутствию социальной активности. Быть на виду и вести активную фиксацию происходящего в своей жизни – это одна из примет времени.



**П**рофессиональные интересы молодёжи сдвинулись в сторону творческих и свободных от конкретной привязки к рабочему месту занятий. Такие возможности дают дизайн, программирование, веб-разработки, журналистика, реклама и PR, хэнд-мейд, фотосъёмка, коучинг и другое.

**С**егодняшняя молодёжь зачастую к карьере равнодушна. Как и к стажу на одном месте.



Молодые люди не согласны на работу, которая мотивирована исключительно зарабатыванием денег и не даёт возможности для самовыражения. Отсюда нежелание трудиться по чёткому графику и вообще отдавать работе большую часть своего времени.

**С**воё дело, мелкий бизнес, без особых вложений, но приносящий стабильную прибыль, за счёт которой можно ощущать финансовую независимость и иметь больше свободного времени, – таков идеал современного молодого человека. В свободное время он может заниматься тем же, чем и в рабочее, но уже для себя, не на заказ, с большей отдачей, для души. При этом освоение профессии благодаря полученной в вузе специальности – уже далеко не приоритет. Заниматься любимым делом и иметь доход от этого – вот к чему стремится молодёжь. Офис с его рутинной и корпоративный дух, возможность работать в крупной компании





— для многих это уже не предмет мечтаний. Больше ценятся самозанятость и возможность влиять на заработок (если больше работаю — больше получаю). Поэтому всё активнее молодёжь осваивает курсы, ходит на платные и бесплатные лекции.



Чтобы, отучившись на парикмахера, стричь в своём салоне или на дому. Позанимавшись фитнесом или танцами, открыть свою мини-студию. Пройдя курс по пошиву одежды, кроить и шить на заказ дома, а потом самим брать учеников. Заказав дорогую фототехнику и изучив мастер-классы в Интернете, открыть сайт с услугами по профессиональной фотосъёмке, с выездом за пределы своего города, с предоставлением дополнительных услуг в виде проката одежды, макияжа и т. д. Наконец, чтобы с помощью блога «раскрыть» себя и иметь воз-

можность не только получать прямую прибыль, но и пользоваться разными услугами и продукцией на выгодных для себя условиях.

Современные молодые люди в основном лишены боязни потерять работу: они согласны на переезд и смену сферы деятельности, лишь бы найти интересные и приемлемые варианты занятости.

Молодёжь также не чужда волонтерству. Молодых людей увлекает общественная деятельность по популяризации истории, культуры, спорта. При этом в добровольчестве они нередко ищут

прямую для себя выгоду: возможность участия в эксклюзивных событиях, возможность отправиться в новые места или узнать нечто новое,



попробовать новый вид деятельности, использовать новые связи и знакомства для дальнейшего развития.

Ещё одна из характерных черт современной молодёжи — желание накопить собственный

опыт от исследования новых мест, явлений и событий, получить острые ощущения от экстремальных развлечений. Так, одни стремятся уехать в многодневку на велосипеде, другие спят и видят, как им покорить горные вершины, с подготовкой или без, уехать в экзотические страны, чтобы прыгнуть в большой высоты, сходить в водный поход, отправиться на исследование пещер, поучаствовать в военно-исторической реконструкции... ❶



**Современная молодёжь готова тратить немалые средства на технику и оборудование. Чтобы потом использовать их в своей деятельности, связанной с работой или хобби. Стати, «Пятница» делится с вами примером того, как известный орловчанин превратил любимый спорт в любимую работу.**

# ДЛЯ ЦЕНИТЕЛЕЙ БОЛЬШИХ СКОРОСТЕЙ

Речь об орловском картингисте Леониде Панфилове. Увлечение автоспортом с ранних лет навело его на мысль, как претворить в жизнь мечту и реализовать интересную бизнес-идею.

За плечами 26-летнего Леонида неоднократные удачные выступления на Чемпионатах России и Европы, звание победителя кубка России, двукратного чемпиона России, звание мастера спорта, победителя и призёра международных соревнований.

Воспитанник клуба-картинга «Орёл», Леонид с 4 лет за рулём гоночных болидов. На протяжении долгих лет его домашней трассой и единственной тренировочной базой являлся Курский картодром, под руководством своего отца – тренера, Леонид намотал по этой трассе не одну тысячу кругов. Тогда и зародилась идея о создании в родном городе настоящего картинг-центра. И теперь для тех, кто хочет всерьёз заниматься картингом или просто любит скорость, уже почти два года в Орле существует картинг-холл Lion.

Желающим испытать драйв на скоростных трассах спешим сообщить, что в «Лионе» насчитывается более 20 единиц техники, среди которых есть: шведские Caroli Kart (оснащены двигателем Хонда с объёмом 200 кубических сантиметров и мощностью 6,5 лошадиных сил, скорость до 40 км/ч), немецкие Rimo Evo 5 (объём двигателя 270 кубических сантиметров и мощность 11 лошадиных сил, скорость до 65 км/ч), немецкие юниорские Rimo для детской академии картинг-школы «Лион» и итальянские Birel Baby для детей от 7 лет.

Трасса протяжённостью 400 метров оснащена профессиональной системой хронометража, которая фиксирует результаты каждого круга с точностью до тысячных долей секунды. Точно такая же система используется на чемпионатах мира по картингу.

За пять минут спортсмены проходят от 9 до 11 кругов. Результаты гонки отображаются на онлайн-табло, а после заезда участники получают распечатку с результатами. Ежемесячно в «Лионе» проводится многоэтапный турнир «Lion Cup», принять участие в котором может любой желающий. 🏁



**ВСЕХ, КТО ХОЧЕТ ОЩУТИТЬ СКОРОСТЬ И ПОЧУВСТВОВАТЬ АДРЕНАЛИН, КАРТИНГ-ХОЛЛ «ЛИОН» ждёт по адресу:**

г. Орёл, пер. Керамический, 7,  
тел. 63-02-19  
[vk.com/arenalion](http://vk.com/arenalion)

# КАК ФОТОГРАФИРОВАТЬ ДЕТЕЙ?

Когда в 2005 году организовалось первое в Орле портретное «Фотоателье», этот вопрос стал более чем актуален. Традицию заказывать фотосессии мы тогда только начали формировать, собственный портрет на стене многим казался чем-то вызывающим и нескромным, а вот снимать любимое чадо – вроде бы и не предосудительно. Поэтому первыми посетителями нашей фотостудии стали многочисленные мамы. Посетителями, но не клиентами. Очень долго, года четыре, я неизменно отказывался от подобных съёмки. Просто потому, что не знал – как.

Что значит «не знал», недоумённо спросит читатель? «Тыжфотограф», у тебя есть фотоаппарат, студия, осветительные приборы... В чём проблема? Какая разница, кого снимать?

Давайте сразу проясним: портрет бывает бытовой (на память) и художественный. Назначение второго в том, чтобы полученное изображение человека отвечало двум требованиям: раскрывало его характер и являлось законченным декоративным произведением изобразительного искусства, способным стать органичной частью дизайна интерьера. Именно такой, художественной фотографией и предполагалось заниматься в «Фотоателье». Сделать «фотку» ребёнка на

память, на которой он будет улыбаться и умилять родителей – не проблема. Конечно, это тоже не просто. В студию приходит малыш, который видит тебя впервые в жизни, и ты должен в течение нескольких минут найти к нему подход, организовать, вызвать нужные эмоции... Не все умеют.

Однако речь о другом, об изобразительной законченности фотографии. Для студийного портрета она во многом



определяется костюмом. Бытовая одежда, даже симпатичная, даже подобранная по стилю и цвету, в сочетании с непосредственной пластикой ребёнка

В СТУДИЮ ПРИХОДИТ МАЛЫШ, КОТОРЫЙ ВИДИТ ТЕБЯ ВПЕРВЫЕ В ЖИЗНИ, И ТЫ ДОЛЖЕН В ТЕЧЕНИЕ НЕСКОЛЬКИХ МИНУТ НАЙТИ К НЕМУ ПОДХОД, ОРГАНИЗОВАТЬ, ВЫЗВАТЬ НУЖНЫЕ ЭМОЦИИ...

даёт – ту самую бытовую картинку. Почти всегда. Со взрослыми не так. Почему? А просто костюм на них – только один из элементов создания



образа и даже не главный. Работая с лицом (и фигурой) взрослого человека, фотограф может по своему усмотрению варьировать светотеневой

стене, да так, чтобы заглянувшего на огонёк эстета не перекосило?

**Я** не зря упомянул костюм. К сожалению, детская одежда зачастую чересчур детская. Весёленькая. В жизни это, наверно, не плохо. Но на фотографии она никак не позволяет уйти от бытового изображения. Решение – стилизация. Или хотя бы намёк на неё. В прошлые эпохи, ещё до середины двадцатого века, детская одежда (не младенческая) почти не отличалась по стилю от взрослой. Поэтому на снимках тех лет мы видим маленького, но человека, без излишнего педалирования детскости, которое в наше время переходит, подчас, все рамки хорошего вкуса. В сочетании с невинным лицом такой костюм создаёт эпичный образ и позволяет привести композицию и стилистику кадра в соответствие.

**К**стати, где-то на интуитивном уровне потребность в «театрализации» для съёмки детей чувствуют и родители, но не знают, как её реализовать. Чем с успехом и пользуются фотографы-лабухи, кочующие по детским садам и школам с чудовищными поделками под мушкетёров и рыцарей, провоцируя не искушённых папам умножать и без того заполнившую быт пошлость.

**О**тдельно стоит коснуться вопроса фотосъёмки младенцев до года. Кстати, традиция отмечать годов-

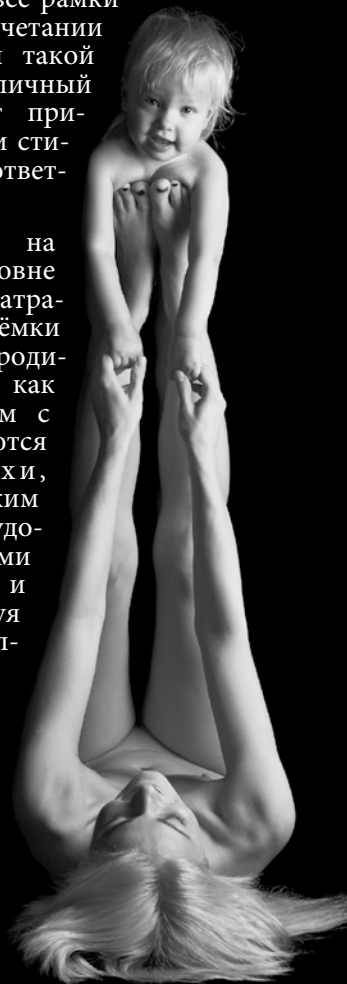
...НА ИНТУИТИВНОМ УРОВНЕ ПОТРЕБНОСТЬ В «ТЕАТРАЛИЗАЦИИ» ДЛЯ СЪЁМКИ ДЕТЕЙ ЧУВСТВУЮТ И РОДИТЕЛИ, НО НЕ ЗНАЮТ, КАК ЕЁ РЕАЛИЗОВАТЬ

рисунку, ракурсы, позы и т.д., добиваясь гармонии всех элементов в кадре. Ребёнок, даже очень послушный (а в последнее время это лишь мечта) всё



равно не предсказуем и не управляем полностью. А значит, в лучшем случае, художественное изображение может возникнуть случайно. В остальном – профессионально, живенько и... бытово. Но родителям в основном большего и не надо, поэтому масса фотографов не мудрствуя предоставляет им такую услугу.

**Т**ак как же быть? Какой выход, если мы хотим не просто запечатлеть ребёнка для семейного альбома (для этого в наши дни и фотограф-то не нужен, родительского смартфона достаточно), а повесить его портрет на



щину первой профессиональной фотосессией, при всей своей кажущейся логичности, ошибочна в корне. Нет, дома или на улице поснимать малыша современная техника позволяет вполне. А вот студийная съёмка становится практически невозможной. Свет в студии ставится под определённую точку, удержать в которой годовалого человека, любопытного до окружающего мира, не представляется возможным. Ну если только привязывать.

**П**оэтому в студии младенца можно и нужно фотографировать в три этапа до этого возрастного рубежа.

**П**ервый – совсем беспомощного, в месяц, а то и раньше. Многие фотографы предлагают свои услуги именно в этот период, пытаясь подражать концепции съёмки знаменитой Анне Геддес, не дотягивая ни до её постановочных возможностей, ни до отточенной композиции, и превращая когда-то новаторскую идею в расхожий штамп.



**В**торой период – когда ребёнок начинает держать голову и уверенно лежит на животе. Многие дети в этом возрасте уже прекрасно фиксируют взгляд на камере и позволяют следить за их подвижной как труть мимикой. Возможны очень интересные крупные планы.

**И** третий период – это когда ребёнок начал уверенно сидеть. Причём, первые две съёмки вполне разумно делать голышом (подгузники – не сильно фотогеничный наряд), а вот здесь уже можно подумать о костюме. Только упаси Боже, если это девочка, от акцентирования данного факта с помощью

**ДЕТИ КАКОЕ-ТО ВРЕМЯ ВНЕ ПОЛОВЫХ РАЗЛИЧИЙ, И В ЭТОМ МУДРОСТЬ ПРИРОДЫ.**

платья. В возрасте 6–8 месяцев редкую девочку можно с уверенностью отличить по лицу от мальчика. Дети какое-то время вне половых различий, и в этом мудрость природы. Утрируя в этом возрасте половую принадлежность, мы неизбежно создаём диссонанс лица и костюма, который на фотографии превращается в то же самое дурновкусие. Разумеется, нет правил без исключений.

**П**риведённые здесь рекомендации, конечно, не универсальны и рассчитаны на наши культурные традиции. Увы, они не очень развиты пока в плане визуальной эстетики. Дизайнерские изыски фотопортрета, «на ура» воспринимающиеся продвинутым менталитетом, в косном провинциальном сознании почти наверняка вызовут недоумение, а то и негативную реакцию. Детский портрет – ещё более консервативен, чем любой другой. Даже его монохромность частенько воспринимается чуть ли не как поругание радости детства, которая ассоциируется у большинства с ярким многоцветием. А уж увидеть на портрете половину лица своего ребёнка, а то и его отсутствие, мы пока совсем не готовы. Но, будем надеяться... **П**




# HITECH


сервисный центр




**ТЕПЕРЬ ТЫ ЗНАЕШЬ, ГДЕ  
ЧЕСТНЫЙ РЕМОНТ**


 8 (4862) 783 777

 ПН-ПТ 10-19; СБ 10-16; ВС ВЫХ

 г. Орел, ул. 2-ая Посадская, 2

 +7 962 475 3777

 htcomp.org

 hitechorel@gmail.com

# ТЕАТР – ДЕТЯМ!

**С**реди взрослых найдётся немало людей, которые не любят театр, не понимают его прелести, предпочитают посвящать время иным видам досуга. И в этом нет их вины. Просто таких людей в детстве не научили любить театральное искусство. Возможно, пытались, но сделали это настолько неумело и неуклюже, что, в лучшем случае, добились от ребёнка непонимания, в худшем – внушили ему ужас перед этой частью культуры. Театр – лучшая школа жизни, ведь именно здесь ваш ребёнок наглядно (не по телевизору!) начнёт узнавать о мире, о жизни, начнёт размышлять... Поход с родителями в театр может и должен стать большим событием в жизни маленького человечка. И наш совет – помогите своему малышу, приводите его в театр, смотрите спектакли вместе с ним – удивляйтесь, радуйтесь, думайте, размышляйте и обязательно потом разговаривайте с вашим ребёнком о том, что вы видели на сцене.

**Н**аши орловские театры не обходят стороной своего юного зрителя и стараются радовать его самыми интересными, волшебными, сказочными, увлекательными историями! За первыми впечатлениями смело отправляйтесь в **Орловский театр кукол**. Именно здесь впервые у ребёнка загораются глаза, он не отрываясь

следит за событиями, происходящими на сцене. Поверьте, это не преувеличение – в зале множество мальчишек и девчонок, которые смотрят на сцену буквально разинув рот! Интересных сказок в репертуаре театра кукол немало. **Каждые субботу и воскресенье в 11:00** театр открывает двери



для новых зрителей. Из сказочных новинок – **«Сказка о храбром воробышке»**, **«Каткин день»**, **«Жил-был у бабушки...»**

**К**огда ваш ребёнок будет готов к знакомству с более сложными эмоциями, его уже можно вести во «взрослый» театр, где

истории вам представляют настоящие актёры. Ваш малыш познакомится здесь с новыми эмоциями, переживая и радуясь за знакомых ему по книжкам или совсем незнакомых сказочных персонажей, которые смогут стать для него настоящими героями и примером для подражания. **Театр для детей и молодёжи «Свободное пространство»** всегда ждёт в гости юных зрителей и каждый сезон готовит для них что-то новое



и интересное. В репертуаре театра музыкальная сказка с чудесами и превращениями «Кот против Людоеда», сказочные восточные приключения в спектакле «Али-баба и сорок разбойников», спектакль по произведениям Марка Твена «Приключения Гекльберри Финна», сказка для всей семьи «Африка», романтическая сказка для маленьких и больших зрителей «Полный вперёд!», притча о дружбе, любви к ближнему, вере и безверии «У ковчига в восемь». После перерыва в репертуар театра возвращаются сказки, премьеры которых состоялись уже несколько лет назад, имевшие большой успех, но по разным причинам не входившие в текущий репертуар последних сезонов. В октябре вновь на сцене – прекрасная волшебная история «Дорога в Небыван», а в новогодние праздники маленьких зрителей ждёт встреча с героями весёлой сказки «Снегурушка».

**С**овместный поход в театр позволяет семье провести время вместе, сплотиться и, возможно, узнать друг друга с новых сторон. Сходите в наш самый большой театр – *Орловский государственный академический театр им. И. С. Тургенева*. Этот совместный поход может стать для вас настоящим праздником! Здесь о детском репертуаре тоже не забывают. Уже в начале сезона для юных зрителей состоялась премьера сказки «Заяц и Волкшебство». А к Новому году вас ждёт встреча с хорошо знакомыми героями «Трёх толстяков».

**У**ж где раздолье для детей – так это в *театре «Русский стиль»*. Такое разнообразие сказочного репертуара точно не оставит



равнодушными ни малышей, ни их родителей: «Три поросёнка», «Весёлый Роджер», «Винни Пух и весёлая компания», «Приключения Дюймовочки», «Иван-царевич и Кощей Бессмертный», «Чудный терем», «Вождь краснокожих»... А ещё здесь можно организовать и провести большой удивительный «Сказочный выпускной» с играми, песнями, танцами, шутками и угощениями и, конечно же, с просмотром спектакля.

**ДОРОГИЕ  
НАШИ ЧИТАТЕЛИ!  
ПРИХОДИТЕ  
В ТЕАТР!  
ПРИХОДИТЕ  
ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ!  
ПУСТЬ ВАША  
ЖИЗНЬ С КАЖДЫМ  
ДНЁМ СТАНОВИТСЯ  
ВСЁ ИНТЕРЕСНЕЕ! ①**





Виктор Панков – член Союза дизайнеров России, педагог, активный орловский градозащитник, куратор многочисленных выставок, наконец-то рассказывает читателям «Пятницы» о своём фотографическом проекте «12 стульев». До этого он показывал его лишь фрагментами на различных фото- и дизайнерских выставках в Орле и других городах.

# МОИ 12 СТУЛЬЕВ



*Стул прозрачной арматурой, стул органично встроился в городскую среду.*

*Беленький детский стульчик до неузнаваемости изменил масштаб двора, в который его скорее всего выставили родители своего повзрослевшего чада.*

*Типичная дачная картинка: красим домик – льём вокруг на всё что попало))*



**С**тул как комфортное место для сидения возник почти так же давно, как человек. Но предметом искусства он стал намного позже – где-то между появлением табуретов и... первых тронов для императоров, царей и фараонов. И уж совсем недавно, не больше века тому назад, на него как на объект искусства, а то и некий символ, обратили внимание большие европейские художники (Рене Магритт, Винсент Ван Гог, Акоп Акопян). Талантливые дизайнеры экономически развитых стран создали целый культурный пласт, разрабатывая и ставя на поток всё новые и новые высокотехнологичные стулья и кресла на все вкусы и случаи жизни. Но, даже будучи ещё вполне себе крепким, стул может попросту надоесть своим хозяевам или, что того обиднее,

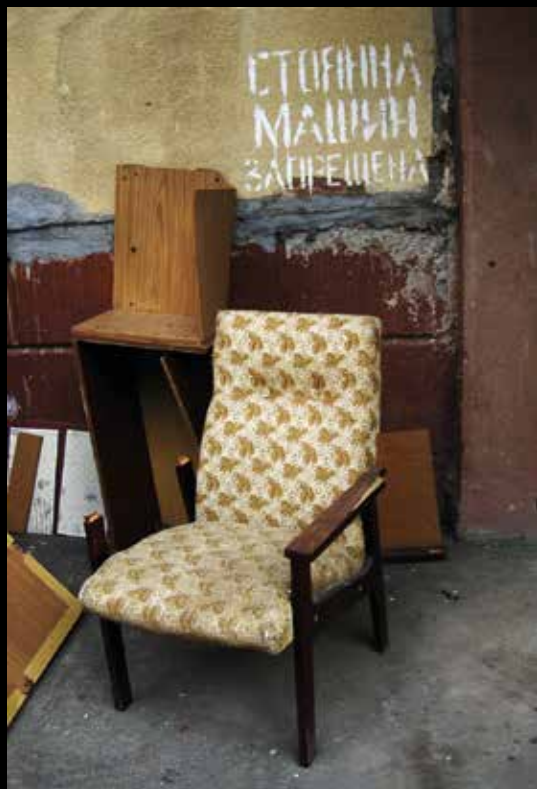


*Возможно, это самый  
первый снимок,  
положивший начало  
большой серии  
о беспризорных стульях.  
Один из нескольких  
дублей, сделанных  
плёночной «мыльницей» Minolta и  
обработанный  
в далёком 1991 г.*

*Рождённый из дров,  
стул может легко  
(и не раз!) вернуться  
в своё первобытное  
состояние, вновь став  
строительным материалом...  
Физической смерти может  
и не быть, только моральная.*



*— Какая автостоянка у Трона?! Я Вас умоляю!  
Двор на улице Матросова.*



банально выйти из моды... И вот тогда он, без вины виноватый, быстро оказывается за пределами привычного ему родного дома. Люди перестают дорожить им, хотя и уничтожать его смысла не видят: «пригодится ещё». Так, незаметно и без анонсов стулья выходят в мир, готовые к любому повороту своей новой судьбы. Уже не помню, когда мне пришла в голову идея заняться этими сиротами как некоммерческим арт-проектом, но первые «кадры на тему» были сделаны ещё в начале 90-х.

С тех пор я не оставляю их, а они преследуют меня. Где только они мне не попадались — в собственном дворе под зимней яблоней или на заброшенном керченском пляже, на даче у бывшего друга или на лестничной площадке этажом



*Лестничная площадка. Офисное кресло и в отставке не перестает грезить виртуальным пространством.*

*Подобное к подобному. Март. Гаражи.*

*Эффектные пластиковые стулья Кока-Колы рулят! Даже оказавшись на помойке.*



ниже моей... Впрочем, это совершенно неважно, главное, чтоб это был интересный кадр или, хотя бы, неординарный, а в идеале – абсурдный, парадоксальная ситуация. Ведь стул, выпровоженный за пределы интерьера, куда он когда-то с радостью покупался, уже сам по себе сюжет. Принципиально не отрицая постановочности в фотоискусстве, тем не менее, в этом случае строго придерживаюсь «правды жизни» в буквальном смысле слова. Для зрителя она, быть может, не так важна, как для меня, но в конце концов, это мой проект и мне он должен быть интересен в первую очередь. Поэтому я могу делать кадры с разных точек, менять ракурсы, экспозицию, додумывать на ходу состояние дня, возможно, как-то обрабатывать полученный исходник... Но собственно стул мне должен (п)оставить кто-то другой, вероятно, его прежний хозяин. И встреча это должна быть спонтанной, никем не запланированной!

Название проекта «12 стульев», лежавшее на поверхности, в силу его нарочитости было взято как рабочее, но так как до сих пор не довелось показать больше 3-5 работ, оно как подпись к ним прижилось с удобной добавкой: «Из серии 12 стульев». Даже была (и ещё не умерла) идея издать некий настенный календарик на этом материале. В прошлом году я выставил четыре из них под двойным названием, добавив к прежнему



*Карачевская улица  
в Орле –  
непризнанный  
Музей под  
открытым небом. Почти  
в каждом доме здесь свой  
антиквариат,  
и по сломанному  
советскому стулу  
плакать никто  
не станет.*



*Рабочее место дежурного по апрелю.*

*Один из первых стульев, застигнутых мной под этой яблоней и совместно заснеженной с ним. Как жаль, что их не увидит Есенин!*



«Времена года»... Надеюсь, в следующем году найду, наконец, повод и площадку для обнародования этого проекта в более полной «версии '2018». А пока продолжаем ловить удачу и... не расстаёмся с камерой. 11



# ЧТО В ИМЕНИ ТЕБЕ МОЁМ...

## GENIO LOCI

В августе 1817 года пятеро воспитанников Царскосельского лицея, заручившись согласием директора, уговорили одного из петербургских камнетёсов обработать по их заказу мраморную глыбу, высечь на ней слова «genio loci» («гению места») и прописать их золотом. Глыбу тайно доставили к лицейскому флигелю и установили среди берёз на дерновом холме близ ограды. Друзья хотели, чтобы этот камень постоянно напоминал лицеистам о том, что здесь расцветал гений их друга, лицеиста Александра Пушкина. Историю первого памятника гению и его исчезновения при желании можно узнать в Интернете, речь пойдет о другом камне...

## ПЕЙЗАЖ КАК ПАМЯТНИК

В 1993 году в городе Орле торжественно установили мраморный камень, знак с прописанной золотом надписью: «Памятник истории и культуры ландшафтный сквер Дворянское гнездо. Охраняется государством». Туристы и гости города, которые смогут без указателя найти дорогу к этому достопримечательному месту, увидят обветшавший дом, рядом указатель: «Дом-музей Лизы Калитиной». Чуть дальше на поляне – серый постамент с серым бюстом, еле читаемая надпись: «Орёл – мой родной город» и подпись: И. С. Тургенев. Что вспомнится в пер-

вую очередь? «Муму», «Записки охотника», «Отцы и дети»? Или всё же надписи на мраморном камне и постаменте бюста, дом (подсказкой станет баннер «Тургеневский праздник» на сером заборе) воскресят в памяти начало романа про город О...

## «ВЫЛЮБИТЕ ТУРГЕНЕВА?»

– спросила она.

Я замялся, потому что я родился и вырос в деревне, мне всегда задавали этот вопрос, непременно предполагая во мне любовь к Тургеневу.

«Ну, всё равно, – сказала она. – Это будет всё-таки вам интересно. Тут недалеко есть усадьба, которая будто бы описана в «Дворянском гнезде». Придётся сделать чистосердечное признание, во время учёбы в школе и университете и я не любила произведение классика из-за описаний природы, бесконечных разговоров, в досаде была на «тургеневских» мужчин. «Рудин охотно и часто говорил о любви. Любовь! – продолжал он, – в ней всё тайна: как она приходит, как развивается, как исчезает... Да и кто любит в наше время?» Образы «тургеневских» девушек, наоборот, покоряли, как, например, Ася из одноименной повести: «Помните, вы вчера говорили о крыльях?.. Крылья у меня выросли – да лететь некуда».

## ПРО ЧТЕНИЕ

Любовь привела в Орёл, случай – на работу в литературный музей. Оказалось, у МЕСТА,



фото – В. Панков, Г. Алексеев



где я теперь живу, не один ГЕНИЙ. Доказательство — литературный квартал и музеи Тургенева, Лескова, Андреева, Бунина, писателей-орловцев. К новому прочтению «певца природы», автора «Записок охотника» подтолкнули два писателя-орловца. Борис Зайцев с его биографической книгой «Жизнь Тургенева». И размышления Михаила Пришвина в дневнике 1938 года: «...я тоже про себя относился к Тургеневу так себе, в глубине души считал его лёгким писателем. Мне и в голову тогда не приходило, что, может быть: не он, Тургенев, лёгкий..., а я — читатель тугой и не воспринимаю красоту?» Тургенев после подсказок был прочитан с пристрастием.

## ДВОРЯНСКОЕ ГНЕЗДО

Идея прочесть вслух самый «орловский» роман Тургенева «Дворянское гнездо» в одноимённом сквере появилась спонтанно. Друзья поддержали, и в мае этого года начались «чтения» по ролям. Каждую неделю в сквере появ-



лялись люди с книгами в руках и читали всё лето о Лаврецьком, Лемме, Лизе... Почему? Зачем? На этот вопрос участники дали свой ответ.

- Для чтения романа вслух в хорошей компании.
- Я ещё со школы люблю читать по ролям.

— Хорошие люди, хорошая книга, что может быть лучше? А ещё и читать по ролям. Красота, культура спасёт мир! И нас тоже.

— Чтение вслух — это всегда совсем иное, нежели про себя, молча, в тишине. А если Место (!) и присутствие единомышленников, причём каждый раз состав их непредсказуем... Короче, сама идея оказалась смерть как хороша, а это чтение каждый раз реально подзаряжало меня какой-то неведомой по дру-гим «батарейкам» энергией.



— Я полностью согласна с тем, что эти чтения — это и «гимнастика для души», и прекрасная возможность читать Тургенева на Родине Тургенева (в местах, где происходили события романа).

## ТАЛИСМАН

«В уединении чуждых стран, на лоне скучного покоя, в тревоге пламенного боя храни меня, мой талисман». Стихотворение написано А. С. Пушкиным по поводу перстня, подаренного ему княгиней Воронцовой. Поэт носил его почти постоянно, перед смертью подарил другу, поэту В. А. Жуковскому. Затем сын Жуковского передал кольцо И. С. Тургеневу. После его смерти знаменитое кольцо вернулось в Россию и в 1887 году было представлено в Пушкинском музее Императорского лица. В марте 1917 года газеты сообщили о краже «ценных золотых вещей, сохранившихся со времён Пушкина». Среди похищенных вещей находился и перстень — талисман, который не найден до сих пор. Осталась красивая легенда, что «талисман» найдётся и приведёт в мир нового гения... П



107.4 FM

СЕРЕБРЯНЫЙ ДОЖДЬ

УМНОЕ  
РАДИО



10/02/98 • 10/02/17

ОТЦЫ  
ЛИТЕРАТУРНОЙ  
СТОЛИЦЫ XIX  
XX

WWW.SILVEROREL.RU

16+

леонид винцкевич представляет



22nd  
international  
jazz  
festival

xxii  
ежегодный  
международный  
фестиваль

# jazz province джазовая провинция

**7** 19:00  
**НОЯБРЯ**  
**ОГАТ**  
им. И.С.Тургенева



При поддержке  
Посольства  
США в РФ



Билеты в кассе  
«ОрёлКонцерт» ТЦ «Атолл», ЦУМ  
тел. 78-00-78  
ОГАТ им. И.С.Тургенева,  
касса театра: 76-16-39

Специальный  
партнёр



Партнёры  
фестиваля



Генеральный партнёр  
фестиваля в Орле





# ОРЛОВСКАЯ НЕДЕЛЯ ИСКУССТВ

МЕЖДУНАРОДНАЯ ПЕРЕДВИЖНАЯ ВЫСТАВКА СОВРЕМЕННОГО ИСКУССТВА

## «ПРЕЗЕНТАЦИОННЫЙ ТУР РОССИЙСКОЙ НЕДЕЛИ ИСКУССТВ В ОРЛЕ»

Всемирный Фонд Искусств совместно с БУКОО «Орловский музей изобразительных искусств», при поддержке Управления культуры и архивного дела Орловской области

### ПРЕДСТАВЛЯЮТ

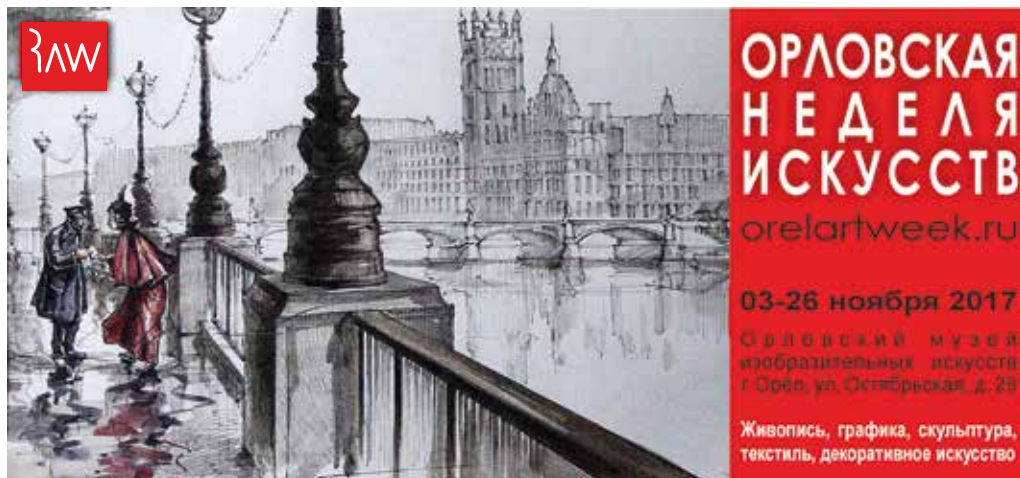
Всероссийскую передвижную выставку и Международный арт-проект  
«Российская Неделя Искусств в Орле / Орловская Неделя Искусств»

### ОРГАНИЗАТОРЫ:

*БУКОО «Орловский музей изобразительных искусств»  
Европейский Художественный Союз  
Всемирный Фонд Искусств / Фонд «Искусство будущего»  
Продюсерский центр «Искусство будущего»*

**Программа нацелена на ознакомление жителей Орловской области с великолепным многообразием и уникальными особенностями искусства художников из различных регионов России, а также на нахождение новых талантливых орловских художников и мастеров и их представление в других регионах России в рамках Всероссийской передвижной выставки.**

Проект является знаковым событием в арт-пространстве Орла и Орловской области, давая возможность профессионалам и начинающим мастерам искусства заявить широкой общественности о своем творчестве.



# К 60-ЛЕТИЮ ОРЛОВСКОГО МУЗЕЯ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНЫХ ИСКУССТВ



## ВЫСТАВКА НОВЫХ ПОСТУПЛЕНИЙ (2007 - 2017) ИЗ ФОНДОВ МУЗЕЯ

ЖИВОПИСЬ, ГРАФИКА, СКУЛЬПТУРА,  
ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОЕ И НАРОДНОЕ ИСКУССТВО

**с 5 декабря 2017 года по 10 января 2018 года**

*Название и авторство работы:*

*Мясоедов Григорий Григорьевич (1834 - 1911)  
«Голова мужчины в венке из колосьев». Середина 1880-х годов.  
Холст дублирован на картоне, масло.*



ОРЛОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ТЕАТР имени И.С. ТУРГЕНЕВА



ЖИТЬ  
И  
УМЕРЕТЬ  
НА  
СЦЕНЕ!

Музыкальная комедия

Сценическая версия Ильдара Гилязова  
по мотивам водевиля Д. Ленского  
«Лев Гурыч Синичкин»

Режиссер-постановщик  
Ильдар Гилязов

Композитор  
Урал Идельбаев

Сценография и костюмы  
Юлия Гилязова

12+



Художественный руководитель театра Игорь Черкашин



**5 октября 2017 года Орловский государственный академический театр им. И. С. Тургенева открывает 203-й театральный сезон БЕНЕФИСОМ народного артиста России Петра Сергеевича Воробьева. Зрителям будет представлен премьерный спектакль «ЖИТЬ И УМЕРЕТЬ НА СЦЕНЕ!».**

**Главная роль в музыкальной комедии станет для Петра Сергеевича подарком в год его 75-летнего юбилея.**

В основу спектакля «Жить и умереть на сцене!» положен один из самых известных и любимых публикой водевилей «Лев Гурьч Синичкин» Д. Т. Ленского. Остроумный автор создал весёлую пародию на артистическую среду русского театра начала XIX века. Прошло немало лет, но сюжет нисколько не устарел, а наоборот, звучит очень современно и интригующе. Яркие, острохарактерные образы персонажей, простой и милый сюжет порадуют зрителя.

Старый провинциальный актёр мечтает о главной роли для своей единственной дочери, юной и талантливой. Однако в театре ей противостоит могущественная примадонна труппы с ужасным характером и большими связями. После ряда усилий, интриг и весёлых недоразумений талант побеждает, мечта старика сбывается, его дочь становится примой, а высокомерная «премьерша» посрамлена вместе со своим покровителем.

Постановку осуществил широко известный орловскому зрителю режиссёр Ильдар Гилязов, сценография и костюмы Юлии Гилязовой, музыку написал композитор Урал Идельбаев, современные куплеты к музыкальным номерам в спектакле сочинила Наталья Захарова.

**Билеты можно приобрести:**

online на сайте театра [www.theaterorel.ru](http://www.theaterorel.ru)

в кассе театра (пл. Ленина, 2)

телефоны: 76-16-39, 8-960-654-55-55

время работы с 12:00 до 19:00

выходной день – понедельник

справки по телефону 76-25-46

E-mail: [ogat.turgenev@yandex.ru](mailto:ogat.turgenev@yandex.ru)

информация о театре:

[theaterorel.ru](http://theaterorel.ru), [vk.com/theaterorel](https://vk.com/theaterorel), [www.instagram.com/theaterorel](https://www.instagram.com/theaterorel)



ЗАКАЗ И БРОНИРОВАНИЕ БИЛЕТОВ: 78-00-78  
НА САЙТЕ: [WWW.ORELКОНЦЕРТ.РФ](http://WWW.ORELКОНЦЕРТ.РФ)





**АНЖЕЛИКА ВАРУМ И ЛЕОНИД АГУТИН**  
**КОНЦЕРТ**  
 15 ОКТЯБРЯ 19:00 ГРИНН ЦЕНТР



**«ПИКНИК»**  
 ИСКРЫ И КАНКАН  
 21 ОКТЯБРЯ 19:00 КОНГРЕСС-ХОЛЛ



**«ЛЮБЭ»**  
 К ЮБИЛЕЮ НИКОЛЯ РАСТОРГУЕВА  
 29 ОКТЯБРЯ 19:00 ГРИНН ЦЕНТР



**«БИ-2»**  
 «ГОРИЗОНТ СОБЫТИЙ»  
 4 НОЯБРЯ 19:00 ГРИНН ЦЕНТР



**МАКСИМ АВЕРИН**  
 СПЕКТАКЛЬ КО ДНЮ РОЖДЕНИЯ  
 13 НОЯБРЯ ОГАТ ИМ. ТУРГЕНЕВА



**ВАЕНГА**  
 КОНЦЕРТ  
 18 НОЯБРЯ 19:00 ГРИНН ЦЕНТР



**«ЮДИ»**  
 ШОУ СВЕТА И ТЬМЫ  
 25 НОЯБРЯ 19:00 КОНГРЕСС ХОЛЛ



**«ENIGMA»**  
 С СИМФОНИЧЕСКИМ ОРКЕСТРОМ  
 28 НОЯБРЯ 19:00 ГРИНН ЦЕНТР



**ИРИНА КРУГ**  
 ЛУЧШИЕ ПЕСНИ  
 9 ДЕКАБРЯ 19:00 ГРИНН ЦЕНТР



## Интеллектуальная бар-олимпиада «Неслабо Умные»

Приглашаем всех поучаствовать в отборочном турнире  
**ВТОРОГО КУБКА «Неслабо умных»!**

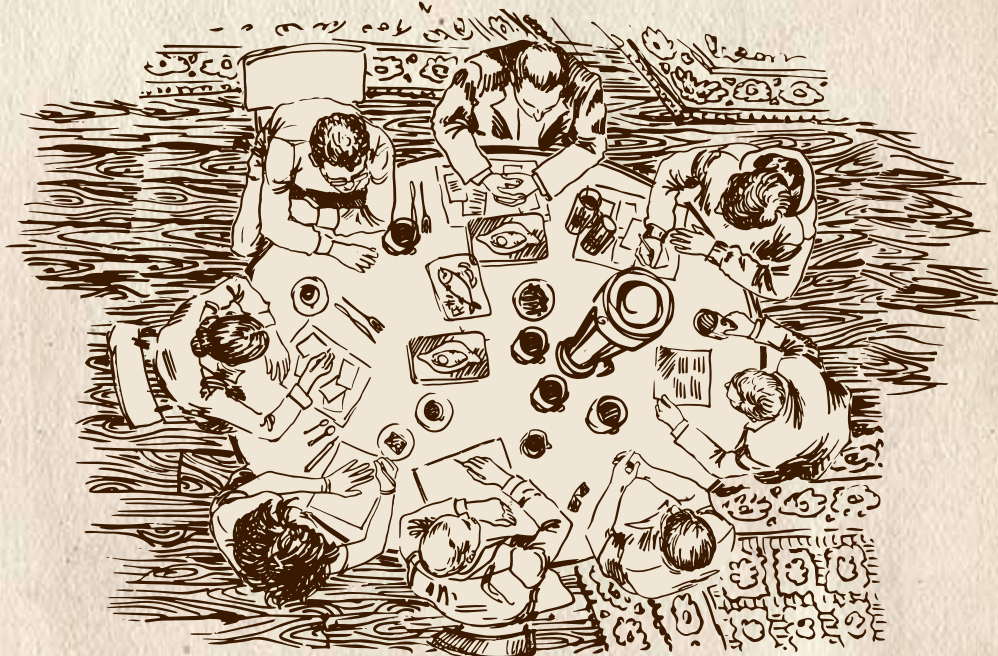
На финальную игру мы ждём команды Белгорода, Пушкино, Калуги, Подольска!  
Фрёл будут представлять 7 команд по лучшим результатам четырёх игр (из пяти) –  
5 лучших команд и две команды, выбранные по жребию.

**Пять игр будут проходить в ресторане «Честер паб»**

**8 и 22 октября 5 и 19 ноября, 3 декабря.**

**Финальная игра Кубка – 17 декабря.**

(в отборочном туре в зачёт идет сумма баллов, набранных в четырёх лучших играх из пяти).



**Призовой фонд игры – 10000 рублей!!!**

Приз за первое место – 5000 рублей, за второе – 3000 рублей, третье – 2000 рублей.



#НеслабоУмные [vk.com/neslabo\\_umnie](https://vk.com/neslabo_umnie)

# Абазжур.

stand up show

27 октября  
20:00

Ресторан  
«Фьюжн»


Несерьёзное шоу  
для серьёзных людей



Ваша компания может стать **Партнёром мероприятия**

Условия по телефону **48-69-88**

Подробности в группе [vk.com/standupabazhur](https://vk.com/standupabazhur)



**ЗА ОСЕНЬ!**

**ОКТЯБРЬ НОЯБРЬ ДЕКАБРЬ**




**ЯНВАРЬ В  
ПОДАРОК!**

1 МЕСЯЦ РАЗМЕЩЕНИЯ

**A4 20% A5 15%**

\*подробности акции уточняйте  
у менеджеров по телефону 78-22-82; 8-953-617-54-34



Рекламное агентство

**а3ум**

**Реклама в лифтах**

**Мы знаем, где живут  
Ваши клиенты!**



*фотостудия*  
МЕСТО СВЕТА



ПРИГЛАШАЕМ НА СЕМЕЙНЫЕ ФОТОСЕСИИ

8 953 811-26-60 | ул. Емлютина, д. 2 | [mestosveta.ru](http://mestosveta.ru)



**КИТ медиа**  
агентство решений



**16 ноября 2017 г. в г. Орёл**

Мастер-класс для руководителей и собственников

**«МЕНЕДЖЕР И КОМАНДА»**

СПИКЕР –  
**МАКСИМ БАТЫРЕВ** – 100% ПРАКТИК

#### ОПИСАНИЕ МАСТЕР-КЛАССА

Каждый менеджер мечтает о том, чтобы у него была настоящая команда! К сожалению, формировать из людей команду получается далеко не всегда. Как сделать из разных людей коллектив единомышленников, способный вести ваше подразделение и вашу компанию к сверхрезультатам?

Что делать менеджеру, чтобы у него сформировалась настоящая Команда?

Известный российский менеджер, обладатель премий «Коммерческий директор года» и «Менеджер года», автор бестселлера «45 татуировок менеджера». Прошел путь от рядового специалиста до топ-менеджера крупной российской компании. По версии ИД «Коммерсантъ» входит в ТОП-1000 менеджеров страны. За 2015-2016 гг. Максим Батырев провел 203 мастер-класса, в которых приняло участие 27893 участника из 9 стран и 65 городов.



#### ПРАВИЛА РАБОТЫ В ЛЮБОЙ КОМАНДЕ

- Как нанимать новых сотрудников.
- «Кадровый голод» на рынке и что менеджеру с этим делать.
- Про мокрых обезьян и коллективную безответственность.
- Аудит и оценка персонала как способ усиления команды.
- Постановка задач и правила обратной связи.
- Как не убить контролем и как не умереть без него.
- Повышение и продвижение сотрудников.
- Перевод в другое подразделение.
- Понижение в должности. «Ничего не делай сам, если есть хороший зам».
- Работа с заместителями.

#### ЧЕМ ОТЛИЧАЕТСЯ КОМАНДА МЕЧТЫ ОТ ОБЫЧНОЙ КОМАНДЫ

- 1 ЭЛЕМЕНТ: ЛИЧНОСТЬ МЕНЕДЖЕРА (Роль менеджера в команде. Чем должен гордиться шеф).
- 2 ЭЛЕМЕНТ: ОБЩИЕ ЦЕЛИ (WINAG. Величие команды определяется её Целью).
- 3 ЭЛЕМЕНТ: ОБЩЕЕ ДЕЛАНИЕ (Постановка задач команде – возможно ли это? Когда нужно собирать совещания? Что делать на них и после? Как с помощью совещаний найти самых страшных людей в Вашей команде? Чему нас научили Суворов и Королёв? Насколько нужны корпоративы для Вашей компании?)
- 4 ЭЛЕМЕНТ: КОРПОРАТИВНАЯ КУЛЬТУРА (Жёсткая правда про кнуты и пряники. Что действительно мотивирует людей идти вперёд. Выполнение стандартов работы или подвиги для Аллеи Славы? Чему учит устав Вооружённых Сил. Корпоративная культура и культура команды. Про тёмных и светлых менеджеров. Что делать со штрафами в организации и как при этом не покуситься на личную свободу сотрудника).
- 5 ЭЛЕМЕНТ: НЕМАТЕРИАЛЬНАЯ МОТИВАЦИЯ (Как вдохновлять людей в условиях ограниченного бюджета).

Регистрируйтесь на мастер-класс:  
8-800-775-69-12 (звонок бесплатный)  
[kombat57.kit-media.com](http://kombat57.kit-media.com)

# Volkswagen Touareg Wolfsburg Edition<sup>1</sup> Особое преимущество<sup>2</sup>



**Пневмоподвеска с регулировкой дорожного просвета** делает комфортнее езду по бездорожью



**Двухцветная кожаная отделка** салона подчеркивает элегантный стиль автомобиля



**Система динамического управления дальним светом** улучшает обзор и повышает безопасность движения



**Передние сиденья с вентиляцией и памятью** добавляют уюта и позволяют сосредоточиться на вождении

**Дополнительная информация – по телефону информационной линии Volkswagen 8-800-333-4441 и на сайте [www.volkswagen.ru](http://www.volkswagen.ru)**

<sup>1</sup> Вольфсбург Эдишн. <sup>2</sup> **Преимущество до 695 000 рублей.** Указанное в рекламе преимущество достигается при покупке автомобиля VW Touareg в специальной дизайнерской версии Wolfsburg Edition (Вольфсбург Эдишн) у официального дилера Volkswagen со статусом Das WeltAuto (информация на сайте [www.volkswagen.ru](http://www.volkswagen.ru) в разделе «Автомобили с пробегом») в период с 1 сентября по 31 октября 2017 года за счет скидки, предоставляемой при одновременной сдаче предыдущего автомобиля в трейд-ин. Указанное преимущество рассчитано в сравнении с автомобилем VW Touareg не в специальной версии, оснащенным аналогичным оборудованием. Реклама.



**Volkswagen**

Официальный дилер Volkswagen **Возрождение**

Орёл, Кромское шоссе, д.26; тел. 8 (4862) 495-485; [www.vw-orelavto.ru](http://www.vw-orelavto.ru)