

7 СЕМЕРОЧКА

БЕСПЛАТНАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА



7 вопросов о донорстве в Воронеже

6



Наши землячки, добившиеся признания в мужских профессиях

12-13



Пенсионерка ставит на ноги своих родных с помощью йоги и спорта

19

ОЛЕГ ГАЗМАНОВ — О ВОСПИТАНИИ ЗДОРОВЫХ ПРИВЫЧЕК



14

ДОРОГИЕ ДОРОГИ



Какие воронежские дороги отремонтируют в 2017 году

4

Федеральная аптечная сеть объявляет набор специалистов в аптеку на вакансию

НИЗКИЕ ЦЕНЫ
apteka.ru

ФАРМАЦЕВТ / ПРОВИЗОР
Оклад + % от личных продаж.
Требования: образование по специальности, опыт работы приветствуется.
Должностные обязанности: консультирование и отпуск лекарственных препаратов и средств медицинского назначения, прием товара.

Мы предлагаем:

- работу в крупной развивающейся компании
- «белую» заработную плату
- официальное трудоустройство
- оплату сертификата медицинского осмотра
- работу на территории работодателя

Телефон: 8951-861-56-30, Наталья

АПТЕКА.RU НИЗКИЕ ЦЕНЫ

реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

FINMARKET *

Срочные займы под залог недвижимости от 000 МФО "Фин Маркет Черноземье"

- без переоформления недвижимости
- сумма займа от 50 000 до 5 000 000 Р
- от 0,2% в день при сумме займа от 50 000 рублей.
- получение денежных средств за 1 день
- бесплатная консультация

* Финмаркет
Условия предоставления займов: возраст от 18 лет, гражданство РФ, наличие обременения по кредиту (недвижимость, автомобиль или иное) / паспорт РФ, сам-во о гос-регистрации права собственности, на Предмет обеспечения, иные документы по требованию МФО. МФО вправе отказать в предоставлении займа. Срок от 1 мес. до 5 лет. % ставки от 72% годовых (6% ежемесячно) до 80,4% годовых (6,7% ежемесячно), фиксированная величина % ставки зависит от ликвидности зкладываемого имущества. Полная стоимость займа, предоставляемых МФО от 72% до 80,4% годовых. Сроки до 3-х лет. Замщик не обязан оплачивать доп. услуги, совершать доп. платежи.

000 МФО "Фин Маркет Черноземье"
г. Воронеж, ул.Фридриха Энгельса, д. 25 "Б", офис 419, 415.
www.fmark.ru
тел. 300-32-32

Реклама

ЦЕНТРАЛЬНАЯ СБЕРКАССА 8 800 555-23-18
кредитный потребительский кооператив (звонок бесплатный)

НОВАЯ ПРОГРАММА
3 месяца – 18,80% годовых

РОСТ ВАШИХ СБЕРЕЖЕНИЙ

Воронеж, Театральная, 34
Телефоны: (473) 202-10-60
www.центральнаясберкасса.рф

Наша отделения:

- Казань
- Симферополь
- Севастополь
- Ялта
- Евпатория
- Феодосия
- Керчь
- Краснодар
- Новороссийск
- Ставрополь
- Майкоп
- Армавир
- Геленджик
- Волгоград
- Саратов
- Калуга
- Самара
- Пенза
- Орел

Кредитный потребительский кооператив «Центральная сберкасса» (ОГРН 1131690045552, ИНН 1658148311) состоит в НС «СРО КПК «Союзиниформанс». Услуги предоставляются Кооперативом физическим лицам при условии вступления в члены Кооператива с оплатой вступительного и годового взносов 100 рублей. Под 18,80% сумма от 10000 сроком на 3 мес. При досрочном расторжении договора по инициативе Пайщика проценты рассчитываются исходя из ставки 6% годовых. Кооператив является налоговым агентом по уплате НДФЛ, процентные ставки указаны без учета налога. Полная информация об условиях хранения личных сбережений на сайте: <http://www.центральнаясберкасса.рф> или по телефону 8-800-555-23-18.

Реклама

Редакция ждет ваших звонков, SMS и писем о проблемах, событиях, новостях.
Телефон 8-929-011-25-55,
e-mail: v-kurier7@mail.ru

ИНФОГРАФИКА

ЭКОНОМИТЕ ЛИ ВЫ НА ПРОДУКТАХ БОЛЬШЕ, ЧЕМ В 2016 ГОДУ?*



*В процентах от всех опрошенных. Опрос «Фомнибус» проведен в январе 2017 г.

ЦИТАТА



Алексей ГОРДЕЕВ, губернатор

Наша задача — выявить то, что можно сделать на нашем уровне уже сейчас, и реализовать план по решению приоритетных задач. Бизнес-сообщество и власть здесь могут и должны работать вместе. // НА ВСТРЕЧЕ С ПРЕЗИДЕНТОМ СОЮЗА «ТОРГОВО-ПРОМЫШЛЕННАЯ ПАЛАТА»

ЦИФРА

7,2 МЛРД РУБЛЕЙ

направит правительство страны на модернизацию Ил-96-400М, который соберут специалисты ПАО «Воронежское акционерное самолетостроительное общество» (ВАСО). Деньги выделят в 2017–2019 годах.

главные новости

ПРОДОЛЖЕНИЕ ТЕМЫ

Группа компаний «Развитие 2», близкая к депутату Воронежской областной думы Сергею Гончарову, стала собственником участка в частном секторе на улице Марата, 2а. На участке идет строительство многоэтажного дома. Представители депутата в разговоре с корреспондентом «Семерочки» подтвердили, что ГК «Развитие 2» намеревается завершить объект.



Переход хода

О смене собственника участка местным жителям, недовольным будущим соседством с многоэтажкой, сообщили в управе Ленинского района. По их мнению, предыдущий застройщик — компания «Реста» — незаконно увеличил территорию участка за счет тротуара. Ранее воронежцы отмечали, что городские власти не стали заранее проводить публичные слушания по поводу возведения многоэтажки в частном секторе. Активисты пообещали добиться признания строительства многоэтажки на улице Марата незаконным.

Тем не менее ГК «Развитие 2» намерена продолжить строительство многоэтажки на улице Марата, 2а, отметил гендиректор ГК «Развитие 2» депутат облдумы Сергей Гончаров.

— Мы действительно приобрели этот участок. Наши юристы проверили документы, с бумагами все в по-



СТРОЙКА ВЕКА

КАК СКЛАДЫВАЕТСЯ СУДЬБА СТРОЙКИ НА УЛИЦЕ МАРАТА

рядке. Объект на самом деле проблемный, так как он не завершен, в проекте реализованы 15 квартир по договорам долевого участия. Дольщики уже дали согласие на переход собственности. Наша основная задача — достроить этот дом. Мы знаем, что жильцы окрестных домов возмущались по поводу строительства. Но дом небольшой, семизатный, и очень красивый. Он органично впишется в архитектуру района, — пояснил Гончаров.

В компании «Реста» не смогли оперативно ответить на запрос нашей газеты о продаже участка.

Лиха беда начало

Напомним, что компания «Реста» получила разрешение на строительство на улице Марата, 2а 10 октября 2015 года. Но соответствующее предписание было получено без проведения публичных слушаний. В итоге строительство жилого дома началось весной 2016 года, а публичные слушания состоялись лишь спустя 9 месяцев — 6 июня, после многочисленных жалоб и протестов горожан.

Противниками стройки выступили жители частных домов на Марата и прилегающих улицах. Жители частного сектора Александр и Валерий Татариновы

обратились в суд, потребовав признать незаконным изменение этажности застройки и разрешение мэрии на строительство дома. Однако в ходе разбирательства районный суд не смог установить, какие именно права Татариновых нарушены, и отказал в удовлетворении исковых требований. Истцы обжаловали решение в областном суде. В августе 2016-го облсуд оставил решение первой инстанции без изменения. Татариновы не сдались и подали новый иск — к строителям и Кадастровой палате.

Представители палаты в ответе на запрос прокуратуры признали ошибки, но не уточнили, будут ли исправлять их.

ХОРОШАЯ НОВОСТЬ

ЭПИДЕМИЯ ОРВИ В ВОРОНЕЖЕ ОТСУПИЛА

Заболееваемость гриппом и ОРВИ в Воронеже за неделю с 27 февраля по 5 марта упала на 24,5%, сообщила пресс-служба регионального управления Роспотребнадзора во вторник, 7 марта. В целом по области количество заболевших уменьшилось на 15%.

По данным санитарных врачей, за неделю к медикам обратились 10,2 тыс. человек, что почти на 2 тыс. меньше, чем семью днями ранее. Заболееваемость по области находится ниже эпидемического порога на 12,1%, по городу — на 24,7%. Специалисты Центра гигиены и эпидемиологии в Воронежской области выделили 14 вирусов, в том числе четыре вируса гриппа А(Н3N2), два вируса гриппа В, один вирус парагриппа, четыре аденовируса и три РС-вируса.

В период с 27 февраля по 5 марта в области временно приостановили учебный процесс полностью в четырех школах, трех дошкольных организациях и частично в 19 классах семи школ, шести группах шести детсадов.



ОПРОС

1 ЧТО НА ЭТОЙ НЕДЕЛЕ БЫЛО ВАЖНЫМ ДЛЯ ВАС?

2 ЧТО ПРИВЛЕКЛО ВАШЕ ВНИМАНИЕ В РОССИИ ИЛИ В МИРЕ?



Николай КУЛАКОВ, учитель

1 Немного расстроился из-за того, что зима так резко закончилась и весь снег растаял. Очень люблю лыжи и своих учеников тоже причаю уверенно держаться на лыжне.

2 Рад возобновившемуся футболному сезону. «Краснодар» и «Спартак» выдали просто шедеварный матч. Сразу видно, что обе команды поборются за чемпионство.



Виталий ДЕМИДОВ, продюсер

1 Ездил в командировку на Украину на несколько дней. Походил по тихому Киеву и неплохо провел время.

2 Услышал, что депутаты решили оградить детей от просмотра фильма «Красавица и чудовище» из-за того, что один из героев фильма имеет нетрадиционную ориентацию. По-моему, это уже перебор.



Мария ГУКАСЯН, пенсионерка

1 Эта неделя прошла напряженно, потому что в доме поверяли счетчики электричества и тепла. Нам пришлось уведомление, и мы начали готовиться к проверке. Но оказалось, что это была реклама, поэтому пришлось вызвать новых мастеров.

2 За новостями слежу постоянно, но выделить что-то особенное не могу. Видимо, надоело смотреть одинаковые сюжеты.

главные новости

МИЛОСЕРДИЕ

Жители Воронежской области собрали более 300 тыс. рублей за три недели для больной острым лейкозом 32-летней жительницы Семилук Елены Дешевых (Коровиной). Газета «Семилукская жизнь» (входит в РИА «Воронеж») объявила акцию по сбору средств в начале февраля 2017 года.

Всем миром

Благодотворители перечисляли деньги на карту и приносили в редакцию. Некоторые жертвователи приехали из отдаленных сел и деревень. Жительница семилукского села Серебрянка Нина Катайкина проехала около 40 км, чтобы оказать сильную помощь, хотя у женщины — бывшего почтальона — небольшая пенсия. Жители отдаленного села Новосильского передали средства через корреспондента РИА «Воронеж» Наталью Фокину.

— Я благодарна тем, кто откликнулся на мой крик о помощи. Мне еще многое предстоит в борьбе со страшным заболеванием, но благодаря неравнодушным людям у меня появилась надежда, что мои дети не останутся сиротами, — сказала Елена Дешевых.

ШАНС НА СПАСЕНИЕ



Первый шаг

Собранные 300 тыс. рублей необходимы для включения Елены в международную базу доноров, поскольку в России донора для женщины с редким генотипом нет. Большая острая лейкозному нужна пересадка костного мозга.

Елена узнала о болезни в октябре 2016 года. Очередной курс химиотерапии женищина начнет в понедельник, 13 марта. Онкобольной предстоит еще два курса. После них анализы отправят в Москву, где решится вопрос о доноре.

ДОБРОЕ ДЕЛО

Районная газета продолжила сбор средств для Елены Дешевых, чтобы к моменту операции и оплаты услуг донора у семьи женщины была хотя бы часть необходимой суммы.

Денежные средства можно перечислить на карту Сбербанка № 67 619 600 0348 779 704, № счета 40817810213001295889 (Елена Федоровна К).

КОРОТКО

Неизвестные срубили 59 каштанов у домов № 50, 50а, 50б и 50в на бульваре Победы. Ущерб от уничтожения деревьев составил 978 тыс. рублей. Каштаны посадили в 2010 году при благоустройстве территории новостроек. Экологи направили заявление в полицию. Виновный ответит за незаконную вырубку лесных насаждений (ст. 260 УК РФ).

Воронежцы заметили бомбардировщик Су-24 на улицах города в ночь на вторник, 7 марта. Военный самолет буксировали по дороге среди автомобилей. Очевидцы опубликовали фотографии в городской группе «ВКонтакте» утром 7 марта. Горожанка Елена Киреева сфотографировала самолет на Ленинском проспекте у остановки «Гипрокаучук» в 3.37. По словам очевидцев, бомбардировщик двигался в направлении улицы Димитрова.

ИКЕА («ИКЕЯ») отказалась называть сроки строительства торгового центра в Воронежской области в ответе на запрос «Семерочки» во вторник, 7 марта. В пресс-службе организации сообщили, что сейчас компания уточняет коммерческие показатели проекта, которые позволят в долгосрочной перспективе успешно работать на рынке региона.

СУД ЗА ДЕЛО

КРАНТЫ!



Следователи возбудили уголовное дело из-за падения башенного крана у дома № 24 на улице Фридриха Энгельса, в результате которого серьезно пострадал 30-летний рабочий.

Подвела стрела

По версии следствия, стрела башенного крана КБ-474 разрушилась при строительных работах по монтажу стрелы. Рабочий упал с высоты примерно 25 м, эксперты оценили полученные травмы как причинившие тяжкий вред здоровью. Ранее следователи сообщили, что при ЧП пострадал и 28-летний рабочий.

Силовики возбудили уголовное дело из-за нарушения правил безопасности при ведении строительных работ, повлекшего причинение вреда здоровью по неосторожности (ч. 1 ст. 216 УК РФ). Максимальное наказание по статье — три года лишения свободы.

Вопреки протестам

Воронежцы уже неоднократно высказывали свои опасения из-за падений башенных кранов. На слушаниях по строительству высотки на Московском проспекте горожане заявили, что не хотят «жить под кранами». Только за 2016 год техника в городе падала трижды: на стройке у «Галереи Чижова», в Коминтерновском и Левобережном районах.

Стоит отметить, что строительство офисного здания между 12-этажкой на Фридриха Энгельса, школой № 28 и спортшколой имени Штукмана началось в 2012 году. Застройщиком выступила компания ООО «Юрлайн», а подрядчиком — ООО «Развитие». При этом фундамент будущего здания решили заложить на месте сквера, в то время как края котлована оказались примерно в 5,5 м от стен многоэтажки. Жильцы выступили против стройки, но, несмотря на все протесты, работы продолжались.

СЛЕДСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ ВОЗБУДИЛ УГОЛОВНОЕ ДЕЛО ПОСЛЕ ПАДЕНИЯ БАШЕННОГО КРАНА В ЦЕНТРЕ ВОРОНЕЖА

В 2017 ГОДУ В ВОРОНЕЖЕ ОТРЕМОНТИРУЮТ 240 КМ МАГИСТРАЛЕЙ



ДОРОГИЕ ДОРОГИ

В 2017 году в Воронеже отремонтируют 240 км дорог на основных магистралях города. По словам руководителя регионального департамента транспорта и автодорог Александра Дементьева, это позволит Воронежу получить «красивую, удобную и безопасную» улично-дорожную сеть. Учитывая большой объем работ, городские власти разработали график, который поможет горожанам пережить масштабные ремонтные работы, не задыхаясь в пробках. «Семерочка» разобралась, какие магистрали отремонтируют, когда дорожники начнут и закончат работы.

В какую сумму обойдется ремонт дорог

22 февраля мэрия Воронежа объявила первые в этом году аукционы на ремонт дорог. Их общая стоимость составила 1,3 млрд рублей. Средства будут выделены в рамках федерального проекта «Безопасные и качественные дороги».

Когда начнутся работы

Заключить контракты с подрядчиками городские власти планируют раньше обычного — уже в первой декаде апреля. Тогда же стартуют ремонтные работы. Они продлятся почти шесть месяцев и завершатся в конце сентября.

Что получит город

Масштабный ремонт дорог позволит Воронежу к концу 2017 года получить «красивую, удобную и безопасную» улично-дорожную сеть, рассказал в ноябре 2016 года руководитель регионального департамента транспорта и автодорог Александр Дементьев. По его словам, в областном центре более чем на 50% вырастет количество магистралей, соответствующих нормативным требованиям. В рамках работ по ликвидации 76 мест концентрации ДТП в Воронеже изменят порядок проезда ряда перекрестков, добавят или расширят полосы на некоторых магистралях.

Какие работы проведут

Контракт предусматривает ремонт магистралей, обустройство остановок, установку пешеходных ограждений и дорожных знаков. Подрядчики должны будут предоставить пятилетнюю гарантию на выполненные работы.

График работ

Основной объем работ дорожники выполнят с апреля по сентябрь, поэтому лето 2017 года станет для воронежских автомобилистов напряженным, считает Александр Дементьев.

— Надо заранее предупредить автомобилистов, что Воронеж ждет большие проблемы с организацией дорожного движения, когда сразу по всему городу начнутся дорожные работы. Поэтому будем думать, как распределить объемы работ так, чтобы создать пути объезда для ремонтируемых магистралей, а горожанам дать возможность добираться с работы и на работу, — подчеркнул Александр Дементьев.

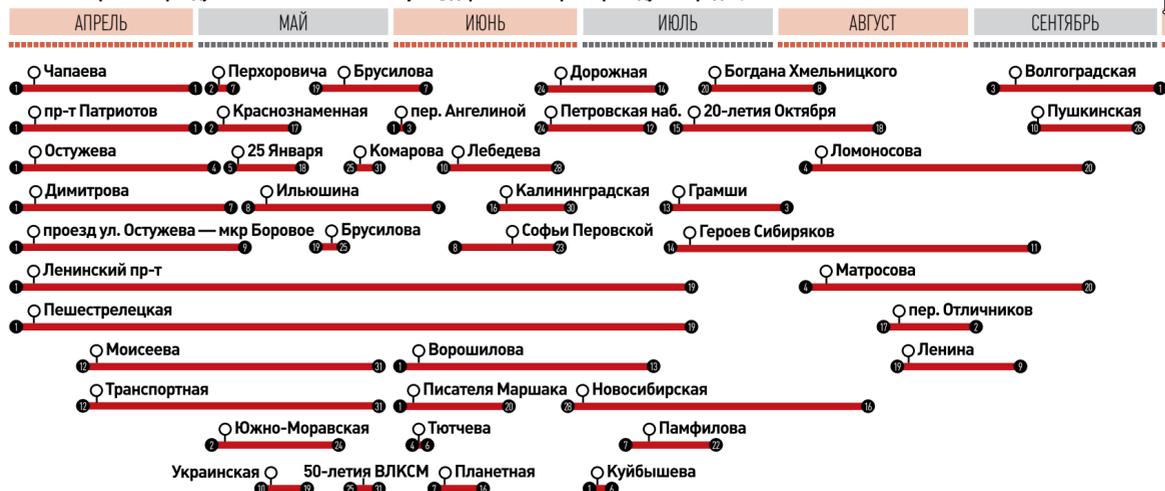
Мэр Александр Гусев на одном из еженедельных совещаний поручил руководителям профильных управлений таким образом составить график проведения ремонтных работ и маршруты движения общественного транспорта, чтобы не заставлять горожан все лето стоять в пробках.

Согласно аукционной документации, работы начнутся 1 апреля на улицах Остужева, Чапаева, Пешестрелецкой, Ленинском проспекте и проспекте Революции. Завершить дорожный ремонт подрядчики должны в конце сентября. Последними в графике работ значатся улицы Матросова, Ломоносова, Героев Сибиряков, Пушкинская и Волгоградская.



НА КАКИХ УЛИЦАХ ОТРЕМОНТИРУЮТ ДОРОГИ

Ремонтные работы пройдут на 53 объектах. В список улиц, дороги на которых приведут в порядок, попали:



Кроме того, подрядчики в рамках первого контракта отремонтируют участки улиц Брусилова (Чернавский мост — дамба — Ленинский пр-т), 20-летия Октября (ВОГРЭСовская дамба) и Краснознаменная (улица Чапаева — улица Матросова). Контракт предусматривает также устранение мест концентрации ДТП на улицах Степана Разина, Острожской, Тепличной, Ленинградской, Кольцовской, Домостроителей, Плехановской, Кирова, Антонова-Овсенко, а также на проспекте Революции и Московском проспекте.

подготовили: Елена ГОНЧАРОВА // РИА «Воронеж» (ФОТО)

Многие воронежцы утверждают, что гордятся своим городом. Но что конкретно вызывает их симпатию, известно расплывчато. Точку в этом вопросе поставили социологи, узнавшие, какие факты, процессы и личности заставляют наших жителей гордо выпячивать грудь и говорить: «Я — воронежец!».

ПРИХОДИЛОСЬ ЛИ ВАМ ИСПЫТЫВАТЬ ГОРДОСТЬ ЗА ВОРОНЕЖ?



ЧТО ВЫЗЫВАЕТ ЧУВСТВО ГОРДОСТИ ЗА ВОРОНЕЖ?

Из всех опрошенных на вопрос смогли дать содержательные ответы 527 человек, остальные затруднились с ответом (79 чел. — 16%). Стиль ответа сохранен.



По данным института общественного мнения «Квалитас». Опрос проведен 12–16 января 2017 года методом телефонного интервью. Опрошены 606 человек.

подготовили: Денис ПЫРКОВ // РИА «Воронеж» (ФОТО)

ЗОВ КРОВИ

7 вопросов о донорстве

Слово «донор» произошло от латинского «dono» — «дарю». Доноры находят время в своем плотном графике, приходят на станции и сдают кровь, спасая жизни других людей. Одни руководствуются моральными принципами — таких большинство. Других привлекают льготы, которые положены людям, сдающим кровь. Что нужно знать потенциальным донорам, выясняла «Семерочка».



Какие обследования проходят перед сдачей?

После заполнения анкеты у донора берут общий анализ крови. С помощью специальной техники результат будет готов уже через несколько минут. Этот анализ необходим для того, чтобы проверить основные показатели крови. Например, если выяснится, что у человека низкий гемоглобин, ему не разрешат в этот день сдавать кровь, так как навредит организму. Его также попросят прийти в другой раз, если у него повышено содержание лейкоцитов. Это признак возможного хронического заболевания или воспалительного процесса.

Если анализ крови в норме, донора отправляют на осмотр к трансфузиологу-терапевту. Он измеряет артериальное давление; в случае если оно низкое, сдавать кровь в этот день нельзя. Доктор также осматривает кожные покровы донора. Кстати, если на теле много татуировок, доктор может не допустить к кроводаче. Считается, что у людей с большим количеством татуировок и многочисленным пирсингом теоретически больше шансов заразиться инфекционными заболеваниями во время проколов кожи.

Можно ли стать донором без местной прописки?

По закону, если вы являетесь гражданином Российской Федерации, можете сдавать кровь в любом регионе страны. Необходимо иметь при себе паспорт с пропиской или отметкой о временной регистрации. Если вы раньше уже сдавали кровь, информацию о вас проверят с помощью единой общероссийской донорской базы.

Где можно сдать кровь?

- В Воронеже кровь можно сдать в четырех точках: в **областной клинической больнице № 1** (Московский пр., 151, тел. для справок **257-97-111**); на **областной станции переливания крови** (ул. Транспортная, 56, тел. для справок **237-29-44**); в **филиале службы крови при больнице «Электроника»** (ул. Минская, 43, тел. для справок **296-17-51**); в **филиале при БСМП** (пр. Патриотов, 23, тел. для справок **272-38-68**).
- Перед тем как идти в эти учреждения, нужно предварительно записаться. Запись необходима, чтобы на станции переливания не было переизбытка крови, а также чтобы доноры не стояли в очередях.

Больно ли сдавать кровь?

Процедура осуществляется в максимально комфортных для донора условиях, в специальном кресле. Используются только стерильные одноразовые инструменты. Медсестра должна быть в перчатках, с марлевой повязкой на лице и заколотыми волосами, она обязана продезинфицировать руку, игла должна быть одноразовой. За раз у человека берут от 450 до 500 мл крови. На это в среднем требуется от пяти-десяти минут. На забор плазмы уйдет где-то час. Суть этой процедуры состоит в том, чтобы с помощью специального аппарата отделить плазму от остальных компонентов крови и тут же вернуть их обратно в кровотоки донора. Процесс этот считается менее стрессовым для организма.

Что дает донорство?

После кроводачи донор получает компенсацию на питание в размере 440 рублей. В каждом регионе сумма разная — 5% от прожиточного минимума, который действует в области. Плазму донору можно сдавать два раза в месяц, а кровь — один раз в два месяца.

Почетным донором можно стать, сдав 40 раз кровь или 60 раз плазму. Допустимы также комбинированные варианты — например, человек может 25 раз сдать кровь и 15 раз плазму. Почетный донор — пожизненная награда. После оформления документов выдаются удостоверение и значок.

Почетный донор каждый год получает единовременную выплату, в 2017 году она составила 13 тыс. 41 рубль.

Кроме денежного вознаграждения почетный донор имеет возможность пойти в ежегодный отпуск в удобное время, первоочередное право на получение путевок для санаторного лечения и внеочередное лечение в государственных или муниципальных организациях здравоохранения в рамках Программы государственных гарантий оказания гражданам Российской Федерации бесплатной медицинской помощи.

Мою кровь сразу же перельют нуждающемуся в ней человеку?

Нет. Сейчас цельную кровь не переливают, а разделяют и используют ее компоненты: плазму, эритроциты, тромбоциты, лейкоциты. После кроводачи компоненты обследуются, у всех у них разная продолжительность жизни.

Эритроциты живут от 20 до 30 дней, тромбоциты — всего до пяти дней. Долгожитель в этой компании — плазма. Ее замораживают в специальных камерах при температуре -40°C, в таком состоянии она может храниться три года. Все персональные данные доноров на станции переливания крови строго засекречены. Поэтому донор не сможет узнать, кому достались компоненты его крови, так же как и реципиент никогда не узнает, чья кровь помогла ему выжить.

Кто может стать донором?

Человек, желающий сдать кровь на станции переливания, должен отвечать нескольким требованиям. Ему должно быть не менее 18 лет, он должен являться гражданином Российской Федерации, а вес его тела не может быть меньше 50 кг. Разумеется, донор должен быть здоровым.

Накануне сдачи крови:

- не употреблять антибиотики, лекарства, содержащие аспирин, анальгетики
- не пить алкоголь
- не курить (за час до сдачи)
- утром — позавтракать

ЦИФРА

18 тыс. доноров насчитывается на сегодня в Воронежской области. 6, 5 тыс. человек из них — почетные.



ПРЕМЬЕРА «ГРОЗЫ»



Камерный театр (ул. Карла Маркса, 55а)
11 и 12 марта
от 1 тыс. рублей

В Камерном театре премьера — драму «Гроза» по знаменитой пьесе Александра Островского поставил худрук театра Михаил Бычков. Роль Катерины — «луча света в темном царстве» — исполнит молодая актриса Татьяна Бабенкова (Соня в «Дяде Ване»). «Гроза» станет первой премьерой Камерного в текущем сезоне. В массовке будут заняты совсем юные актеры — студенты мастерской Михаила Быčkova в Воронежском институте искусств, которые исполняют эпизодические роли жителей города Калинова.

СКРИПИЧНО-ФОРТЕПИАННЫЙ КОНЦЕРТ



библиотека им. Никитина (площадь Ленина, 2, четвертый этаж, лекционный зал)
12 марта, 15.00
бесплатно

В музыкальной гостиной «Импровизация» состоится открытый концерт выпускников Воронежского государственного института искусств. Молодые музыканты сыграют на скрипке, фортепиано и кларнете и прочтут стихотворения поэтов Серебряного века.

ДЖАЗОВЫЙ КОНЦЕРТ



книжный клуб «Петровский» (ул. 20-летия ВЛКСМ, 54а)
11 марта, 19.00
500-700 рублей

Впервые в Воронеже выступит легендарный ансамбль интуитивной музыки «Три «О», объединяющий выдающихся музыкантов. В его составе — знаменитые джазмены Сергей Летов (саксофоны, флейта), Юрий Парфенов (труба) и Аркадий Кириченко (труба, бас-труба, вокал). «Три «О» существует уже более 30 лет. С 1980-х ансамбль завоевал признание в среде художественного андеграунда страны — музыканты выступали на полуподпольных выставках, литературных вечерах, фестивалях современного искусства. «Три «О» сотрудничали с легендарным Сергеем Курехиным и группой «Поп-механика», объездили с концертами более десяти стран мира. В программе воронежского концерта прозвучат авторские композиции участников ансамбля, которые придется по вкусу всем любителям интеллектуальной импровизационной музыки.

Обращаем ваше внимание, что в афише могут пропущены изменения уже после выхода газеты. Уточняйте место и дату проведения того или иного мероприятия у организаторов.

АФФИША 7

СЕМЬ СОБЫТИЙ НЕДЕЛИ, КОТОРЫЕ «СЕМЕРОЧКА» РЕКОМЕНДУЕТ ПОСЕТИТЬ

ШЕДЕВРЫ ОТ КИНОАКАДЕМИИ

ФИЛЬМЫ «ОСКАРА»

кинотеатр «Спартак»
с 9 по 15 марта
от 100 рублей

В кинотеатре «Спартак» на этой неделе стартует фестиваль «Зима P. 5.», в программу которого вошли фильмы, оказавшиеся в числе номинантов и победителей премии «Оскар»-2017. Зрители смогут увидеть признанную киноакадемией лучшим фильмом драму «Лунный свет», сенсационно опередившую мюзикл «Лал-Ла Лэнд», полнометражный мультфильм «Красная черепаха», мелодраму «Лев» и комедию «Тони Эрдманн».



ЛЕКЦИЯ О СОВРЕМЕННОМ ТЕАТРЕ



Камерный театр (ул. Карла Маркса, 55а)
11 марта, 15.00
бесплатно по предварительной записи по телефону 280-12-70

В рамках проекта «Лекция в театре» в Воронеже выступит известный российский драматург, театральный режиссер, руководитель Театра.doc и Школы документального кино Михаил Угаров. Он прочтет лекцию «Современный театр как ловушка».

ВСТРЕЧА С ПИСАТЕЛЕМ

ТРЦ «Московский проспект» и ТРЦ «Максмир»
11 марта, 14.00 и 17.00
бесплатно

Известный российский фантаст Ник Перумов презентует воронежским читателям книгу «Молли Блэк-уотер. Остров крови». Новая книга завершает трилогию о 12-летней заложнице. После презентации состоится автограф-сессия. Широко известность Ник Перумов получил после своей первой публикации в 1993 году эпопеи «Кольцо Тьмы», действие которой происходит в Средиземье Д. Р. Р. Толкина.



МУЛЬТ В КИНО

кинотеатр «Люксор» (ТК «Арена», бульвар Победы, 236)
с 9 марта
от 100 рублей



На этой неделе в «Люксоре» стартует 48-й выпуск «Мульт в кино». Это проект, объединяющий новые эпизоды современных российских мультсериалов для детей, — отличная возможность увидеть любимые мультики до их появления в интернете и на ТВ. В новый выпуск под названием «Шоу начинается!» вошли свежие эпизоды мультсериалов «Барбоскины», «Ми-Ми-Мишки», «Волшебный фонарь», «Бумажки» и «Тима и Тома», «Ангел Бэби» и «Аркадий Паровозов спешит на помощь». Возрастное ограничение 0+.

13 марта

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Доброе утро', 'Новости', 'Контрольная закупка'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Утро России', 'Вести-Воронеж', 'Деловое утро НТВ'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'АДВОКАТ', 'Деловое утро НТВ', 'Возвращение Мухомара'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Мультипликационный фильм "Кунг-фу пада"', 'Мультисериал "Драконы и всадники Олуха"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Секретные территории', 'Документальный проект "С добрым утром!"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Секретные территории', 'Документальный проект "С добрым утром!"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Настроение', 'Худ. фильм "ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Настроение', 'Худ. фильм "ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Сегодня утром', 'Документальный фильм "Русские снайперы"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Евроночь', 'С добрым утром, малыши!'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Ранние пташки', 'С добрым утром, малыши!'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Пир на весь мир с Джейми Оливером'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Спортивный детектив', 'Новости'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Утро на "5"', 'Место происхождения'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Мультифильмы', 'Мультисериал "Почемон?"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Большой Барьерный риф', 'Как это работает'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Русские мультифильмы', 'Мультисериал "Почемон?"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Пятница News', 'Ревизорро'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Доброе утро', 'Новости'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Утро России', 'Вести-Воронеж'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'АДВОКАТ', 'Деловое утро НТВ'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Мультипликационный фильм "Кунг-фу пада"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Секретные территории', 'Документальный проект "С добрым утром!"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Секретные территории', 'Документальный проект "С добрым утром!"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Настроение', 'Худ. фильм "ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Настроение', 'Худ. фильм "ДЕЛО СУДЬИ КАРЕЛИНОЙ"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Сегодня утром', 'Документальный фильм "Русские снайперы"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Евроночь', 'С добрым утром, малыши!'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Ранние пташки', 'С добрым утром, малыши!'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Пир на весь мир с Джейми Оливером'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Спортивный детектив', 'Новости'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Утро на "5"', 'Место происхождения'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Мультифильмы', 'Мультисериал "Почемон?"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Большой Барьерный риф', 'Как это работает'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Русские мультифильмы', 'Мультисериал "Почемон?"'.

Table with 2 columns: Time and Program Name. Includes 'Пятница News', 'Ревизорро'.

Advertisement for 'Люди в черном' (Men in Black) on STS at 21:00. Includes a photo of Will Smith and text about the film.

Advertisement for 'Леон' (Leon) on CE at 21:30. Includes a photo of Jean Reno and text about the film.

Advertisement for 'Афиша' (Affiche) featuring various TV shows like 'Вам - не сюда!', 'ДДТ', 'Елена Степаненко', 'Михаил Шуфутинский', 'Поздняя любовь', and 'Школа доктора'.

15 марта

7	ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.00	«Доброе утро»
9.00	12.00, 14.00, 15.00, 3.00 Новости
9.20	4.10 «Контрольная закупка»
9.50	«Жить здорово!» ¹²
10.55	«Модный приговор»
12.15	«Наедине со всеми» ¹⁴
13.20	14.15, 15.15 «Время покажет» ¹⁴
16.00	«Мужское/Женское» ¹⁴
17.00	«Давай познакомимся!» ¹⁴
18.00	«Первая студия» ¹⁴
20.00	«Усть-говорят» ¹⁴
21.00	«Время»
21.35	Сериал «МУРКА» ¹⁴
23.40	«Вечерний Ургант» ¹⁴
0.15	Ночные новости
0.30	«Николай II. Последняя воля императора» ¹⁴
1.35	Худ. фильм «ПОРОЧНЫЙ КРУГ» ¹⁴

РОССИЯ	РОССИЯ-1
5.00	9.15 «Утро России»
*7.07	8.07, 8.35, 11.40, 14.40, 17.20, 20.45 «Местное время». «Вести-Воронеж»
9.00	11.00, 14.00, 17.00, 21.00 «Вести»
9.55	«О самом главном» ¹²
11.55	Сериал «НАМЕНСКАЯ» ¹⁴
14.55	Сериал «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» ¹²
17.40	«Прямой эфир» ¹⁴
18.50	«60 минут» ¹²
21.00	Сериал «КРУГОВОРОТ» ¹²
23.30	«Вечер с Владимиром Соловьевым» ¹²
2.00	Сериал «КАТЕРИНА» ¹²
3.45	Сериал «ДАР» ¹²

НТВ	
5.10	6.05 Сериал «АДВОКАТ» ¹⁴
6.00	10.00, 13.00, 16.00, 19.00 «Сегодня»
7.00	«Деловое утро НТВ» ¹²
9.00	Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» ¹⁴
10.20	Сериал «ПАСЕЧНИК» ¹⁴
12.00	«Суд присяжных» ¹⁴
13.25	18.35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие» ¹⁴
14.00	«Место встречи» ¹⁴
16.30	Сериал «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» ¹⁴
17.30	«Говорим и показываем» ¹⁴
19.40	Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» ¹⁴
21.40	Сериал «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА» ¹⁴
23.40	«Итоги дня»
0.10	Сериал «ДЕМОНЬ» ¹⁴
1.10	«Место встречи» ¹⁴
2.45	«Дачный ответ» ¹⁴
3.40	Сериал «ЧАС ВОЛКОВА» ¹⁴

СТС	СТС
6.00	5.40 «Ералаш»
6.25	Мультсериал «Марин и его друзья» ¹⁴
6.55	Мультсериал «Фински» ¹⁴
7.15	Мультсериал «Три нота» ¹⁴
7.35	Мультсериал «Драконы и всадники Олуха» ¹⁴
8.30	1.00 Сериал «КРЫША МИРА» ¹⁴
9.30	23.05, 0.30 «Уральские пельмени» ¹²
10.20	Худ. фильм «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ — 2» ¹²
12.00	20.00 Сериал «МОЛОДЕНКА» ¹⁴
13.00	Сериал «КУХНЯ» ¹²
15.30	Сериал «БОРОНИНЫ» ¹⁴
21.00	Худ. фильм «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ — 3» ¹²
0.00	«Везучий случай» ¹⁴
2.00	Сериал «ЛОНДОНГРАД. ЗНАЙ НАШИХ!» ¹⁴
3.00	Худ. фильм «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ДЖУНГЛИ» ¹²

ТНТ-ГУБЕРНИЯ	
*7.00	8.00, 14.00, 19.00 «Мультики» ¹²
*7.05	8.05 «Утро вместе» ¹²
9.00	«Дом-2» ¹⁴
11.30	Худ. фильм «ДВОЙНОЙ КОПЕЦ» ¹⁴
13.35	«Однажды в России. Лучшее» ¹⁴
14.25	«Погода в губернии» ¹²
14.30	19.30 Сериал «САШАТАНЯ» ¹⁴
*19.15	«Общее дело» ¹²
20.00	20.30 Сериал «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ» ¹⁴
21.00	Худ. фильм «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ» ¹⁴
23.05	«Дом-2» ¹⁴
1.05	Сериал «ЗАКОН КАМЕННЫХ ДЖУНГЛЕЙ» ¹⁴
2.00	Худ. фильм «ДЕВУШКА» ¹⁴
3.50	Сериал «СТРЕЛА-3» ¹⁴

REN TV	
4.20	5.00, 9.00 «Территория заблуждений» ¹⁴
6.00	11.00 «Документальный проект» ¹⁴
7.00	«С добрым утром!» ¹⁴
8.30	12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости ¹⁴
12.00	15.55, 19.00 «112» ¹⁴
13.00	«Звонкий ужин» ¹⁴
14.00	Худ. фильм «СОЛДАТ» ¹⁴
17.00	3.20 «Тайны Чапмана» ¹⁴
18.00	1.20 «Самые шокирующие гипотезы» ¹⁴
20.00	Худ. фильм «ДЕНАВЮ» ¹⁴
22.20	«Всем по нотки» ¹⁴
23.25	Худ. фильм «САМО-ВОЛКА» ¹⁴
2.20	«Странное дело» ¹⁴

ТВ-ГУБЕРНИЯ	
5.00	6.00, 7.30, 9.00, 10.30, 16.00, 18.00, 0.00, 2.00 «Новости регионов» ¹²
5.05	5.35, 6.05, 6.35, 7.05, 7.35, 8.05, 8.35, 9.05, 9.35, 10.05, 10.35 «Утро вместе» ¹²
5.30	6.30, 7.00, 8.00, 8.30, 9.30, 10.00, 12.00, 14.00, 19.00, 21.00 «Губернские новости» ¹²
11.00	18.45 «Эффект времени» ¹²
11.15	«Компас потребителя» ¹²
11.30	«Открытая наука» ¹²
12.15	Сериал «ВРЕМЯ ДЛЯ ДВОИХ» ¹⁴
14.30	16.30 «День вместе» ¹²
15.15	«Актуальное интервью» ¹²
15.30	«Крупным планом» ¹²
16.15	«Собрание сочинений» ¹²
17.15	23.15, 3.15 «Заметные люди» ¹²
18.15	«Люди РФ» ¹²
19.15	21.15, 0.15, 2.15 «Общее дело» ¹²
19.30	20.30, 0.30, 1.30 «Вечер вместе» ¹²
20.00	1.00 «Большие надежды» ¹²
20.15	1.15 «Арт-проспект» ¹²
21.30	Сериал «ЕСЕНИН» ¹⁴
2.30	«Академический час» ¹²

ТВЦ	
6.00	«Настроение»
8.00	«Доктор И...» ¹⁴
8.35	Худ. фильм «ГОСТЬ С КУБАНИ» ¹²
9.55	Худ. фильм «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ» ¹²
11.30	14.30, 19.30, 22.00, 0.00 «События»
11.50	Сериал «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» ¹²
13.40	«Мой герой» ¹²
14.50	«Город новостей»
15.15	«Прощание. Борис Березовский» ¹⁴
16.00	«Тайны нашего кино» ¹²
16.35	«Естественный отбор» ¹²
17.35	Сериал «ПАРФЮМЕРША» ¹²
20.00	«Петровка, 38»
20.20	«Право голоса» ¹⁴
22.30	«Линия защиты» ¹⁴
23.05	«Диние деньги. Сергей Полонский» ¹⁴
0.30	Худ. фильм «РАСПЛАТА» ¹²

ЗВЕЗДА	
6.00	«Сегодня утром»
8.00	Док. фильм «Русские снайперы. 100 лет меткоости» ¹²
9.00	13.00, 18.00, 23.00 Новости дня
9.15	10.05, 13.15 Сериал «ЗОЛОТОЙ КАПКАН» ¹⁴
10.00	14.00 Военные новости
10.15	14.05 Сериал «ПРОТ» ¹⁴
10.40	Док. фильм «Из всех оружий»
10.55	«Последний день» ¹²
11.20	Док. фильм «Секретная папка». «Битва за Москву»
11.30	Подольские курсанты против вермахта» ¹²
11.40	«Процесс» ¹²
11.50	23.15 «Звезда» ¹⁴
12.00	Док. фильм «Крылья России». «Гражданские самолеты. Воздушные извозчики» ¹⁴
1.00	Худ. фильм «НАГРАДИТЬ (ПОСМЕРТНО)» ¹²
2.40	Худ. фильм «ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ» ¹⁴

КУЛЬТУРА	
6.30	«Евроноьюс»
10.00	15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
10.15	1.55 «Наблюдатель»
11.15	Худ. фильм «ВСЕ ЭТО — РИТМ»
12.20	1.45 «Цвет времени»
12.30	«Энигма. Гэри Граффман»
13.10	20.05 «Правила жизни»
13.40	Сериал «ЛЮДИ И ДЕЛЬФИНЫ»
15.10	«Крым. Загадки цивилизации»
15.40	«Искусственный отбор»
16.20	«Те, с которыми я...»
17.05	Владимир Федосеев и БСО им. П.И. Чайковского
18.15	«Жизнь и смерть Чайковского»
19.15	«Спокойной ночи, малыши!»
19.45	«Главная роль»
20.30	«Абсолютный слух»
21.10	«Власть факта»
21.55	«Рена низини»
23.45	«Худсовет»
23.50	Худ. фильм «ТАЙНА ЭЙФЕЛЕВОЙ БАШНИ» ¹⁴
1.20	«Звезда Маир. Федор Сологуб»

КАРУСЕЛЬ	
5.00	«Ранние птицы»
7.00	«С добрым утром, малыши!»
7.25	«Пляс-класс»
7.30	«Роботар Поли и его друзья»
8.10	«Новые приключения гномика Майя»
9.15	«Театр Берингия»
9.30	«Непоседа Зу»
10.55	«Лентяевы»
11.20	«Соб-стритель»
12.05	«Робини»
12.15	«Трансформеры. Боты-спасатели»
13.00	«Перемешка»
14.15	«Инспектор Гаджет»
15.05	18.40 «Смешарики»
16.00	«Бум! Ша!»
16.30	«Свинка Пеппа»
16.50	Сериал «МЭТТИ И БЬЯНКА В АКАДЕМИИ МОДЫ»
17.20	«Клуб Винкс»
18.10	«DC девочки-супергерои»
18.15	«Королевская академия»
19.35	«Поезд динозавров»
20.05	«Томас и его друзья»
20.30	«Спокойной ночи, малыши!»
20.40	«Барбоскины»
22.00	«ЛБХ — битвы маленьких гигантов» ¹²
22.45	«Новатор»
0.10	«Робитам о зверятах»
0.15	«Зиг и Шарко»
1.55	Сериал «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО ЛАССЕ И МАЙЯ»

ДОМАШНИЙ	
5.30	6.30 «Домашние блюда с Джейми Оливером» ¹⁴
7.30	«Домашняя кухня» ¹⁴
8.00	18.55, 0.00, 5.20 «6 кадров» ¹⁴
8.10	«По делам несовершеннолетних» ¹⁴
11.10	«Давай разведемся!» ¹⁴
14.10	19.05 Сериал «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР — 2» ¹⁴
16.00	21.00 Сериал «НЕ ВМЕСТЕ» ¹⁴
18.00	Сериал «ДОКТОР ХАУС» ¹⁴
23.00	«Рублево-Бирюлево» ¹⁴
0.30	Сериал «НАЙДЕНЬШ-2» ¹⁴
2.20	«Женская консультация» ¹⁴

МАТЧ!	МАТЧ!
6.30	«Спортивный детектив» ¹⁴
7.30	8.55, 12.00, 14.55, 17.25, 18.20, 21.25 Новости
7.35	12.05, 15.00, 17.30, 0.40 «Все на Матч»
9.00	«Спортивный разговор» ¹⁴
9.30	«Высшая лига» ¹²
10.00	3.40 Смешанные единоборства ¹⁴
12.35	22.40 Футбол. Лига чемпионов ¹⁴
14.35	21.30 «Спортивный репортаж» ¹⁴
15.30	Смешанные единоборства ¹⁴
18.00	«Десятки» ¹⁴
18.25	«Континентальный вечер»
18.55	Хоней, ЮЛ, «Ах Барс» — «Авангард»
22.10	«Все на футбол»
1.10	Обзор Лиги чемпионов ¹²
1.40	Воллебол. Лига чемпионов ¹⁴
5.45	«1+1» ¹⁴

ПЯТЫЙ КАНАЛ	
6.00	10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 «Сейчас»
6.10	«Утро на 5» ¹⁴
9.10	«Место происшествия»
10.30	Худ. фильм «ДЕЛО № 306» ¹²
12.30	Сериал «ОТРАД НОЧУБЕЯ» ¹⁴
16.00	2.05 Худ. фильм «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА» ¹⁴
17.50	Сериал «ДЕТЕКТИВЫ» ¹⁴
20.20	23.15 Сериал «СЛЕД» ¹⁴
22.25	Сериал «МАЙОР И МАГИЯ» ¹⁴
0.00	Худ. фильм «ЖИЗНЬ ОДНА» ¹⁴

ТВ-3	
6.00	Мультфильмы ¹⁴
9.30	10.00, 17.35, 18.10 Сериал «СЛЕПАЯ» ¹²
10.30	11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Сериал «ГАДАЛКА» ¹²
11.30	12.30 «Во имя мена» ¹²
13.30	14.00, 14.30 «Охотники за привидениями» ¹⁴
15.00	Сериал «НСНОВИДЕЛ» ¹²
18.45	19.30 Сериал «ПОМНИТЬ ВСЕ» ¹⁴
20.30	21.15, 22.15 Сериал «НОСТИ» ¹²
23.00	Худ. фильм «НИНДЗЯ-УБИЙЦА» ¹⁴
0.45	1.45, 2.30, 3.30, 4.30, 5.15 Сериал «БАШНЯ» ¹⁴

ЧЕ	
6.00	«Большой Барьерный риф» ¹⁴
7.00	«Как это работает» ¹²
8.00	«Дронные войны» ¹⁴
9.30	Сериал «СОЛДАТЫ» ¹⁴
11.30	«Утилизатор» ¹²
12.00	Худ. фильм «ПОЛИЦЕЙСКАЯ ИСТОРИЯ» ¹⁴
14.00	Сериал «ЧИКАГО В ОГНЕ» ¹⁴
15.00	Сериал «НСНОВИДЕЛ» ¹²
16.00	Худ. фильм «ГУДЗОНСКИЙ ЯСТРЕБ» ¹⁴
18.00	21.00 «КВН. Бенефис» ¹⁴
20.30	«КВН на бис» ¹⁴
21.30	Худ. фильм «ТОП ГАН» ¹²
23.30	Сериал «БОЛЬНИЦА НИКЕРБОКЕР — 2» ¹⁴
1.45	Худ. фильм «ГОРЕЦ: ИСТОК» ¹²
3.35	«100 великих» ¹⁴

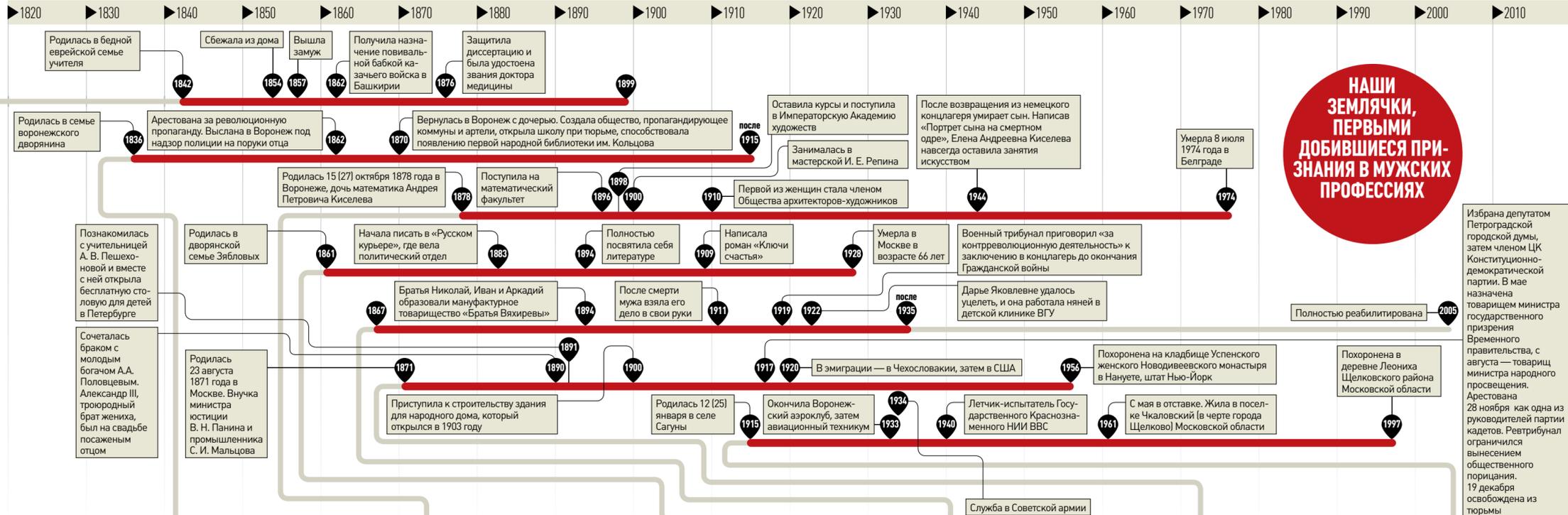
2X2	
6.00	Русские мультфильмы ¹²
6.45	Мультсериал «Покемон» ¹²
8.05	3.20 «2X2 Music» ¹⁴
8.30	19.10, 23.40 «Hobos 2x2» ¹⁴
8.35	2.25 Сериал «КПИНИКА» ¹⁴
9.50	16.35, 18.50, 19.20, 21.50 Мультсериал «Симпсоны» ¹⁴
11.40	Мультсериал «Черепашки-ниндзя» ¹²
12.05	Мультсериал «Губка Боб Квадратные Штаны» ¹⁴
17.55	21.00 Мультсериал «Американский папаша» ¹⁴
22.45	«Нит Stupid show» ¹⁴
23.10	«Смотрящий» ¹⁴
23.45	«Последний человек на Земле» ¹⁴
0.10	Мультсериал «Рик и Морти» ¹⁴
0.35	Мультсериал «Южный парк» ¹⁴
1.30	Сериал «МЕНЯ ЗОВУТ ЭРЛ» ¹⁴
3.45	Мультсериал «Царь горы» ¹⁴

ПЯТНИЦА	
6.00	0.45 «Пятница News» ¹⁴
6.30	10.00, 14.0

РОД ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Воронежский край славится красотой девушек. Но помимо впечатляющих внешних данных наши землячки в числе первых в мире стали осваивать сугубо мужские профессии. На нашем счету женщины — врачи, писатели, революционеры, министры и даже летчики-испытатели. В честь 8 Марта «Семерочка» вспомнила наших знаменитых соотечественниц, которыми по праву можно гордиться.

- Сфера деятельности
- Годы жизни
- Место рождения
- Главное достижение



НАШИ ЗЕМЛЯЧКИ, ПЕРВЫМИ ДОБИВШИЕСЯ ПРИЗНАНИЯ В МУЖСКИХ ПРОФЕССИЯХ



I

Варвара КАШЕВАРОВА-РУДНЕВА

- медицина
- 1842 — 1899
- Витебск
- первой среди российских женщин получила звание врача и степень доктора медицины

Варвара была сиротой, рано вышла замуж, но вскоре ушла от мужа и поступила в Петербургский повивальный институт, а затем — в Петербургскую медико-хирургическую академию. В то время женщины если и получали высшее образование, то за границей. Кашеварова стала единственной женщиной среди тысячи студентов и по окончании курса была награждена золотой медалью. В 1876 году она защитила научную диссертацию и стала доктором наук.

Первую в России женщину-врача не допускали к преподаванию и не давали ей возможности заниматься научной работой. Поэтому Варвара уехала в собственный уезд Гольи Яр в Воронежской губернии. Около восьми лет она жила в степном краю, занималась сельским хозяйством и лечила местных крестьян. О своем пути в медицину она написала рассказ «Пионерка».

Варвара Кашеварова-Руднева проторила путь на студенческую скамью для соотечественниц, открыв «женскую эру» в медицине.



II

Антонина БЛЮММЕР-КРАВЦОВА

- революционерка, одна из первых русских нигилисток
- 1836 — после 1915
- Воронеж
- создала в Воронеже общество «революционное гнездо»

Антонина родилась в семье воронежского дворянина. Была знакома с Чернышевским, посещала лекции в Петербургском университете. За революционную пропаганду ее не раз арестовывали.

В 1870-х годах Антонина Кравцова вернулась из Петербурга в Воронеж. Ее дом на Поднабережной (сейчас — улица 20-летия ВЛКСМ, 37) вскоре прозвали «новым ковчегом». Там в съемных квартирах жили и бывали представители самых разных общественных движений того времени, а объединяло их то, что все они были против царизма. В здании часто устраивались обеды, иногда кого-то из жильцов арестовывали. Здесь находили пристанище студенты, высланные после волнений из университетских городов, а позже и революционеры всех мастей.

Благодаря Антонине Кравцовой женщины стали предпринимать гораздо более смелые шаги в общественной и политической жизни.



III

Елена КИСЕЛЕВА

- одна из первых русских женщин, получивших образование в Санкт-Петербургской академии художеств
- 1878 — 1974
- Воронеж
- написала серию уникальных портретов

Елена стала одной из лучших учениц Ильи Репина и единственной из женщин, получивших пенсион Академии художеств, то есть содержание для дополнительного обучения за границей.

Расцвет творчества Киселевой пришелся на 1910-е годы. В 1913 году она написала свой самый известный и любимый ею самой портрет «Маруся», который хранится в музее имени Крамского. В 1942 году сын Киселевой Арсений и его жена на два года попали в концлагерь. Они выжили, но здоровье молодого человека было подорвано, и он вскоре умер. После смерти сына Елена больше не прикасалась к краскам. Ее последняя работа — «Портрет сына на смертном одре» — не сохранилась. Согласно последней воле художницы портрет сохранился после ее кончины, во время кремации. Большую часть своих картин Елена Киселева передала Воронежу — городу, в котором родилась.

Творчество воронежской художницы получило мировую известность, она на весь мир прославила родной город.



IV

Анастасия ВЕРБИЦКАЯ

- общественный деятель, эмансипированная писательница
- 1861 — 1928
- Воронеж
- автор первого экранизированного женского романа

Вербицкая отстаивала самостоятельность женщины в общественной и личной жизни, ее право не зависеть от мужчины. Она сама зарабатывала себе на жизнь: преподавала музыку и пение, была корректором в газете, занималась издательской деятельностью, воспитывая при этом троих сыновей. Свои романы Анастасия считала «орудием борьбы» за решение «женского вопроса».

Героини ее книг — женщины трудной судьбы. Сочинения Вербицкой издавались рекордными тиражами, по ним ставили спектакли и фильмы. Роман «Ключи счастья» был экранизирован дважды: в 1913 и в 1917 годах. В нем писательница затронула тему сексуальной свободы женщин, вызвав спор о том, следует ли считать ее произведение «порнографическим». После революции склад «бульварных романов» Вербицкой чуть не сожгли, но в конце концов комиссия из 12 литераторов-коммунистов три месяца изучала 33 книги Вербицкой и признала их безвредными.

Русские женщины стали смелее заявлять о своих правах.



V

Дарья ВЯХИРЕВА

- одна из первых успешных женщин-коммерсантов
- около 1867 — после 1934
- Воронеж
- сделала процветающим одно из крупнейших воронежских предприятий

Дарья была женой купца Николая Вяхирева и после его смерти в 1911 году взяла мануфактурное товарищество «Братья Вяхиревы» в свои руки. Экстравагантная миллионерша любила шокировать окружающих: гарцевала верхом по городским улицам, отпуская язвительные реплики полицейским. Свой дом на Большой Садовой она предоставляла для общества народных университетов, для госпиталя раненых в Первую мировую войну и даже для собраний революционеров. Дарья Вяхиревна содействовала созданию в Воронеже университета, а в Гражданскую войну отдала свою мебель в кабинет первого ректора ВГУ.

В 1919 году военный трибунал приговорил Вяхиреву «за контрреволюционную деятельность» к заключению в концлагерь до окончания Гражданской войны. Дарья Вяхиревне удалось уцелеть, и в 1920-е годы она скромно работала няней в детской клинике ВГУ. Реабилитировали ее только в 2005 году.

Дарья Вяхирева доказала, что женщины умеют управлять бизнесом и подала пример остальным.



VI

Софья ПАНИНА

- государственное управление
- 1871 — 1956
- Санкт-Петербург
- первая в истории России женщина-министр (Временное правительство)

В Панинском районе у графской семьи, в которой родилась Софья, были имения. На ее свадьбе был посаженным отцом император Александр II. Но вскоре единственная наследница несметного состояния развелась с мужем и занялась политикой.

Графиня Панина входила в ЦК партии кадетов (конституционные демократы), была товарищем (заместителем) министра государственного призрения Временного правительства, а затем товарищем министра народного просвещения. Софья Панина предлагала разделить государственную власть по справедливости на три части: одна — монарху, другая — высшим сословиям, третья — народу. 28 ноября 1917 года ее арестовали, чтобы выведать, где хранятся документы Министерства народного просвещения. Но ревтрибунал их не получил: Панина поместила их в иностранный банк с условием выдачи только «законному режиму».

В октябре 1918 года графиня бежала из Москвы, помогла белому движению на Дону, а потом выехала за границу. Скончалась Панина в 1956 году в Нью-Йорке.

Софья Панина открыла российским женщинам путь в политику.



VII

Нина РУСАКОВА

- первая женщина — летчик-испытатель
- 1915 — 1997
- село Сагуны Подгоренского района Воронежской области
- испытала 39 типов самолетов и 240 систем

Нина Русакова родилась в семье аэродромного служащего, занималась в Воронежском аэро клубе, окончила авиационный техникум и Оренбургскую военную авиашколу летчиков. Служила в строевых частях ВВС, летала на истребителях. В июле 1940 года 25-летняя штурман Русакова участвовала в попытке установить женский мировой авиационный рекорд дальности полета по прямой на бомбардировщике. Девушки планировали побить рекорд экипажа Гризодубовой (6 тыс. 450 км). Но из-за грозы и сильного встречного ветра самолет совершил вынужденную посадку.

Женщина-испытатель поначалу вызывала у летчиков недоверие. Но в первом же показательном воздушном бою ей удалось три раза подорвать «сбитый» опытный летчика Леонида Курашова. К началу войны Русакова была уже известным испытателем. Она знакомила летчиков боевых полков с новой, только что испытанной техникой.

Благодаря Нине Русаковой словосочетание «женщина-испытатель» перестало быть непривычным.

Избрана депутатом Петроградской городской думы, затем членом ЦК Конституционно-демократической партии. В мае назначена товарищем министра государственного призрения Временного правительства, с августа — товарищ министра народного просвещения. Арестована 28 ноября как одна из руководителей партии кадетов. Ревтрибунал вынесением общественного порицания. 19 декабря освобождена из тюрьмы.



«САМАЯ КРАСИВАЯ ЖЕНЩИНА — ЭТО МОЯ ЖЕНА»

Олег Газманов
— о геноциде артистов, воспитании здоровых привычек у сына и вдохновении

Личный пример

— А как заставить заниматься спортом нынешних детей?

— Если хочешь, чтобы твои дети были спортивные, не курили, вели достойный образ жизни, будь им примером. Мой сын Филипп из года в год смотрит, как я каждый день встаю, делаю зарядку, отжимаюсь. И он тоже тянется за этим. А когда он был худым парнем без мышц и захотел пойти в качалку, я сказал: «Это обязательно, делай то, что делаю я, без анаболиков. Каждый день занимайся спортом, и пусть у тебя будет определенная цель». И теперь появился результат — в «Инстаграме» можно фото сына посмотреть. С детьми главное — не запрет, а договор. Мы договорились с сыном, что он до 20 лет не попробует спиртное, и все тут. Это мужской договор. С дочерьми сложнее.

— Вы это ощутили на себе?
— У дочки характер такой: главное — противоречить. Предлагаю ей: «Пойдем гулять». Она: «Нет». А потом сама говорит: мол, пойдём. Вообще воспитание детей и отношение с окружающим миром — большой труд. Жизнь вообще большой труд. Быть счастливым — самый большой труд. Не считаю себя образцовым родителем. Больше времени с детьми проводит моя жена.

Счастье — это когда все получается

— Чем вас вдохновляют женщины вообще и конкретно ваши?

— Наши женщины — не знаю, почему так получается, это экология, питание или еще что-то, — самые красивые в мире. Думаю я так не из-за того, что хочу как-то польстить им перед женским праздником. Просто из-за того, что так оно и есть. Я покатался по миру, был и во Франции, и в Италии, и в США, но у нас реально концентрация красивых женщин превышает все допустимые нормы. Для меня, естественно, самая красивая женщина — это моя жена. Она в Нововоронеже родилась, правда, сейчас в Воронеже никого не осталось, теща живет с нами. Женщинам, конечно, нужно пожелать, чтобы они были счастливыми. Это самое главное. И каждая женщина по-своему достигает счастья. Кому-то нужно наряжаться, другим — любить и быть любимыми. Пусть каждая женщина будет по-своему счастливой.

— Помните, как вы пережили трудные времена в своей жизни? Как справлялись с ними?

— Все относительно. Всегда у нас трудные времена. На каком бы ты уровне ни был, тебя всегда догоняет забота. Господь, видимо, так устроил мир, что счастливы ты или нет, не зависит от твоего положения в обществе. Не имею в виду случаи, когда ты смертельно больной или у тебя крайняя степень нищеты. У олигархов свои проблемы, у тебя — свои. Еще О.Генри писал, что нищий, который находит в кармане дырявых штанов доллар, такой же счастливый, как фабрикант, который отсузил ползавода. Были трудные времена, не было телевизора, мы жили без отца, мама все время на работе, я в школу ходил пешком пять остановок полтора часа. А сейчас вспоминаю это и думаю: «Какие были времена хорошие — никто над душой не сидел, сумел сам записаться в бассейн, стал заниматься плаванием, а потом гимнастикой». И было счастье в том, что у меня стало получаться.

Дикий заряд энергии

— Артисты говорят, что для них сцена как допинг. А для вас?

— Мужчина должен работать и получать удовольствие от того, что он делает. Сцена, и сочинительство особенно, для меня притягивающий фактор. Для меня важно быть востребованным. Я пять лет на пенсии и подумал: «Что буду делать, когда не буду делать ничего?». Сразу понял, что тут же умру. Поэтому, выходя на сцену, получаю дикий заряд энергии и эту энергию сполна всем отдаю.

— Вы очень позитивный! Как удается?

— Просто нужно найти свое место в жизни. Господь нам дает возможность прожить земную жизнь, выбирать стезю. Думаю, это самое главное в жизни. Если у тебя это есть, все остальное не даст свернуть с пути. В Древнем Египте считалось, что после смерти душа человека поднимается к богам и боги задают только два вопроса: «Почувствовал ли ты радость в жизни?» и «Дал ли ты в этой жизни кому-то радость?». Я получаю в жизни радость от своей работы и дарю радость не одному человеку...

подготовила Мария ЛЕПИЛОВА

Олег Газманов выступил в зале Event-Hall сити-парка «Град» в рамках юбилейного тура. Почему артист не собирается на пенсию, как он воспитывает сына, каких женщин считает самыми красивыми и почему его перестало интересовать «Евровидение», он рассказал в интервью газете «Семерочка».

Геноцид наших артистов

— Сейчас спорят, посылать участника от России на «Евровидение» или нет. Олег Михайлович, а вы как считаете?

— Здесь могут быть разные мнения. Считаю, не нужно обороняться. А то сложилась такая ситуация, что мы все время обороняемся. С Олимпиады нас выгоняют, мы обороняемся, но не подаем в суды на них. Например, там делают анализы проб наших спортсменов в закрытом режиме. А может, они что-то сами там нацарапали или перелили? Мы же этого не видим. Это сеть режима открытости. И то же самое с «Евровидением» — нашим артистам запрещают въезжать в страну, где его проводят. Считаю, это геноцид наших артистов. Я-то не собираюсь ехать на конкурс. Но сам факт, что сотни наших артистов были объявлены невезучими на Украину, — нонсенс. Если бы мое мнение учитывалось, думаю, нам нужно отказаться от «Евровидения». Оно ничего нам не дает — никаких преимуществ ни в жизни, ни в развитии культуры. Поэтому нужно публично заявить: «Ребята, хватит!». Можно

сделать свой международный конкурс, хотя бы для стран СНГ. Я бы так и поступил. «Евровидение» себя изжило. А как иначе, когда они творят такие вещи? Народ голосует рублем, за смс они платят своими евро. И если нашему артисту в какой-то стране народ ставит 10 баллов, а жюри дает 0, то как это назвать? Что это за конкурс? Нужно просто сказать, что мы не поедом, потому что не хотим принимать на себя различные провокации.

— Кстати, вы не знакомы с танцующим миллионером по имени Джанлука Вакии, с которым вас сравнивают?

— Узнал о нем от прессы, когда стали сравнивать и делать смешные ролики. В «Инстаграме» написал, что, когда был 49-летним пацаном, не такое вытворял. У нас же разница довольно приличная: ему 50, а мне 65. Я с юмором стараюсь к этому относиться. Мне неважно, кто что делает, важно — что сам делаю. И то, что делаю и как выгляжу, считаю своим достижением. Если кому интересно, как это получается, на моем сайте есть раздел «Секреты здоровья», куда выкладываю видео того, что делаю каждый день.

БЫТЬ СЧАСТЛИВЫМ — САМЫЙ БОЛЬШОЙ ТРУД

16 марта

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

5.00	«Доброе утро»
9.00	12.00, 14.00, 15.00, 3.00 Новости
9.20	«Контрольная закупка»
9.50	«Жить здорово!» ¹²
10.55	«Мадный приговор»
12.15	3.20 «Наедине со всеми» ¹⁴
13.20	14.15, 15.15 «Время покажет» ¹⁴
16.00	«Мужское/Женское» ¹⁴
17.00	«Давай познакомимся!»
18.00	«Первая студия» ¹⁴
20.00	«Пусть говорят» ¹⁴
21.00	«Время» ¹⁴
21.35	Сериал «МУРКА» ¹⁴
23.40	«Вечерний Ургант» ¹⁴
0.15	Ночные новости
0.30	«На ночь глядя» ¹⁴
1.25	Худ. фильм «ОНА ЕГО ОБОЖАЕТ» ¹⁴
4.15	«Контрольная закупка»

РОССИЯ-1

5.00	9.15 «Утро России»
*7.07	7.35, 8.07, 8.35, 11.40, 14.40, 17.20, 20.45 «Местное время». «Вести-Воронеж»
9.00	11.00, 14.00, 17.00, 20.00 «Вести»
9.55	«О самом главном» ¹²
11.55	Сериал «НАМЕНСКАЯ» ¹⁴
14.55	Сериал «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» ¹²
17.40	«Прямой эфир» ¹⁴
18.50	«60 минут» ¹²
23.30	Сериал «КРУГОВОРОТ» ¹²
1.30	«Поединок» ¹²
3.05	Сериал «ЕКАТЕРИНА» ¹²
	Сериал «ДАР» ¹²

НТВ

5.10	6.05 Сериал «АДВОКАТ» ¹⁴
6.00	6.25 Мультипликационные новости
7.00	«Деловое утро НТВ» ¹²
9.00	Сериал «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА» ¹⁴
10.20	Сериал «ПАСЕЧНИК» ¹⁴
12.00	«Суд присяжных» ¹⁴
13.25	18.35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
14.00	«Место встречи»
16.30	Сериал «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» ¹⁴
17.30	«Говорим и показываем» ¹⁴
19.40	Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» ¹⁴
21.40	Сериал «ОХОТА НА ДЬЯВОЛА» ¹⁴
23.40	«Итоги дня»
0.10	Сериал «ДЕМОНЫ» ¹⁴
1.10	«Место встречи» ¹⁴
2.45	«Судебный детектив» ¹⁴
3.45	Сериал «ЧАС ВОЛКОВА» ¹⁴

СТС

6.00	5.35 «Ералаш»
6.25	Мультипликационные новости
6.55	Мультипликационные «Фиксики» ¹⁴
7.15	Мультипликационные «Три ноты» ¹⁴
7.35	Мультипликационные «Драконы и всадники Олуха» ¹⁴
8.30	1.00 Сериал «РЫША МИРА» ¹⁴
9.30	22.55, 0.15 «Уральские пельмени» ¹⁴
9.55	Худ. фильм «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ — 3» ¹²
12.00	20.00 Сериал «МОЛОДЕНЦЫ» ¹⁴
13.00	Сериал «КУХНЯ» ¹²
15.30	Сериал «ВОРОНИНЫ» ¹⁴
21.00	Худ. фильм «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЗРЫ» ¹²
2.00	Сериал «ЛЮДИ И ДЕЛЫ» ¹⁴
3.00	Худ. фильм «СРОЧНАЯ ДОСТАВКА» ¹⁴
4.40	Сериал «ОДНАЖДЫ В ШКАЗЕ» ¹²
5.45	«Музыка на СТС» ¹⁴

ТНТ-ГУБЕРНИЯ

*7.00	8.00, 14.00, 19.00 «Губерские новости» ¹²
*7.05	8.05 «Утро вместе» ¹²
9.00	«Дом-2» ¹⁴
11.30	Худ. фильм «ГОСПОНА ГОРНИЧАЯ» ¹⁴
*14.25	«Погода в губернии» ¹²
14.30	19.30 Сериал «САШАТАНЯ» ¹⁴
	Худ. фильм «Формула здоровья» ¹²
*19.15	20.00 Сериал «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ» ¹⁴
20.00	Худ. фильм «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ» ¹⁴
21.00	«Дом-2» ¹⁴
23.00	Сериал «ЗАКОН КАМЕННЫХ ДЖУНГЛЕЙ» ¹⁴
1.00	«Пирамида» ¹⁴
1.55	«ТНТ-Club» ¹⁴
3.40	

REN TV

4.30	5.00 «Территория заблуждений» ¹⁴
6.00	9.00 «Документальный проект» ¹⁴
7.00	«С бодрым утром!» ¹⁴
8.30	12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости ¹⁴
12.00	16.00, 19.00 «112» ¹⁴
13.00	«Звонки уткин» ¹⁴
14.00	Худ. фильм «ДЕКВАЮ» ¹⁴
3.30	«Тайны Чапмана» ¹⁴
18.00	1.30 «Самые шокирующие гипотезы» ¹⁴
22.00	Худ. фильм «ТАНГО И КЭШ» ¹⁴
22.00	«Смотреть всем!» ¹⁴
23.25	Худ. фильм «ВОЗМЕЩЕНИЕ УЩЕРБА» ¹⁴
2.30	«Странное дело» ¹⁴

ТВ-ГУБЕРНИЯ

5.00	6.00, 7.30, 9.00, 10.30, 16.00, 18.00, 0.00, 2.00 «Новости регионов» ¹²
5.05	5.35, 6.05, 6.35, 7.05, 7.35, 8.05, 8.35, 9.05, 9.35, 10.05, 10.35 «Утро вместе» ¹²
5.30	6.30, 7.00, 8.00, 8.30, 9.30, 10.00, 12.00, 14.00, 19.00, 21.00 «Губерские новости» ¹²
11.00	18.45 «Общее дело» ¹²
11.15	«Страна чудес» ¹²
11.30	«Открытая наука» ¹²
12.15	21.30 Сериал «ЕСЕНИН» ¹⁴
14.30	«Мастер-класс» ¹²
15.15	«Актуальное интервью» ¹²
15.30	«Люди РФ» ¹²
16.30	«Собрание сочинений» ¹²
17.15	«Дель вместе» ¹²
17.15	23.15, 3.15 «Заметьте люди!» ¹²
18.15	«Наша марка» ¹²
18.30	«Золотая серия России» ¹²
19.15	21.15, 0.15, 2.15 «Формула здоровья» ¹²
19.30	20.30, 0.30, 1.30 «Вечер вместе» ¹²
20.00	1.00 Худ. фильм «ФЕВРАЛЬСКАЯ БУРЖУАЗНО-ДЕМОКРАТИЧЕСКАЯ РЕВОЛЮЦИЯ» ¹²
2.30	«Академический час» ¹²

ТВЦ

6.00	«Настроение»
8.20	«Доктор И...» ¹⁴
8.55	Худ. фильм «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА» ¹²
9.25	10.05, 13.15 Сериал «ЗОЛОТОЙ НАПКАН» ¹⁴
10.00	14.00 Военные новости
13.50	14.05 Сериал «ОХОТНИКИ ЗА КАРАВАНЯМИ» ¹⁴
18.40	Док. фильм «Из всех оружий»
19.25	«Легенды кино» ¹⁴
20.45	«Теория заговора» ¹²
21.35	«Не факт!» ¹⁴
23.15	«Процесс» ¹²
0.00	«Звезда на «Звезде» ¹⁴
1.00	Сериал «Крылья России». «Грандканские самолеты» ¹⁴
	Худ. фильм «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС» ¹⁴
10.35	Док. фильм «Александр Збруев. Небольшая перемена» ¹²
11.30	14.30, 19.30, 22.00, 0.00 «События»
11.50	Сериал «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» ¹²
13.35	«Мой герой» ¹²
14.50	«Горд новостей» ¹²
15.15	«Днище деньги. Сергей Полонский» ¹⁴
16.00	«Тайны нашего кино» ¹²
16.35	«Естественный отбор» ¹²
17.35	Сериал «ПАРФЮМЕРША» ¹²
20.00	«Петровна, 38»
20.20	«Право голоса» ¹⁴
22.30	«10 самых... Несчастные красавицы» ¹⁴
23.05	Док. фильм «Смерть на сцене» ¹²
0.30	Худ. фильм «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕТЧЫ» ¹²

ЗВЕЗДА

6.00	«Сегодня утром»
8.00	Док. фильм «Русские снайперы. 100 лет меткости» ¹²
9.00	13.00, 18.00, 23.00 Новости дня
9.25	10.05, 13.15 Сериал «ЗОЛОТОЙ НАПКАН» ¹⁴
10.00	14.00 Военные новости
13.50	14.05 Сериал «ОХОТНИКИ ЗА КАРАВАНЯМИ» ¹⁴
18.40	Док. фильм «Из всех оружий»
19.25	«Легенды кино» ¹⁴
20.45	«Теория заговора» ¹²
21.35	«Не факт!» ¹⁴
23.15	«Процесс» ¹²
0.00	«Звезда на «Звезде» ¹⁴
1.00	Сериал «Крылья России». «Грандканские самолеты» ¹⁴
	Худ. фильм «ДВА БИЛЕТА НА ДНЕВНОЙ СЕАНС» ¹⁴
2.55	Худ. фильм «КРУГ»
4.50	Док. фильм «Зеленый эмий. Тысячелетняя война» ¹⁴

КУЛЬТУРА

6.30	«Евроночь»
10.00	15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
10.15	1.55 «Наблюдатель»
11.15	Худ. фильм «ВТОРОЙ ХОР»
12.45	«Россия, любовь моя»
13.15	20.05 «Правила жизни»
13.40	Сериал «ЛЮДИ И ДЕЛЫ» ¹⁴
14.40	«Гоа. Соробы в джунглях»
15.10	«Крым. Загадки цивилизации»
15.40	«Абсолютный слух»
16.20	«Роберт Брессон и Андрей Тарковский. Диалог посредством изображений»
17.05	Концерт Берлинского оркестра филармонического оркестра «Страсти по Щедрину»
18.15	«Спокойной ночи, малыши!»
19.15	«Главная роль»
19.45	«Дело №. Отделение Николая II»
20.30	«Худсовет»
23.45	Худ. фильм «ТАЙНА «ГРАНД-ОПЕРА» ¹⁴
1.20	«Лев Нарсания. Метаморфозы любви»
1.50	Док. фильм «Кацу-Сика Хокусай»

КАРУСЕЛЬ

5.00	«Ранние пташки»
7.00	«С добрым утром, малыши!»
7.25	«Плес-класс»
7.30	«Робонар Поли и его друзья»
8.15	«Новые приключения павлика Майки»
9.15	«Театр Берлявки»
9.30	«Нетоседа Зу»
10.55	«Лентяво»
11.20	«Боб-строитель»
12.05	«Робина»
12.15	«Трансформеры. Боты-спасатели»
13.00	«Перемешан»
14.00	«Инспектор Гаджет»
14.15	18.40 «Смешарики»
15.05	«Бум Шоу»
16.00	«Свинка Пеппа»
16.30	Сериал «МГТИ И БЬЯНКА В АКАДЕМИИ МОДЫ»
16.50	«Клуб Винкс»
17.20	«DC девочки-супергерои»
18.10	«Королевская академия»
18.15	Эрмлер и Шульгин»
19.35	«Перед судом истории»
20.05	«Дело №. Отделение Николая II»
20.30	«Спокойной ночи, малыши!»
20.40	«Барбоскины»
22.00	«LBX — битвы маленьких гигантов» ¹²
22.45	«Нотариус»
0.10	«Ребятам о зверятах»
0.15	«Эм и Шарко»
1.55	Сериал «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ЛАССЕ И МАЙ»

ДОМАШНИЙ

5.30	6.30 «Домашние блюда с Дашей Оливеров» ¹⁴
7.30	«Домашняя кухня» ¹⁴
8.00	18.55, 0.00 «6 кадров» ¹⁴
8.10	«По делам несовершеннолетних» ¹⁴
11.10	«Давай разведемся!» ¹⁴
14.10	19.05 Сериал «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР — 2» ¹⁴
16.00	21.00 Сериал «НЕ ВМЕСТЕ» ¹⁴
18.00	Сериал «ДОКТОР ХАУС» ¹⁴
23.00	«Рублевое-Бирилево» ¹⁴
0.30	Сериал «НАЙДЕНЫШ-2» ¹⁴
2.25	«Женская консультация» ¹⁴

МАТЧ!

6.30	«Спортивный детектив» ¹⁴
7.30	8.55, 12.00, 14.55, 18.30 Новости
7.35	12.05, 15.00, 18.40, 1.00 «Все на Матч!»
9.00	Худ. фильм «ПАРЕНЬ-КАРИСТИ — 4» ¹²
11.05	«Бой в большом городе. Шоу продолжается» ¹⁴
12.35	Футбол. Лига чемпионов ¹⁴
14.35	19.10 «Спортивный репортер» ¹²
15.30	Смешанные единоборства ¹⁴
16.30	Худ. фильм «ТЯЖЕЛОВЕС» ¹⁴
19.30	«Наши в Лиге Европы» ¹²
20.00	«Все на футбол!»
20.50	Футбол. Лига Европы
1.30	Обзор Лиги Европы ¹²
2.00	Худ. фильм «КОЛЬЦЕВЫЕ ГОНКИ» ¹⁴

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

6.00	10.00, 12.00, 15.30, 18.30, 22.00 «Сейчас»
6.10	«Утро на «5»» ¹⁴
9.10	«Место происшествия»
10.30	Худ. фильм «ГОРОД ПРИНЯЛ» ¹²
12.30	Сериал «ОТРЯД КОЧУБЕЯ» ¹⁴
16.00	2.05 Худ. фильм «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА» ¹⁴
17.50	Сериал «ДЕТЕКТИВЫ» ¹⁴
20.25	23.15 Сериал «СЛЕД» ¹⁴
22.25	Сериал «МАЙОР И МАГИЯ» ¹⁴
0.00	Худ. фильм «ЕСЛИ БЫ Я ТЕБЯ ЛЮБИЛ...» ¹⁴

ТВ-ГУБЕРНИЯ
5.00, 6.00, 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 24.00, 25.00, 26.00, 27.00, 28.00, 29.00, 30.00, 31.00, 32.00, 33.00, 34.00, 35.00

РОССИЯ
5.00, 6.00, 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 24.00, 25.00, 26.00, 27.00, 28.00, 29.00, 30.00, 31.00, 32.00, 33.00, 34.00, 35.00

НТВ
5.10, 6.05, 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 24.00, 25.00, 26.00, 27.00, 28.00, 29.00, 30.00, 31.00, 32.00, 33.00, 34.00, 35.00

СТС
6.00, 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 24.00, 25.00, 26.00, 27.00, 28.00, 29.00, 30.00, 31.00, 32.00, 33.00, 34.00, 35.00

ТНТ-ГУБЕРНИЯ
7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 24.00, 25.00, 26.00, 27.00, 28.00, 29.00, 30.00, 31.00, 32.00, 33.00, 34.00, 35.00

REN TV
5.00, 6.00, 7.00, 8.00, 9.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 24.00, 25.00, 26.00, 27.00, 28.00, 29.00, 30.00, 31.00, 32.00, 33.00, 34.00, 35.00

ПЕРВЫЙ КАНАЛ
6.00, 6.10, 8.00, 8.40, 9.00, 9.45, 10.15, 11.20, 12.15, 13.10, 14.00, 16.10, 18.00, 18.15, 19.10, 21.00, 21.20, 23.00, 23.35, 2.05, 4.20

РОССИЯ
5.15, 7.10, 8.00, 8.20, 8.40, 8.55, 9.05, 9.20, 10.10, 11.00, 11.40, 14.20, 17.00, 18.00, 21.00, 0.50, 2.50

НТВ
5.05, 5.35, 7.25, 8.00, 8.20, 9.00, 9.25, 10.10, 11.00, 11.40, 14.20, 17.00, 18.00, 21.00, 0.20, 2.00, 3.40

СТС
6.00, 6.30, 7.00, 7.15, 7.35, 7.45, 8.00, 8.20, 8.30, 8.40, 8.50, 9.00, 9.10, 9.20, 9.30, 9.40, 9.50, 10.00, 10.10, 10.20, 10.30, 10.40, 10.50, 11.00, 11.10, 11.20, 11.30, 11.40, 11.50, 12.00, 12.10, 12.20, 12.30, 12.40, 12.50, 13.00, 13.10, 13.20, 13.30, 13.40, 13.50, 14.00, 14.10, 14.20, 14.30, 14.40, 14.50, 15.00, 15.10, 15.20, 15.30, 15.40, 15.50, 16.00, 16.10, 16.20, 16.30, 16.40, 16.50, 17.00, 17.10, 17.20, 17.30, 17.40, 17.50, 18.00, 18.10, 18.20, 18.30, 18.40, 18.50, 19.00, 19.10, 19.20, 19.30, 19.40, 19.50, 20.00, 20.10, 20.20, 20.30, 20.40, 20.50, 21.00, 21.10, 21.20, 21.30, 21.40, 21.50, 22.00, 22.10, 22.20, 22.30, 22.40, 22.50, 23.00, 23.10, 23.20, 23.30, 23.40, 23.50, 24.00, 24.10, 24.20, 24.30, 24.40, 24.50, 25.00, 25.10, 25.20, 25.30, 25.40, 25.50, 26.00, 26.10, 26.20, 26.30, 26.40, 26.50, 27.00, 27.10, 27.20, 27.30, 27.40, 27.50, 28.00, 28.10, 28.20, 28.30, 28.40, 28.50, 29.00, 29.10, 29.20, 29.30, 29.40, 29.50, 30.00, 30.10, 30.20, 30.30, 30.40, 30.50, 31.00, 31.10, 31.20, 31.30, 31.40, 31.50, 32.00, 32.10, 32.20, 32.30, 32.40, 32.50, 33.00, 33.10, 33.20, 33.30, 33.40, 33.50, 34.00, 34.10, 34.20, 34.30, 34.40, 34.50, 35.00, 35.10, 35.20, 35.30, 35.40, 35.50

ТНТ-ГУБЕРНИЯ
7.00, 7.30, 7.45, 8.00, 8.30, 8.45, 8.55, 9.00, 9.15, 9.30, 9.45, 9.55, 10.00, 10.15, 10.30, 10.45, 10.55, 11.00, 11.15, 11.30, 11.45, 11.55, 12.00, 12.15, 12.30, 12.45, 12.55, 13.00, 13.15, 13.30, 13.45, 13.55, 14.00, 14.15, 14.30, 14.45, 14.55, 15.00, 15.15, 15.30, 15.45, 15.55, 16.00, 16.15, 16.30, 16.45, 16.55, 17.00, 17.15, 17.30, 17.45, 17.55, 18.00, 18.15, 18.30, 18.45, 18.55, 19.00, 19.15, 19.30, 19.45, 19.55, 20.00, 20.15, 20.30, 20.45, 20.55, 21.00, 21.15, 21.30, 21.45, 21.55, 22.00, 22.15, 22.30, 22.45, 22.55, 23.00, 23.15, 23.30, 23.45, 23.55, 24.00, 24.15, 24.30, 24.45, 24.55, 25.00, 25.15, 25.30, 25.45, 25.55, 26.00, 26.15, 26.30, 26.45, 26.55, 27.00, 27.15, 27.30, 27.45, 27.55, 28.00, 28.15, 28.30, 28.45, 28.55, 29.00, 29.15, 29.30, 29.45, 29.55, 30.00, 30.15, 30.30, 30.45, 30.55, 31.00, 31.15, 31.30, 31.45, 31.55, 32.00, 32.15, 32.30, 32.45, 32.55, 33.00, 33.15, 33.30, 33.45, 33.55, 34.00, 34.15, 34.30, 34.45, 34.55, 35.00, 35.15, 35.30, 35.45, 35.55

REN TV
5.00, 5.20, 6.20, 8.00, 9.55, 10.40, 11.20, 12.25, 12.30, 12.35, 12.40, 12.45, 12.50, 12.55, 13.00, 13.05, 13.10, 13.15, 13.20, 13.25, 13.30, 13.35, 13.40, 13.45, 13.50, 13.55, 14.00, 14.05, 14.10, 14.15, 14.20, 14.25, 14.30, 14.35, 14.40, 14.45, 14.50, 14.55, 15.00, 15.05, 15.10, 15.15, 15.20, 15.25, 15.30, 15.35, 15.40, 15.45, 15.50, 15.55, 16.00, 16.05, 16.10, 16.15, 16.20, 16.25, 16.30, 16.35, 16.40, 16.45, 16.50, 16.55, 17.00, 17.05, 17.10, 17.15, 17.20, 17.25, 17.30, 17.35, 17.40, 17.45, 17.50, 17.55, 18.00, 18.05, 18.10, 18.15, 18.20, 18.25, 18.30, 18.35, 18.40, 18.45, 18.50, 18.55, 19.00, 19.05, 19.10, 19.15, 19.20, 19.25, 19.30, 19.35, 19.40, 19.45, 19.50, 19.55, 20.00, 20.05, 20.10, 20.15, 20.20, 20.25, 20.30, 20.35, 20.40, 20.45, 20.50, 20.55, 21.00, 21.05, 21.10, 21.15, 21.20, 21.25, 21.30, 21.35, 21.40, 21.45, 21.50, 21.55, 22.00, 22.05, 22.10, 22.15, 22.20, 22.25, 22.30, 22.35, 22.40, 22.45, 22.50, 22.55, 23.00, 23.05, 23.10, 23.15, 23.20, 23.25, 23.30, 23.35, 23.40, 23.45, 23.50, 23.55, 24.00, 24.05, 24.10, 24.15, 24.20, 24.25, 24.30, 24.35, 24.40, 24.45, 24.50, 24.55, 25.00, 25.05, 25.10, 25.15, 25.20, 25.25, 25.30, 25.35, 25.40, 25.45, 25.50, 25.55, 26.00, 26.05, 26.10, 26.15, 26.20, 26.25, 26.30, 26.35, 26.40, 26.45, 26.50, 26.55, 27.00, 27.05, 27.10, 27.15, 27.20, 27.25, 27.30, 27.35, 27.40, 27.45, 27.50, 27.55, 28.00, 28.05, 28.10, 28.15, 28.20, 28.25, 28.30, 28.35, 28.40, 28.45, 28.50, 28.55, 29.00, 29.05, 29.10, 29.15, 29.20, 29.25, 29.30, 29.35, 29.40, 29.45, 29.50, 29.55, 30.00, 30.05, 30.10, 30.15, 30.20, 30.25, 30.30, 30.35, 30.40, 30.45, 30.50, 30.55, 31.00, 31.05, 31.10, 31.15, 31.20, 31.25, 31.30, 31.35, 31.40, 31.45, 31.50, 31.55, 32.00, 32.05, 32.10, 32.15, 32.20, 32.25, 32.30, 32.35, 32.40, 32.45, 32.50, 32.55, 33.00, 33.05, 33.10, 33.15, 33.20, 33.25, 33.30, 33.35, 33.40, 33.45, 33.50, 33.55, 34.00, 34.05, 34.10, 34.15, 34.20, 34.25, 34.30, 34.35, 34.40, 34.45, 34.50, 34.55, 35.00, 35.05, 35.10, 35.15, 35.20, 35.25, 35.30, 35.35, 35.40, 35.45, 35.50

ТВ-ГУБЕРНИЯ
5.00, 6.00, 7.30, 9.00, 10.30, 16.00, 18.00, 0.00, 2.00, 5.05, 5.35, 6.05, 6.35, 7.05, 7.35, 8.05, 8.35, 9.05, 9.35, 10.05, 10.35, 11.05, 11.35, 12.05, 12.35, 13.05, 13.35, 14.05, 14.35, 15.05, 15.35, 16.05, 16.35, 17.05, 17.35, 18.05, 18.35, 19.05, 19.35, 20.05, 20.35, 21.05, 21.35, 22.05, 22.35, 23.05, 23.35, 24.05, 24.35, 25.05, 25.35, 26.05, 26.35, 27.05, 27.35, 28.05, 28.35, 29.05, 29.35, 30.05, 30.35, 31.05, 31.35, 32.05, 32.35, 33.05, 33.35, 34.05, 34.35, 35.05, 35.35

ТВЦ
6.00, 8.10, 8.45, 11.30, 14.30, 22.00, 11.30, 14.30, 22.00, 19.30, 20.40, 22.30, 0.00, 0.55, 2.45, 3.00, 3.50

ЗВЕЗДА
6.00, 6.20, 8.35, 9.00, 10.00, 18.40, 20.40, 22.40, 0.55, 2.45, 4.35, 3.50

КУЛЬТУРА
6.30, 10.00, 10.20, 11.55, 12.40, 13.10, 13.40, 14.45, 15.10, 15.40, 16.20, 17.00, 18.35, 19.45, 20.15, 21.10, 23.45, 23.50, 1.15, 1.55, 2.50

КАРУСЕЛЬ
5.00, 7.00, 7.25, 7.30, 8.10, 9.15, 9.40, 10.55, 11.10, 11.55, 14.00, 16.00, 16.50, 17.20, 18.10, 18.15, 18.50, 19.35, 20.05, 20.30, 20.40, 22.50, 0.10, 0.15, 1.55, 3.15, 3.55

ДОМАШНИЙ
5.30, 7.30, 8.10, 10.10, 18.05, 19.00, 23.05, 0.30

ТВ-ГУБЕРНИЯ
6.00, 7.30, 9.00, 5.35, 6.05, 6.35, 7.05, 7.35, 8.05, 8.35, 9.05, 9.35, 10.05, 10.35, 11.05, 11.35, 12.05, 12.35, 13.05, 13.35, 14.05, 14.35, 15.05, 15.35, 16.05, 16.35, 17.05, 17.35, 18.05, 18.35, 19.05, 19.35, 20.05, 20.35, 21.05, 21.35, 22.05, 22.35, 23.05, 23.35, 24.05, 24.35, 25.05, 25.35, 26.05, 26.35, 27.05, 27.35, 28.05, 28.35, 29.05, 29.35, 30.05, 30.35, 31.05, 31.35, 32.05, 32.35, 33.05, 33.35, 34.05, 34.35, 35.05, 35.35

ТВЦ
6.15, 6.50, 9.10, 9.40, 11.30, 11.45, 9.40, 11.30, 11.45, 11.50, 12.05, 12.20, 12.35, 12.50, 13.00, 13.15, 13.30, 13.45, 14.00, 14.15, 14.30, 14.45, 14.50, 15.00, 15.15, 15.30, 15.45, 15.50, 16.00, 16.15, 16.30, 16.45, 16.50, 17.00, 17.15, 17.30, 17.45, 17.50, 18.00, 18.15, 18.30, 18.45, 18.50, 19.00, 19.15, 19.30, 19.45, 19.50, 20.00, 20.15, 20.30, 20.45, 20.50, 21.00, 21.15, 21.30, 21.45, 21.50, 22.00, 22.15, 22.30, 22.45, 22.50, 23.00, 23.15, 23.30, 23.45, 23.50, 24.00, 24.15, 24.30, 24.45, 24.50, 25.00, 25.15, 25.30, 25.45, 25.50, 26.00, 26.15, 26.30, 26.45, 26.50, 27.00, 27.15, 27.30, 27.45, 27.50, 28.00, 28.15, 28.30, 28.45, 28.50, 29.00, 29.15, 29.30, 29.45, 29.50, 30.00, 30.15, 30.30, 30.45, 30.50, 31.00, 31.15, 31.30, 31.45, 31.50, 32.00, 32.15, 32.30, 32.45, 32.50, 33.00, 33.15, 33.30, 33.45, 33.50, 34.00, 34.15, 34.30, 34.45, 34.50, 35.00, 35.15, 35.30, 35.45, 35.50

ЗВЕЗДА
5.25, 7.05, 9.00, 9.15, 9.40, 11.30, 11.45, 9.40, 11.30, 11.45, 11.50, 12.05, 12.20, 12.35, 12.50, 13.00, 13.15, 13.30, 13.45, 14.00, 14.15, 14.30, 14.45, 14.50, 15.00, 15.15, 15.30, 15.45, 15.50, 16.00, 16.15, 16.30, 16.45, 16.50, 17.00, 17.15, 17.30, 17.45, 17.50, 18.00, 18.15, 18.30, 18.45, 18.50, 19.00, 19.15, 19.30, 19.45, 19.50, 20.00, 20.15, 20.30, 20.45, 20.50, 21.00, 21.15, 21.30, 21.45, 21.50, 22.00, 22.15, 22.30, 22.45, 22.50, 23.00, 23.15, 23.30, 23.45, 23.50, 24.00, 24.15, 24.30, 24.45, 24.50, 25.00, 25.15, 25.30, 25.45, 25.50, 26.00, 26.15, 26.30, 26.45, 26.50, 27.00, 27.15, 27.30, 27.45, 27.50, 28.00, 28.15, 28.30, 28.45, 28.50, 29.00, 29.15, 29.30, 29.45, 29.50, 30.00, 30.15, 30.30, 30.45, 30.50, 31.00, 31.15, 31.30, 31.45, 31.50, 32.00, 32.15, 32.30, 32.45, 32.50, 33.00, 33.15, 33.30, 33.45, 33.50, 34.00, 34.15, 34.30, 34.45, 34.50, 35.00, 35.15, 35.30, 35.45, 35.50

КУЛЬТУРА
6.30, 10.00, 10.35, 12.55, 13.25, 13.50, 14.45, 17.00, 17.30, 18.25, 19.20, 20.40, 21.10, 23.00, 23.40, 1.45, 2.50

КАРУСЕЛЬ
5.00, 5.55, 6.00, 7.00, 7.30, 8.30, 9.40, 10.00, 10.45, 11.30, 12.00, 13.50, 16.00, 16.45, 17.00, 18.25, 19.20, 20.40, 21.10, 23.00, 23.40, 1.45, 2.50

ДОМАШНИЙ
5.30, 7.30, 8.15, 9.45, 13.20, 18.05, 19.00, 23.00, 0.30, 2.15

МАТЧ!
6.30, 7.30, 7.35, 9.00, 9.30, 14.00, 14.20, 14.40, 15.00, 15.55, 18.30, 20.10, 21.10, 23.45, 1.30, 3.30, 4.00, 5.45

ПЯТЫЙ КАНАЛ
6.00, 6.10, 9.10, 10.40, 15.40, 19.00, 1.40, 4.30

ТВ-3
6.00, 7.00, 10.30, 11.30, 13.30, 15.00, 18.00, 20.00, 22.00, 0.00, 2.30, 4.30

ЧЕ
6.00, 7.00, 9.55, 12.20, 14.30, 19.30, 21.30, 23.15, 3.00

2X2
6.00, 6.45, 8.05, 8.30, 8.35, 9.50, 12.05, 12.35, 16.10, 17.30, 22.45, 23.10, 23.45, 0.10, 0.35, 1.30, 3.45

ПЯТНИЦА
6.00, 6.30, 7.30, 9.30, 12.00, 20.00, 23.00, 1.50, 0.00, 2.00, 2.30, 4.00

МАТЧ!
6.30, 7.30, 7.35, 8.15, 9.25, 13.00, 14.05, 16.00, 19.55, 20.55, 0.00, 2.00, 2.30, 4.00

ПЯТЫЙ КАНАЛ
6.10, 6.30, 7.00, 10.30, 12.15, 14.45, 16.45, 19.00, 21.30, 23.15, 0.30, 5.00

ТВ-3
6.00, 7.00, 10.30, 12.15, 14.45, 16.45, 19.00, 21.30, 23.15, 1.15, 5.00

ЧЕ
6.00, 7.00, 7.30, 9.30, 14.30, 16.30, 18.20, 20.15, 22.25, 0.35, 2.45

2X2
6.00, 6.45, 8.30, 10.40, 11.10, 12.10, 14.25, 21.21, 23.10, 23.40, 4.15

ПЯТНИЦА
6.00, 7.30, 9.30, 12.00, 13.00, 16.00, 19.00, 22.00, 23.00, 1.00, 3.10

ПЕРВЫЙ КАНАЛ // 1.55
«ОН, Я И ЕГО ДРУЗЬЯ»
Молли и Карл наконец-то поженились, правда, семейная жизнь у них не заладилась с самого первого дня...

ТВ-3 // 20.00
«ОТ КОЛЫБЕЛИ ДО МОГИЛЫ»
Грабитель и секретный агент объединяют усилия в борьбе против банды гангстеров. В центре сюжета — черные алмазы из Тайваня...

СТС // 12.05
«СМУРФИКИ»
По сюжету, спасаясь от злого волшебника Гаргамеля, крошечные смурфики оказываются за пределами родной деревни...

ТНТ-ГУБЕРНИЯ // 17.00
«ДРУГОЙ МИР: ВОССТАНИЕ ЛИКАНОВ»
Молодой ликан Люциан — лидер, сплотивший оборотней, чтобы выступить против короля вампиров...

7 ПЕРВЫЙ КАНАЛ
5.30, 6.10 «Наедине со всеми»
10.00, 12.00 Новости
Худ. фильм «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ»

РОССИЯ РОССИЯ-1
5.00 Сериал «ЧОКНУТАЯ»
7.00 Мульт-тро. «Маша и Медведь»
8.20, 8.30 «Сам себе режиссер»

НТВ
5.15 Сериал «АГЕНТ ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
7.00 «Центральное телевидение»
8.00, 10.00, 16.00 «Сегодня»

СТС
6.00, 6.10 «Ералаш»
Худ. фильм «СМУРФИКИ»
Мультипликация «Да здравствует король Джулиан!»

ТНТ-ГУБЕРНИЯ
*7.00 «Полицейский вестник»
*7.15 «Адрес истории»
*7.30 «Формула здоровья»

REN TV
5.00 «Территория заблуждений»
6.45 Худ. фильм «ПРЕСТИЖ»

ТВ-ГУБЕРНИЯ
5.00 «Утро вместе»
10.30 «Звездное интервью»
10.45 «Страна чудес»

ТВЦ
6.30 Худ. фильм «БЕЗБИЛЕТНАЯ ПАССАЖИРКА»
7.55 «Фактор жизни»
8.25 «Короли эпизода. Роман Филиппов»

ЗВЕЗДА
6.00 Док. фильм «ВМФ СССР. Хроника Победы»
7.00 Худ. фильм «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ»»

КУЛЬТУРА
6.30 «Евровьюс»
10.00 «Обыкновенный концерт»
10.35 Худ. фильм «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО»

КАРУСЕЛЬ
5.00 «Мишкины рассказы»
5.55 «Плюс-класс»
6.00 «Приключения Хелло Китти и ее друзей»

ДОМАШНИЙ
5.30, 6.30 «Домашние блюда с Джейми Оливером»
18.15 «Маша и Медведь»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»

МАТЧ! МАТЧ!
6.30 Профессиональный бокс
8.55, 12.00, 13.05, 14.45, 18.25 Новости

ПЯТЫЙ КАНАЛ
9.05 «Маша и Медведь»
7.30 «Машины сказки»
10.00 «Сейчас»

ТВ-3
6.00, 8.00, 5.45 Мультфильмы
7.30 «Школа доктора Комаровского»

ЧЕ
6.00, 3.55 «100 величии»
7.30 Мультфильмы

2X2
6.00 Русские мультфильмы
6.45, 13.55 Мультфильмы

ПЯТНИЦА
6.00, 8.30 Мультфильм «Том и Джерри»
7.30 «Школа доктора Комаровского»

СТС // 23.05
«КНИГА ИЛАЯ»
После мировой катастрофы Америка превратилась в выжженную пустыню.



ТВ-ГУБЕРНИЯ // 23.15
«БАНДИТКИ»
Мексика, 1888 год. Две очаровательные налетчицы — образованная европейка и грубоватая мексиканка



...Зоя Леденева в свои 78 лет вполне может написать роман о собственной жизни, который наверняка будет иметь большой успех.

В юности она занималась прыжками в воду, получила тяжелую травму — перелом позвоночника в трех местах — и пять лет была прикована к постели. Позже Зоя пережила трагическую гибель мужа, трижды теряла имущество в двух пожарах и потопе, испытывала на Камчатке первый советский луноход.



БАБА-ИОГА

ПЕНСИОНЕРКА ИЗ БОБРОВА СТАВИТ НА НОГИ СВОИХ РОВЕСНИКОВ ИОГУ, ДИЕТАМИ И СКАНДИНАВСКОЙ ХОДЬБОЙ

Школа здоровья

Уйдя на пенсию в родном Боброве, Зоя Леденева открыла свою школу здоровья — вела в бассейне аквааэробику для куда более молодых дам, чем она сама.

В общем, бобровскую бабу-йогу трудно заставить в родном городе, а ее податливость, осанка и непрямая улыбка сегодня служат лучшей рекламой той жизни, которую ведет сама Зоя Леденева.

Для журналистов «Семерочки» Зоя Николаевна нашла время, чтобы рассказать, как пенсионеры могут максимально продлить свой век за счет правильного питания и дозированных физических нагрузок.

Рацион для тонуса

По словам Зои Николаевны, каждое утро обязательно надо начинать с питья натощак за полчаса до завтрака одного-двух стаканов воды, которая должна быть не кипяченой, а сырой, чуть подогретой — примерно до +40°C (в Воронеже это должна быть вода не из-под крана, а та, что продается в баклажках).

Без «белой смерти»

Зоя Леденева советует сахар не есть вообще, заменяя его медом. Если не получается, то отдавайте предпочтение неочищенному тростниковому сахару: он менее вреден. Одна ложка обычного (свекловичного) сахара на два часа снижает иммунитет организма.

Устройство для заряда

Но не только питание позволяет пенсионерам держать себя в тонусе. Правильные физические нагрузки не менее важны. Каждое утро начинайте с легкой разминки прямо в постели, — советует Зоя Леденева.

МЕНЮ ОТ ЗОИ ЛЕДЕНЕВОЙ

Завтрак
Любая каша (она идеально от заборов) на воде (не на молоке!) — ячневая, тыквенная, овсяная, гречневая.

Обед
Обязательно любые супы на легком бульоне (это опять же улучшает стул, с которым у пенсионеров часто бывают проблемы).

Ужин
Идеально подойдет кусочек отварной курицы или индейки с овощами. Желателен еще и творог.

В секции Зои Леденева сегодня занимаются и ее ровесники, и «молодежь». Виктору Камелягину 82 года, у него варикоз, тем не менее он подсел на скандинавское диво...
— Свои 6 тыс. шагов я обязательно выхожу, — гордо заявляет он, усоря темп. — Ноги стали заметно крепче, хвори куда-то делись...
Раисе Кадниковой 67 лет, в секции она всего полгода.
— Если пропуская тренировку, то уже чего-то явно не хватает, — говорит она.
Ирина Селиванова — самая молодая в секции, ей всего 47 лет, хотя она уже бабушка.
— У Зои Николаевны очень мощная энергетика, — уверена она, — от нее прямо исходят сила и уверенность. Я молже не на 31 год, но заряд бодрости и энергии получаю от нее каждый раз. Тонус совсем другой для жизни становится.

ПОСТНО И ВКУСНО

В этом году Великий пост начался 27 февраля и продлится до 15 апреля. В это время православные верующие не употребляют в пищу мясо, молочные продукты, яйца, алкоголь. Рыба допускается только дважды за время поста — на праздник Благовещения, который в 2017 году празднуется 7 апреля, и на Вербное воскресенье — 9 апреля. Корреспонденты «Семерочки» попросили воронежцев рассказать о своих любимых постных рецептах. И оказалось, что постная пища — не однообразная. Существует много постных блюд, которые могут порадовать даже настоящих гурманов.



КАК РАЗНООБРАЗИТЬ РАЦИОН ПОСТЯЩЕМУСЯ ЧЕЛОВЕКУ

РОЛЛЫ ВМЕСТО БУТЕРБРОДОВ

Серафим ДУБАНОВ,

диакон, основатель мужского хора «Символ веры»



— Расскажу о постном завтраке. Раньше мне жена на завтрак делала бутерброды, теперь тоже делает, только постные и в виде роллов, они даже вкуснее, чем простые бутерброды. Берем тонкий лаваш, намазываем постной крем-пастой с крилем (морские рачки), так как в пост допускается употребление бесхребетных морских жителей: креветок, раков, крабов, кальмаров. Кладем дольку огурца, крабовую палочку и корейскую морковку, заворачиваем. Лучше это сделать с вечера, лаваш пропитывается крилем и утром становится мягче.

Также мы любим готовить постные голубцы. Отвариваем рис и капусту. После рис выкладываем на сковородку к слегка обжаренным грибам, луку, морковке и вместе обжариваем. Соль и специи по вкусу. Снимаем капустные листья и заворачиваем в них начинку. Завернутые голубцы обволакиваем в муке и обжариваем на сковороде с двух сторон на растительном масле.

КАБАЧОК — ВСЕМУ ГОЛОВА

Наталья ДАШКОВА,

журналист



— Я очень люблю постную закуску из кабачков и баклажанов. Готовлю ее даже не в постные дни.

Для своего рецепта я беру два баклажана, два кабачка, один болгарский перец, одну луковицу, любые грибы; чеснок и томатную пасту добавляю по желанию. Все это обжаривается на сковороде. Еще я всегда стараюсь добавлять много зелени, но это тоже дело вкуса каждого. Готовую закуску подаю к картофельному пюре или рису.

На десерт в пост мне нравится готовить блюдо на основе мюсли. Добавляем в них мед, любые дробленые орехи, изюм и другие по желанию сухофрукты. Нужно, чтобы получилась однородная масса, которую перекладываем в противень. Ставим в духовку на низкую температуру, блюдо должно подсушиваться, следите, чтобы не начало подгорать. После остужаем, режем на кусочки и употребляем с чаем, киселями, морсами.

ПОМИДОРНЫЕ ПЕЧЕНЬЯ

Арсения,

монахиня Задонского монастыря



Долгое время в монастыре я несла послушание на пекарне. Мы готовили хлеб, булочки, печенье. В пост асортимент не уменьшался, только вместо сдобного печенья мы делали постные. Например, многим нравилось печенье на помидорном рассоле. Нам потребуется один стакан помидорного, если нет, можно огуречного, рассола. Один стакан сахара, половина стакана растительного рафинированного масла, три-четыре стакана муки, одна чайная ложка соды или разрыхлителя.

Готовим так: в рассол выливаем масло, высыпаем сахар. Высыпаем муку и разрыхлитель. Замешиваем тесто. Оно должно получиться мягким, не липнуть к рукам. Накрываем тесто полотенцем и оставляем его на 20 минут при комнатной температуре.

После скатываем из теста колбаску и режем тесто на одинаковые кусочки, придаем форму кружков. Выпекаются при температуре 170–190 градусов около 15 минут.

ГРИБНОЙ ПЛОВ

Сергей ХВАТИКОВ,

президент Воронежского областного клуба интеллектуальных игр «Афина»



— Один из моих любимых постных рецептов — плов с грибами. Жарим до упаривания на сковороде на растительном масле 1 кг овощей, солим. Лук среднего размера режем полукольцами и обжариваем до слабо-розовой корочки. Двумя моркови нарезаем небольшими брусочками и добавляем к луку, слабо поджариваем. Далее берем два 200-граммовых стакана длиннозернистого риса, тщательно промываем его и выкладываем на сковородку с грибами, луком и морковью. Далее учитываем, что в отличие от традиционного плова здесь все ингредиенты сразу нужно перемешивать. Добавляем две чайные ложки барбариса, его нужно заранее вымочить в воде,

полторы чайной ложки красного перца, полторы столовые ложки мелкой соли. Полученную смесь заливаем водой, чтобы она скрылась под жидкостью. Ставим на плиту без крышки, после закипания уменьшаем огонь до минимума.

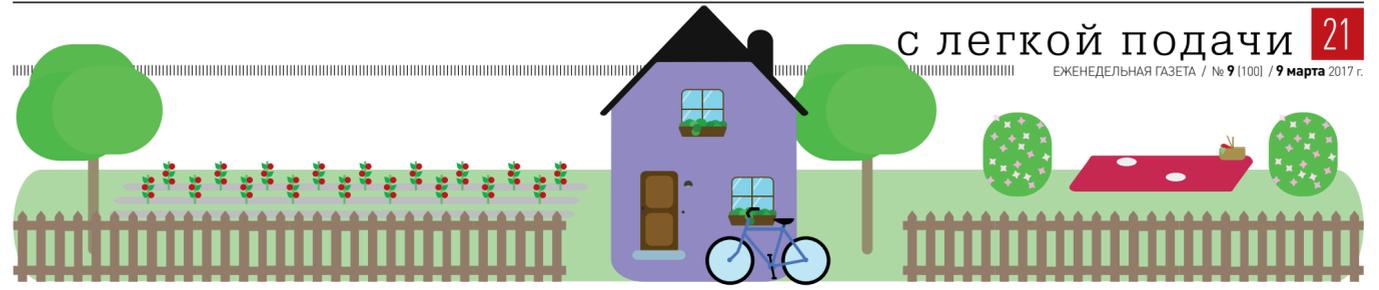
Еще один рецепт такой. В казан или кастрюлю с толстым дном наливаем масло. Выкладываем слоями грибы, лук, морковь, помидор, перец, картофель, баклажан, петрушку. Каждый слой по немногу солим. Закрываем плотной крышкой и готовим на маленьком огне 50 минут, крышку на протяжении этого времени не открываем. Готовность проверяем по картофелю. Если он готов, значит, готово все блюдо.

ОТ АВТОРА

ЧЕЧЕВИЦА — ЧЕЧЕВИЦА

Недавно наша семья открыла для себя чечевицу. Считается, что это один из самых полезных представителей бобовых. Из нее можно готовить супы, каши, гарниры. Недавно я приготовила чечевичные оладьи. И они пошли в нашей семье на ура.

Для этого блюда потребуется половина стакана мелкорубленной чечевицы, шесть столовых ложек пшеничной муки. В непостные дни можно заменить две ложки муки одним яйцом. По несколько веточек петрушки и укропа, два зубчика чеснока, половина луковицы, соль, черный молотый перец по вкусу. Чечевицу необходимо сварить. Готовится она примерно 15–20 минут. В блендере смешать зелень, чеснок, лук, готовую чечевицу, соль, перец. В полученную смесь добавить муку, консистенция должна быть густой, чтобы оладьи не разваливались на сковороде. В непостные дни такие оладьи хорошо подавать со сметаной, в постные можно использовать кетчуп или южные соусы на основе граната, абрикосов, киви.



Середина марта — самое время для посадки семян томатов на рассаду. Чтобы получить ранний урожай перцев и баклажан, надо было посеять их семена еще в конце февраля. А огурцы на рассаду сеют в середине апреля. О том, как правильно выбрать и посеять семена, читателям «Семерочки» рассказал Сергей Яковлевич Мухортов — кандидат сельскохозяйственных наук, доцент кафедры плодородия и овощеводства Воронежского государственного аграрного университета имени императора Петра I.

Как выбирать семена?

Что вырастет из крошечного семечка, станет понятно, когда растение принесет плоды. Поэтому покупать семена нужно только в проверенных семенных магазинах, которые пользуются хорошей репутацией у огородников. Это не дает стопроцентной гарантии, но шансы, что семена в пакете соответствуют заявленному сорту или гибриду, все же выше.

Также можно попробовать напрямую связаться с производителями семян и узнать, есть ли возможность приобрести семенной материал у них.

Сорта или гибриды?

Сорт — растение с определенным набором признаков, отобранное методом селекции. Семена сортовых растений сохраняют все родительские качества, а значит, их можно собирать и размножать растения из года в год.

Гибрид получают, скрещивая несколько родительских сортов для получения нужных признаков. Эту работу производители семян проводят ежегодно, поэтому такой материал стоит дороже. Собирать из плодов и сеять семена гибридов бесполезно, они не дадут хорошего урожая. Гибриды при покупке можно вычислить по надписи «F1» на пакетике рядом с названием.

Одни огородники предпочитают гибриды, другие — сорта. Гибриды более устойчивы к заболеваниям, как правило, отличаются лучшей урожайностью, их плоды вырастают более ровными по размеру и форме. В то же время многие огородники считают, что, например, сортовые томаты вкуснее гибридных, а сами растения легче переживают неблагоприятные условия среды.

Огурцы лучше все-таки выбрать гибридными, так как сортовые легче поражаются ложной мучнистой росой (пероноспорозом), а это заболевание в настоящее время практически невозможно уничтожить никакими препаратами.

ЧТО ПОСЕЕШЬ...

Семь вопросов о семенах

Томаты — низкорослые или высокорослые?

Низкорослые (детерминантные) растения — самые скороспелые, но менее урожайные. Высокослые (индетерминантные) дают больше урожая, но позже созревают. Высокие побеги необходимо подвязывать. Если вы хотите получить более ранний урожай индетерминантных помидоров, то возраст рассады должен быть больше, а значит, сеять семена нужно раньше. От посева семян до высадки рассады должно пройти не менее 60 дней (для получения ранней продукции), для индетерминантных — до 90 дней.

Всплывет или утонет?

Чтобы проверить качество семян томата, погрузите их в 3%-ный раствор соли и размешайте, чтобы как следует смочить. Качественные семена с большей удельной массой утонут, легкие — всплывут. Если плавает меньше 10% семян, вам досталась хорошая партия. Перед посадкой не забудьте смыть соль.

Правда, этот метод не подходит для семян огурцов: их трудно промочить, поэтому, как правило, все они плавают на поверхности.

Как обработать семена перед посадкой?

Семена могут быть поверхностно инфицированы, поэтому перед посадкой их желательнее поместить на 20 минут в 1%-ный раствор марганцовки (из расчета 10 г на литр воды). Затем промыть в чистой воде.

Предварительно можно прорастить семена. Тогда вы точно будете уверены, какие из них дадут всходы, да и развиться они будут быстрее.

Положите на блюдечко немного ваты, сверху марлю, а на нее семена. Увлажните вату и прикройте блюдечко пленкой, чтобы влага не испарялась. Когда семена прорастут, посадите их в землю.

Ящик или горшочек?

Очень важно при высадке рассады в открытый грунт или теплицу максимально сохранить ее корни. Тогда растение приживается быстрее, развивается лучше и раньше дает урожай.

Конечно, сеять в ящик удобнее, но извлечь из него рассаду без повреждения корней очень сложно. Многие огородники стараются выкапывать стебель с большим комом земли, но мел-

кие корешки все равно повреждаются. Поэтому лучше сеять каждое семечко (или два) в отдельную емкость. Горшечная рассада не теряет времени на восстановление.

Можно использовать как торфяные горшочки, так и самодельные — из газеты. Сделать такой горшок очень просто. Обрежьте пластиковую полуторговую бутылку, чтобы получился стаканчик высотой 12 см. Наполните его грунтом. Затем возьмите двойной газетный лист, оберните стакан и запакуйте сверху так, чтобы получилось дно. Переверните конструкцию и вытащите пластиковый стаканчик, грунт останется в горшке из газеты. В него можно сеять семена, а потом выросшее растение, не освобождая от бумаги, высаживать на грядку: влажная размякшая газета не будет препятствием для корней.

Горшочки с посеянными во влажный грунт семенами закройте пленкой до появления всходов.

Какой грунт выбрать?

Почва нужна плодородная. Нельзя использовать землю с огорода: она может стать источником заболеваний. Можно купить грунт в магазине, но он, как правило, торфяной, кислый. Хорошо бы добавить в него дерновой земли — из-под многолетних злаков, и песка, но речного, а не карьерного. Но это возможно, только если вы заготовили все необходимое еще с осени. В крайнем случае, подойдет и магазинная земля.

«СЕ-МЕРОЧКА» НАЧИНАЕТ НОВУЮ РУБРИКУ «С ЛЕГКОЙ ПОДАЧИ», ГДЕ БУДЕТ ПОМОГАТЬ ЧИТАТЕЛЯМ ОБУСТРАИВАТЬ ЗАГОРОДНЫЙ БЫТ



Из всей плеяды зимних видов спорта в регионе в последние годы стабильно высокий уровень показывает лишь бобслей. Дмитрий Степушкин — участник четырех Олимпиад и многократный призер и победитель международных стартов. Однако помимо Степушкина в состав сборной страны регулярно попадают подопечные заслуженного тренера России Бориса Рузина. Корреспондент «Семерочки» разобрался, какие перспективы у этого вида спорта и насколько сложно подготовить профессионального бобслеиста сегодня.



БОБ С НАМИ

Энтузиазма ради

После распада Союза бобслей в России стали оживать лишь в 1998 году усилиями бывшего члена сборной Валерия Лейченко.

— Бобслей решили возродить, по сути, два энтузиаста — вернувшийся из США Валерий Лейченко и Олег Сухорученко, кстати, наш земляк, долгое время живший в Павловске. Бывших саночников брали в качестве пилотов, а разгоняющих искали среди легкоатлетов, — рассказывает Борис Рузин, параллельно тренирующий легкоатлетов. — В 2001 году меня вызвали в областной спорткомитет, и тогдашние директор Школы высшего спортивного мастерства Евгений Узберг и глава управления Павел Брягунов попросили взять к себе двух спортсменов, оставшихся без тренеров, — ими были Дмитрий Степушкин и Наталья Иващенко. Я руководству отказывался не стал и взял ребят к себе. Так и начал помогать бобслеистам в подготовке.

Отношение к бобслею было настолько хорошим, что в 2002 году на стадионе «Динамо» сделали специальные разгонные рельсы и потом несколько раз проводили там чемпионат страны по боб-старту (соревнования в стартовом разгоне. — «Семерочка»). Позже в сборную попали еще два ученика Рузина — Елизавета Сысова и Александр Щербаков, ставшие в итоге мастерами спорта международного класса.

Курортная история

Одной из основных проблем бобслея остается его абсолютная немассовость. Вид этот был и остается финансово затратным, причем не только для конкретных спортсменов, но и для всероссийской федерации бобслея.

Во-первых, техника для прохождения дистанции и прочая экипировка стоят очень больших денег. Во-вторых, чрезвычайно мало бобслейных трасс, да и сделаны они почти повсеместно в курортных местах, соответственно, там очень дороги проживание и питание. В-третьих, много средств уходит на аренду бобслейных трасс. Сегодня в России есть две заставки, где ведется основная подготовка, — в Парамозово (Московская область) и в Сочи.

Правда, есть небольшие подготовительные базы для бобслея. Например, в Павловске, где по инициативе Олега Сухорученко более десяти лет назад была открыта специальная разгонная установка. Там же долгое время на постоянной основе проводились сборы и тренировки основного состава страны. Сегодня трассу в Павловске используют в летний — подготовительный — период команды из регионов, которые не проходят в сборную России.

Проблема с трассами была всегда. В какой-то период сборная не вылезала из Латвии, где проводился чемпионат России, — сетует Рузин. — Но сейчас чаще всего проблемы у нас появляются из-за того, что вид спорта зимний, а финансирование составляет в декабре-январе, из-за чего очень сложно что-то планировать насчет подготовки.

Кроме того, в бобслее высока травмоопасность, и для детей дорога в этот вид спорта, по сути, закрыта. Сегодня разрешено заниматься с 16 лет, раньше это было только с 18, а в юниорах здесь выступают до 26 лет.

Но, хотя бобслей и сопряжен с риском — скорость боба на трассе может превышать 100 км/ч, — желающих заниматься им меньше не становится. В состав сборной страны входят десять человек, часть из них выступает параллельно зачетом.

Бобслей остается в регионе единственным видом спорта, в котором из 14–15 действующих спортсменов большинство входят в основную команду страны. Так, на завершившемся 26 февраля чемпионате мира в Кенигсзее Андрей Лылов — еще один воспитанник Бориса Рузина — занял восьмое место в заездах «четверок».

Гоняют деньги

Держаться российскому бобслею удается только за счет государства. На Западе, в той же Германии, команды выступают за спортивные клубы, которые занимаются поиском средств для тренировок и выступлений. Помогают только на Олимпиадах. Спонсорская помощь у нас исходит опять же от государства.

— Приглядитесь к иностранным командам. Все их бобы и комбинезоны завешаны лейблами. Буквально каждый сантиметр формы расписан. А у наших сборников на груди красуется лишь название одной топливной компании. Тем более боб — шутная работа. В мире есть всего с десяток фирм, изготавливающих их. Технологии производства почти как у самолетов, стоимость «двойки» начинается от 40 тыс. евро, а за самую дорогую «четверку» придется отдать около 120 тыс. евро. Коньки для боба, которые также делают по индивидуальному заказу, тоже дорогие, — говорит Борис Рузин.

Подготовкой бобслеистов в Воронеже занимается СДЮСШОР №5. Под это дело даже организована областная федерация, однако пока поддержки от всероссийской федерации мало, ведь деньги на регионалов не выделяются. Хотя результаты показывают регулярно, и в первую очередь — благодаря упорству и отваге спортсменов и тренеров, таких как Борис Рузин и Дмитрий Степушкин.

КТО И КАК РАЗВИВАЕТ БОБСЛЕЙ В ВОРОНЕЖЕ

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

ОПЫТ И СПЕЦИФИКА



Дмитрий СТЕПУШКИН, заслуженный мастер спорта по бобслею, обладатель Кубка мира

— В бобслеи всегда приходят уже подготовленные спортсмены. И здесь важно, чтобы было понимание процесса тренировок, ведь в бобслее много специальной работы. Обычный тренер по легкой атлетике не сможет научить спортсмена толкать боб, для этого тоже нужен опыт и понимание техники. При этом тренироваться и держать себя в форме приходится круглый год. Много здесь решает устойчивость к травмам. Бывало, что, получив

травму, я на следующий день опять выходил на старт — видно, все решал адреналин. Главное — перебороть в себе страх, иначе смысла продолжать заниматься бобслеем я не вижу. Из-за этого и поток людей достаточно большой. Но и спортивных должностителей здесь очень ценят. Правда, логика здесь проста: пока ты на подиуме — ты в сборной, как только переставешь показывать результат — уступишь место другому.

подготовили: Василий ТУЛУПОВ // Андрей АРХИПОВ, архив Федерации бобслея России (ФОТО)

«ЗЛОБА» НЕДЕЛИ ОТ ИВАНА АНЧУКОВА

НАША СЛУЖБА И ОПАСНА...



Следователи возбуждали уголовное дело в отношении 36-летнего мужчины, избившего двух женщин-полицейских



На прошлой неделе две женщины-полицейские пришли в квартиру дома, расположенного на улице Первомайской в Нововоронеже, где должны были осуществить привод 36-летней женщины, состоящей на профилактическом учете в подразделении по делам несовершеннолетних. После профилактической беседы инспекторы предложили женщине проехать с ними на заседание комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав.

Однако ситуация явно не устроила 36-летнего сожителя барышни, который начал бить сотрудниц МВД кулаками по голове и другим частям тела, а также высказывать угрозы в адрес женщин. Остановила дебошира прибывшая на место происшествия следственно-оперативная группа.

Вот такой совсем не весенний «подарок» получили девушки-полицейские в преддверии первого праздника весны. Действительно, трудна и опасна служба сотрудников МВД вне зависимости от пола.

СКАНВОРД

АМЕРИКАНСКИЙ ШТАТ					КЛОУН ПО СТАРИНКЕ	ХОЗЯЙСКОЕ КЛЕЙМО, ВЫЖЖЕННОЕ НА ТЕЛЕ КОРОВЫ	КАРТЫ С СЕРДЕЦКОМ	... ГРИЦА-ЦВЕТА
ГЕРОЙСКАЯ ПОПЛЯРНОСТЬ	СПУТНИК ЖИЗНИ	ЗВУЧАЩАЯ ПОПЛЯРКА К «МЕРСЕДЕСУ»	ГОРЬКОВСКИЙ ЧУДРА ПО ИМЕНИ	ОТЛУЧЕНИЕ ОТ ЦЕРКВИ В ХРИСТИАНСТВЕ				
		ПЕВИЦА ШАВРИНА В ДЕТСТВЕ				... НЕСМЕЯНА	ГЛАВА ЦЕРКОВНОГО ОКРУГА	БОГАН-ВЫСКОЧКА
СОЗДАЛ ТЕОРИЮ ЯДЕР	ЯДОВИТЫЙ ГАЗ С _N			ВИЗАВИ КАТОДА				
ВАХ ВАРЕНАЯ ФАСОЛЬ	ЖИВАЯ ШПАРТАЛКА В ТЕАТРЕ	ДУНАЙ НА АНТИЧНЫХ КАРТАХ		ДОБРОЕ МУЛТАШНОЕ ПРИВИДЕНИЕ	МАКОВОЕ МОЛОЧКО			
		ПАРАД... В ЦИРКЕ	ПЕРИОД ПРАВЛЕНИЯ ПРЕЗИДЕНТА		РЕКЛАМА БУДУЩЕЙ ПРЕМЬЕРЫ		«ГАЗИРОВАННЫЙ» ОРЕХ	ПУШИСТОЕ САХАРНОЕ КУШАНИЕ
ГОЛОСИСТАЯ САФИНА	МЯСО ИЗ МЯСОРУБИ		БОРИСОВА С ТЕЛЕЭКРАНА	НИКОЛАЙ СПЕВШИЙ ПЕСНЮ «ПАРАНОИЯ»				
ИМЯ ЭКСПРЕДИЕНТА КЛИНТОНА		КАЖДАЯ ИЗ ЗВЕЗД НА АМЕРИКАНСКОМ ФЛАГЕ			ШЕРШАВАЯ У ДЕРЕВА			
БОРОДАТЫЕ ДУМЦЫ ПРИ ЦАРЕ	ДЕРЕВО, ВОКРУГ КОТОРОГО ПЛЯШУТ		ФЛОИДЫ ОТ ГРЕЛКИ	ПЕРИОД КАМЕННОГО ВЕКА			ЧИНОВНИК ИЗ СТАМБУЛА В ПРОШЛОМ	
		БАРРИКАДА ИЗ ЛЬДИН						

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В № 8

По горизонтали: СВИСТОПЛЯСКА — РУЛЕТ — КАЛИЙ — СКОК — МАТА — АРЛЕКИН — ПЕНС — АЛАН — ПИЗА — ДУМА — СУШИ — ТРЕП — БЛИК — СЛЕД — ЦЕНА — СЛОМ — КУЛИ — КАТЯ — АДОНИС — ВОЛКА — ОПУС — ПАЕК

По вертикали: ПЕТРОВ — ИРЛАНДЕЦ — СУПЕС — ТАЙМ — АБАКА — ПАСТА — КАЛЛИСТО — КЛЯП — СЕКАНС — УРМАС — АРАЛ — ЕПИСКОП — ШЛАКИ — ЛУНА — ИЗДЕЛИЕ — ТИНА — ДИСК

ЧЕТВЕРГ 9 МАРТА	ПЯТНИЦА 10 МАРТА	СУББОТА 11 МАРТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ 12 МАРТА	ПОНЕДЕЛЬНИК 13 МАРТА	ВТОРНИК 14 МАРТА	СРЕДА 15 МАРТА
НОЧЬЮ +1°C ветер южный 4-6 м/с	НОЧЬЮ +2°C ветер западный 2-4 м/с	НОЧЬЮ +3°C ветер южный 2-4 м/с	НОЧЬЮ +2°C ветер юго-зап. 2-4 м/с	НОЧЬЮ +3°C ветер сев.-вост. 1-3 м/с	НОЧЬЮ 0°C ветер восточный 1-3 м/с	НОЧЬЮ -1°C ветер юго-вост. 2-4 м/с
ДНЕМ +6°C ветер южный 8-10 м/с	ДНЕМ +8°C ветер юго-зап. 2-4 м/с	ДНЕМ +8°C ветер западный 2-4 м/с	ДНЕМ +5°C ветер южный 3-5 м/с	ДНЕМ +5°C ветер юго-зап. 1-3 м/с	ДНЕМ +4°C ветер восточный 1-3 м/с	ДНЕМ +5°C ветер восточный 2-4 м/с

реклама

ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ

ОПЕРАТИВНАЯ
ДОСТАВКА ГРУЗОВ

по территории Воронежской области
автомобилями **Fiat Ducato**
грузоподъемностью до **1,5** тонны



тел./факс **+7(473) 235-52-82**,
тел. **+7 (473) 235-52-21**

Реклама

ГЛАЗНАЯ КЛИНИКА №1
г. Воронеж, ул. Шишкова 99, тел.: 235-92-47

✓ лечение катаракты (замена хрусталика)
✓ лазерная коррекция зрения

информация по тел.:
8(920)405-33-60,
8(473)235-92-47

Доставка в клинику. Проживание.

Медицинскую деятельность ведет ООО «Центр» Лицензия № ЛО-36-01-002420 от 15 декабря 2015 г

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

Реклама

**О МУЖСКОМ
ЗДОРОВЬЕ**

«САЙМЫ» — естественный метод реабилитации потенциальных возможностей мужского организма. Оригинальная рецептура препарата оказывает положительное влияние на уровень тестостерона. Капсулы «САЙМЫ» способствуют повышению половой активности и выносливости мужчин, обострению чувственных ощущений. Каждая капсула «САЙМЫ» имеет продолжительный срок действия.

Будь в состоянии «ВСЕГДА ГОТОВ» в любом возрасте!

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

БАНД-РЕКЛАМА
СГР № RU.77.99.11.003.E.006520.08.14 от 06.08.2014 г.

СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ | Адреса аптек можно узнать по тел. (473) 251-64-00

БЕСПЛАТНАЯ «ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ»: 8-800-555-00-96/69

**ЭНЕРГОСБЕРЕГАЮЩЕЕ
ОТОПЛЕНИЕ**

БЕЗ ТРУБ, КОТЛОВ И БАТАРЕЙ

КРЕДИТ*

8(908)138-74-34

*Кредит предоставляет ООО «Русфинанс Банк»

**ВЫГОДНАЯ
СИСТЕМА ОТОПЛЕНИЯ**

**УСТАНОВКА ДЕШЕВЛЕ
ГАЗА В 4 РАЗА**

**ПОТРЕБЛЕНИЕ ДЕШЕВЛЕ
УГЛЯ В 2 РАЗА**

БЕЗ ТРУБ КОТЛОВ И БАТАРЕЙ

тел. **8(915)580-49-19**

БАНЯ-БОЧКА

под ключ за 1 день

от **99 000** рублей*

БЕСПЛАТНАЯ доставка до 200 км

☎ **8-980-343-0-999**

*Цены действительны на момент публикации. Реклама

КУРЫ-НЕСУШКИ

Доставка по району БЕСПЛАТНО

☎ **8(961)324-54-38**

ИП Андреева. ОГРН 309618512600031

**ПТИЦЕФЕРМА РЕАЛИЗУЕТ МОЛОДЫХ
КУР-НЕСУШЕК**

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА

Тел. **8(928) 882-98-48**

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ

от **3 500** руб. **БОНУС*** при заказе 2-х потолков

8(950)760-73-57 Игорь Александрович

*с 01.01 по 30.03.2017, подробности по тел.: 8(950)760-73-57

**ПРОЧИСТКА, ПРОМЫВКА,
РАЗМОРОЗКА КАНАЛИЗАЦИЙ
СОВРЕМЕННЫМ МЕТОДОМ**

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

8-920-457-2222 (без выходных)

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ОТКАЧКИ ВОДЫ,
ИЛА, ПЕСКА, ТУАЛЕТОВ, АВТОМОЕК,
ЖИРА. ДОСТАВКА ТЕХ. ВОДЫ.**

НИЗКИЕ ЦЕНЫ

8-920-457-2222 (без выходных)

ОКНА ПОТОЛКИ ДВЕРИ

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА

8(952)953-64-87 Александр

КУРЫ ЯИЧНОЙ ПОРОДЫ

БЕСПЛАТНАЯ доставка по району

☎ **8(961)300-17-80**

ИП Андреева. ОГРН 309618512600031

**СЕМЕННОЙ
КАРТОФЕЛЬ
в Воронеже**

ЭЛИТНЫЕ СОРТА российской, немецкой и голландской селекции!

г. Воронеж, ул. Иркутская, 1-Б, склад № 6

☎ **8(920) 229-27-72**
8(473) 277-08-48

www.alen-agro.ru

телефон
службы
рекламы
+7 (473) 235-52-62

**ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕБУЮТСЯ
ДЛЯ РАБОТЫ В МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
РАЗНОРАБОЧИЕ**

С АПРЕЛЯ ПО ОКТЯБРЬ
ОРГАНИЗАЦИЯ БЕСПЛАТНО
ОБЕСПЕЧИВАЕТ: ПИТАНИЕ,
ПРОЖИВАНИЕ, СПЕЦ. ОДЕЖДУ

8(926)215-71-92

ЗАРПЛАТА от 30 000 руб

РАННИЕ ПЧЕЛОПАКЕТЫ

Цена **2800** руб.

Скидки от количества

8(999)-72-09-222

Продаем КУР-НЕСУШЕК

Хорошая яйценоскость
Доставка бесплатная

Тел. **8-928-827-48-52.**

ТЕЛЕФОНЫ РЕКЛАМНОЙ СЛУЖБЫ: 235-56-81, 235-52-62 ОТДЕЛ РАСПРОСТРАНЕНИЯ: 235-52-21, 235-52-82, e-mail: kazakova1304@bk.ru

7

**ТИРАЖ
90 000 экз.**

(распространяется бесплатно)

Бюро
Тиражного
Аудита

Рекламуемые товары подлежат обязательной сертификации. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных объявлений и сообщений информационных агентств.

«Семерочка»
Учредитель —
Департамент связи и массовых
коммуникаций Воронежской
области. АУ ВО «РИА «Воронеж».
Издатель —
АУ ВО «РИА «Воронеж».

Газета зарегистрирована управлением
Федеральной службы по надзору
в сфере связи, информационных
технологий и массовых коммуникаций
по Воронежской области. Свидетельство
ПИ №ТУ36—00472 от 4 марта 2015 г.

Главный редактор — ПЫРКОВ Д.Н.

Адрес редакции и издателя: 394026, г. Воронеж, ул. Плехановская, 53.
Почтовый адрес: 394026, г. Воронеж, ул. Плехановская, 53.

Отпечатано в ЗАО «Прайм Принт Воронеж», 394026, Воронеж, пр. Труда, 48л.
Номер подписан в печать: по графику — 18.00, фактически — 18.00.

Заказ
№ 1012