

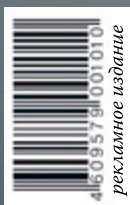
ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

МАЙ 2018
ТОМСК

ПУТЕШЕСТВИЕ
ШВЕЦИЯ

БРЕНДОН
ДЖЕЙМСОН
ЗОЛОТОЕ
ВРЕМЯ



16+

РЕЙН
ИВАНУШКА
СНЯТО В
ГОЛЛИВУДЕ

ЧЕТВЕРТОЕ
ИЗМЕРЕНИЕ
ЦВЕТ
В ДОМЕ

ЕКАТЕРИНА
ВАРНАВА
ВАРНАВА
ВЕЛИКАЯ

К СОЛНЦУ ГОТОВЫ

ПЛАТЬЯ-КОМБИНАЦИИ, ДЕНИМ-РОМАНТИКА,
ЯРКИЕ КРАСКИ И ЗОЛОТО ДИСКО

TWO CHEFS
RESTAURANT

4
ГОДА

РЕЗЕРВИРОВАНИЕ СТОЛОВ: 995-996

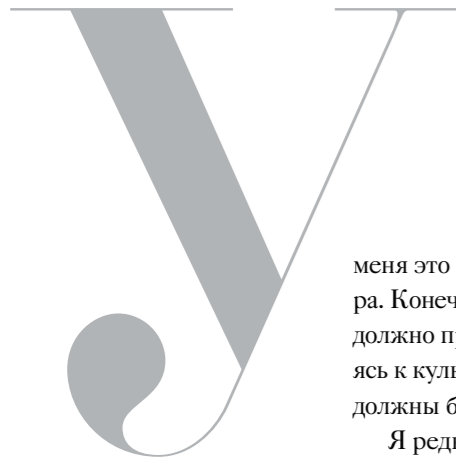
НАБЕРЕЖНАЯ РЕКИ УШАЙКИ, 16

@TWO_CHEFS_TOMSK

CHEFSGROUP.RU

TWO
CHEFS
RESTAURANT

НОВОЕ
МЕНЮ



меня это происходит уже 20 лет. Каждый месяц наступают эти дни – дни сдачи номера. Конечно, всем известно о них заранее, все распланировано и предусмотрено, все должно пройти гладко. Но абсолютно неизбежно атмосфера накаляется, приближаясь к кульминации – самому крайнему дэдлайну, когда все полосы будущего журнала должны быть отданы в типографию.

Я редко пишу про нашу кухню, но мне говорят, что это самое интересное. «Хочу пройти у вас стажировку, погрузиться в атмосферу редакции». Нам приходит много таких писем. Особенно в конце весны, когда российские студенты из Москвы и Лондона, Милана и Нью-Йорка ищут приложения своим необузданным творческим силам.

В глубокой ночи на связи Лос-Анджелес. Оксана Киронда, редактор международных спецпроектов, объясняет именитому режиссеру и фотографу Брендону Джеймсону, почему мы не можем публиковать фото, на котором у модели видны соски. «Ну это же искусство, это же фэшн!» – сокрушается Брендон, и мы так его понимаем...

В рубрике «С нами работали» сапожники опять без сапог, а фотографии – без фотографий самих себя. Ищем.

У Варнавы правки, она стала ведущей нового шоу на ТНТ, надо добавить в текст.

В сборку бьюти-новинок срочно нужны подписи. «Не больше 100 знаков», – требует дизайнер. «Да там же одно название Les Beiges Healthy Glow Sheer Colour Stick Chanel, я не уместюсь», – стонет бьюти-редактор, но уместается.

Тем временем мучительно выбираем лого на обложку: красный или золотой?

За много лет я научилась делать это очень спокойно. Я точно знаю, что успеем, хотя времени, казалось бы, уже нет. Я знаю, что один рабочий день – это очень, очень много! Все, что я чувствую в эти дни – радостное возбуждение, легкую дрожь где-то там, внутри, как перед стартом на соревнованиях. Я очень люблю это ощущение.

И вот мы получаем его. Новорожденный. Выстраданный. Такой красивый. Свежий Номер Журнала. С чем сравнить запах только что отпечатанного глянца? На одном семинаре для начинающих писателей спикер с горящими глазами рассказывала, с каким восторгом взяла в руки свою первую книгу. Я счастливчик, я беру в руки свежий номер «Дорогое удовольствие» каждый месяц. Уже 20 лет. И хочу, чтобы так было всегда!

Елена Бальбурова,
шеф-редактор
федеральной сети журналов
«Дорогое удовольствие», Москва
balburova@dorogoe.ru



Кольцо **Happy Dreams, Chopard**, розовое золото, подвижный бриллиант на фоне шероховатого розового перламутра

Новый продукт

Свежие открытия этой весны



Узнай, что внутри



Нежные сосновые шишки, настоящая сокровищница здоровья, с древних времен применяются в народной медицине. Мягкие шишки, приятного равномерного зеленоватого цвета, размером от 1,5 до 3 см, без видимых повреждений, собираются в экологически чистом сосновом лесу вдали от автотрасс и промышленных объектов.



В основе стопроцентно натурального бельгийского шоколада, которым покрывается сосновая шишка, — только настоящие какао-продукты. Полезное лакомство, изготовленное по специальной технологии, укрепляет здоровье и заряжает организм энергией. А восхитительный, изысканный вкус бельгийского шоколада соблазняет и покоряет.



В составе натурального травяного чая — лист земляники, малины, мяты перечной и шиповник, он отлично утоляет жажду летом и согревает зимой. Этот прекрасный компаньон сладкого лакомства заключен в индивидуальную упаковку, удобную для заваривания и выполненную из натуральной ткани.

Нашу продукцию вы можете приобрести в фирменных магазинах «Супермаркет дикоросов "Территория тайги"» тел. 8 (3822) 21-09-32, территориятайги.рф @тайга.market



ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

Главный редактор **ЕЛЕНА БАЛЬБУРОВА**
Editor-in-Chief **ELENA BALBUROVA**

Дизайнер **АНА ГРИГ** Designer **ANA GRIG**
И.о. редактора отдела Мода **СЕРГЕЙ ВЕРЕСКОВ** Acting Fashion Editor **SERGEY VERESKOV**
Редактор моды в Милане **СТЕФАНО ГУЭРРИНИ** Fashion Editor at Large **STEFANO GUERRINI**
Редактор международных и специальных проектов **ОКСАНА ОКСИОНАЙТЕ** Editor of International and Special Projects **OKSANA OKSYONAITTE**
Редактор раздела Культура **ЛЕЙСАН КАМИЛЕВА** Culture Editor **LEYSAN KAMILEVA**
Редактор раздела Образ жизни **ЯНА ЗЮЗИНА** Lifestyle Editor **YANA ZYUZINA**

РЕДАКЦИЯ «ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ТОМСК»

EDITORIAL BOARD DOROGOE UDOVOLSTVIE TOMSK

Главный редактор **НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР** Executive editor **NATALYA ALTMAER**
Литературный редактор **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ** Copy editor **SOFIA LOMOVSKAYA**
Выпускающий редактор **МАРИЯ НОВИКОВА** Sub-editor **MARIA NOVIKOVA**
Главный дизайнер **ЕЛЕНА БУЙКИНА** Executive designer **ELENA BUIKINA**
Дизайнер **ЕВГЕНИЯ БАТАЛОВА** Designer **EVGENIYA BATALOVA**
Ассистент редакции **ВАЛЕРИЯ ОЩЕПКОВА** Assistant **VALERIYA OSHCHERKOVA**
Редактор **ЛАРИСА ГНЫРЯ** Editor **LARISA GNYRYA**
Фотографы **АЛЕКСЕЙ ПОЧЕРЕВНЫЙ,** Photographers **ALEXEY POCHEREVNY,**
ДМИТРИЙ КУЗЬМЕНКОВ **DMITRY KUZMENKOV**
Авторы **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ, НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР,** Journalists **SOFIA LOMOVSKAYA, NATALYA ALTMAER,**
АННА ИВАНОВА, МАРГАРИТА ВОРОНЦОВА, **ANNA IVANOVA, MARGARITA VORONTSOVA,**
ЛАРИСА ГНЫРЯ, ВАЛЕРИЯ ОЩЕПКОВА, **LARISA GNYRYA, VALERIYA OSHCHERKOVA,**
МАРИЯ НОВИКОВА **MARIA NOVIKOVA**
Корректор **МАРГАРИТА КОМАРОВА** Proof-reader **MARGARITA KOMAROVA**

Журнал «Дорогое удовольствие» издается в городах:

The «Dorogoe» magazine is published in the following cities:

Барнаул, Благовещенск, Владивосток, Воронеж, Екатеринбург, Иркутск, Казань,
Кемерово, Краснодар, Красноярск, Липецк, Москва, Новокузнецк, Новосибирск,
Омск, Пенза, Самара, Санкт-Петербург, Саратов, Сочи, Тольятти, Томск, Тюмень,
Ульяновск, Хабаровск, Челябинск, Ярославль

Barnaul, Blagoveshchensk, Vladivostok, Voronezh, Ekaterinburg, Irkutsk, Kazan,
Kemerovo, Krasnodar, Krasnoyarsk, Lipetsk, Moscow, Novokuznetsk, Novosibirsk,
Omsk, Penza, Samara, St. Petersburg, Saratov, Sochi, Togliatti, Tomsk, Tyumen,
Ulyanovsk, Khabarovsk, Chelyabinsk, Yaroslavl

Адрес редакции, издателя: г. Томск, ул. Герцена, 72 б
tel.: (3822) 52-10-01, e-mail: dorogoe@rde.ru,

Editorial office: Gertsena st., 72 b, Tomsk, Russia

www.facebook.com/dorogoevomske, vk.com/dorogoeudovolstvietomsk, instagram @dorogoe_tomsk

Президент Издательского дома «Русская Азия»
ОЛЕГ ГАРЕВСКИХ President of «Russian Asia» Publishing House
OLEG GAREVSKIKH

Руководитель департамента рекламных продаж
ОКСАНА МАРКЕЛОВА Advertising Sales Director
OKSANA MARKELOVA

Департамент рекламных продаж: медиаменеджеры
ЯНА АБРАМОВИЧ, МАРИЯ КОЧАНОВА, ИРИНА ИВАНОВА Department of advertising sales: Media-managers
YANA ABRAMOVICH, MARIA KOCHANOVA, IRINA IVANOVA
Ассистент дирекции **ТАТЬЯНА ЛЮБИМОВА** Management Assistant **TATYANA LYUBIMOVA**

Адрес: 129085, Москва, ул. Большая Новодмитровская, 23, стр. 6, 2 этаж, офис 1
tel./fax (495) 617-39-81, welcome@dorogoe.ru, www.dorogoe.ru

Address: 129085, Bolshaya Novodmitrovskaya street 23, Bld. 6, office 1, Moscow, Russia

Учредитель: ООО «БрендНейм». Журнал «Дорогое удовольствие в Томске» зарегистрирован как рекламное издание в Управлении Роскомнадзора по Томской области.
Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ 70-00205 от 29 июня 2011 года.

Редакция ООО «Медиа пресс 2000» юр. адрес редакции, издателя: 634061, г. Томск, ул. Герцена, 72 б. Главный редактор: Альтмаер Наталья Александровна.

Отпечатано в ИП Пентюхов В.В., 630027 г. Новосибирск, ул. Объединения, дом 88, кв. 45, тел. +7(913)-010-27-32, v.pentyukhov@inbox.ru.

Дата выхода из печати 3 мая 2018 года. № 5. Тираж 5 000 экземпляров.

Цена свободная. При цитировании материалов ссылка на журнал обязательна. За содержание рекламы ответственность несет рекламодатель.

Товары народного потребления подлежат обязательной сертификации. Информационная продукция 16+.



ТОМСК – АСТАНА

с 31 мая 2018 г.



Билеты можно приобрести во всех авиакассах
города и на сайтах продаж авиабилетов.

ТОМСК-АСТАНА | ПОНЕДЕЛЬНИК, ЧЕТВЕРГ
АСТАНА-ТОМСК | ПОНЕДЕЛЬНИК, ЧЕТВЕРГ

УДОБНЫЕ СТЫКОВОЧНЫЕ РЕЙСЫ ПО ДРУГИМ ГОРОДАМ КАЗАХСТАНА:
АКТАУ ✈️ АЛМА-АТА ✈️ ТАРАЗ ✈️ УСТЬ-КАМЕНОГОРСК ✈️ ШЫМКЕНТ

ОТ РЕДАКТОРА

Здоровый образ жизни, которому мы посвятили майский номер, — это мир невероятных открытий и супертехнологий. Спроектировать собственное здоровье, заказать генетический паспорт, сделать total check-up... Умничаю? Нисколько. Разговариваю с вами на языке здоровья XXI века. Оказывается, речь идет не о космических идеях далекого будущего, а о возможностях дня настоящего. Разобраться во всем нам помогли «спикеры» этого номера, прекрасные эксперты из сферы «здорового бизнеса». Теперь мы знаем все об интуитивном питании, правильном фитнесе, здоровой косметологии, интерьере с приставкой «эко»... А как вы думаете, что проходит красной нитью через весь этот номер? Тема позитивного мышления и мироощущения. Душевного здоровья. Доброго отношения к жизни. Внутренней гармонии. Вот эти реалии, пожалуй, кочуют сквозь время и пространство, но по-прежнему остаются актуальными и в наши дни. И между прочим, достичь всех этих состояний не так-то просто, по себе знаю. Говорят, помогают техники созидательной визуализации и положительные аффирмации. Ох, тут работы — непочатый край. Но оно того стоит! Побольше нам всем оптимизма! Так жить вкуснее и интереснее!



Наталья Альтмаер,
главный редактор журнала
«Дорогое удовольствие в Томске»
altmaer@rde.ru



14



стр. 113

В коллекции Transeason 2018 от Michael Kors Collection правят бал эклектика и кутюрный гламур. На шелковых платьях и юбках цветут цветы, они же перебрались и на сумки и клатчи.



стр. 96



146



175

STOSA UN'AMICA SPECIALE



NATURAL — это новая модель кухни компании Stosa, которая привносит в домашнюю обстановку всю естественность настоящего натурального дерева, предлагаемого в пяти цветовых оттенках, которые удовлетворят требования самых разных вкусов. Вертикальная текстура фасадов с брашированием и натуральными трещинами придает дополнительную теплоту интерьеру.

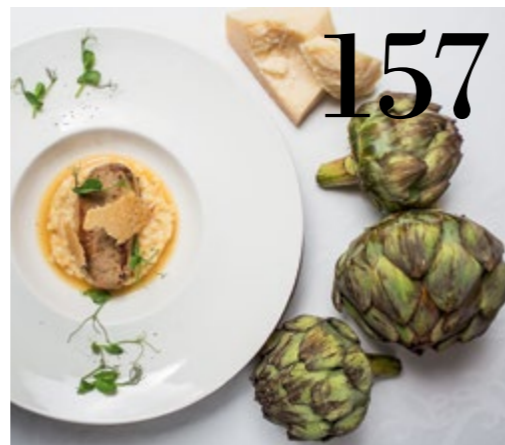


MAESTRO™
Interior
salon

г. Томск, ул. Красноармейская, 18
тел. +7 (3822) 99-88-01

@maestro_tomsk | maestro.tomsk.ru

142



ФРЕШ

- 6 Письмо редактора
- 12 Для нас работали
- 16 Топ-лист

ЛЮДИ

- 20 Выход в свет
Варнава Великая
- 26 Стиль жизни
Моника Хапова
- 28 Персона
Оксана Полякова
- 42 Фокус-группа
Жить здорово
- 48 Топ-досье
Любовь Кремер
- 58 Фотопроект
Элегантные выкатные

стр. 16



НА ОБЛОЖКЕ: РЕЙН ИВАНУШКА
Фэшн-образ из голливудской съемки
фотографа Брэндона Джеймсона эксклюзивно
для «Дорогого удовольствия».

ЦВЕТОЧНИЦА АГНЕССА В НОВОМ ФОРМАТЕ И В НОВОМ ПРОСТРАНСТВЕ

НА ТЕРРИТОРИИ, ГДЕ ЦАРСТВУЮТ ЦВЕТЫ,
ТЕПЕРЬ МОЖНО ПОПИТЬ КОФЕ, ПОБАЛОВАТЬ
СЕБЯ ДЕСЕРТАМИ, ПРОВЕСТИ МАСТЕР-КЛАСС,
ПРОСТО ОТДОХНУТЬ И ВДОХНОВИТЬСЯ!



НАПРАВЛЕНИЯ:

AgnessaFLOWERS — ЦВЕТЫ С ДУШОЙ

- Огромный выбор цветов, свежие поставки напрямую из Голландии
- Доставка всегда в срок
- Школа флористики и дизайна
- Мастер-классы
- Интерьерные искусственные цветы высочайшего качества

AgnessaHOME

- Посуда, скатерти, постеры, свечи, предметы интерьера

AgnessaWOOD

- Деревянные обои и предметы интерьера из массива дерева



ТЕПЕРЬ ПО НОВОМУ АДРЕСУ

УЛ. БЕЛИНСКОГО 32 Б. ТЕЛ. 30-73-97

AGNESSA_FLOWERS

LOOK&STYLE

208

70 Тренд
Лето в горошек

78 Лицо с обложки
Рейн Иванушка

80 Обзор
Золотое время

BODY&BEAUTY

102 Выбор редакции

113 Самое&Новое
Жизнь под контролем

114 Красота
Заглянуть в будущее

HOME&DESIGN

138 Атмосфера
Четвертое измерение

FUN&TOYS

154 Вкус жизни
От корня к листу

170 Кто куда

WORLD&TRAVEL

173 Ветер странствий
Швеция — уютная планета (часть I)

В каждом номере

190 City guide

196 События

207 Модные адреса

208 Гороскоп



76

70



113



стр. 17



#ПУТЕШЕСТВУЙ СЕЙЧАС



Собери свою
КОЛЛЕКЦИЮ
ярких впечатлений

Позволь себе вознестись над серыми буднями, забыть о проблемах и, ни о чем не заботясь, насладиться морем, отдыхом и новыми впечатлениями. Выбирая отдых с «Коллекцией Путешествий», вы гарантированно получаете все привилегии туроператора «Апех Тури», вне зависимости от стоимости тура и направления, а также полное сопровождение с момента брони до вашего возвращения с места отдыха.

Туристическое агентство «Коллекция Путешествий»

г. Томск, пр. Ленина, 166, оф. 12 а
+7-913-812-94-94, +7-913-829-17-20
collectiontravels.ru 211-811, 211-888

С НАМИ РАБОТАЛИ



БРЭНДОН ДЖЕЙМСОН

Брэндон Джеймсон – гений портретной съемки. О его стиле искусствоведы говорят, что он обманчиво прост. «Заглянув чуть глубже, можно увидеть самую душу». Как режиссер, Джеймсон работает в жанре короткометражного фильма, в этом году его картина Pearl была номинирована на кинофестивале Sundance Film Festival. К тому же, Брэндон – успешный бизнесмен, партнер-основатель Нью-Йоркской производственной телекомпании развлекательных программ LINK. Но главное Брэндон – большой друг журнала «Дорогое удовольствие», учитель, наставник и вдохновитель, тонко чувствующий красоту.

Для майского номера Брэндон снял историю летних трендов, пригласив для этого одну из своих любимых моделей, американку Рэйн Иванушку и высококлассного стилиста Моннику Карджайл. Абсолютное искусство.

www.brandonjameson.com
@brandon_jameson



ОЛЕГ КАФАРОВ

Наш новый колумнист – путешественник и тонкий ценитель роскоши, Олег Кафаров живет между Москвой, Дубаем, Монте-Карло, Гонконгом и всеми остальными городами мира. Перемещается исключительно первым классом с неизменным спутником – красным бокалом Вассагат для шампанского. Всю жизнь проработал в высшем эшелоне роскоши, отчего угодить ему почти невозможно, но многие все равно пытаются.

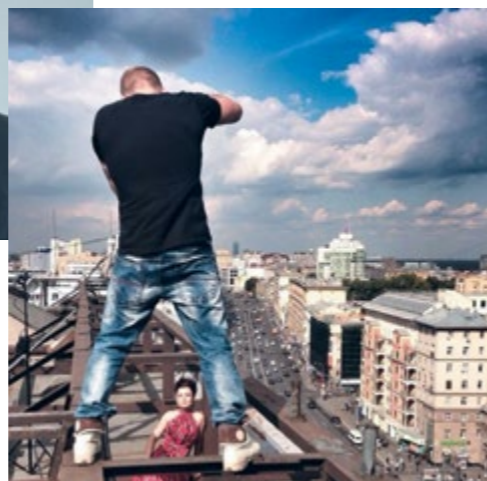
@olegakafarov



ТАША ПЕТРОВСКАЯ

Любовь ко всему нестандартному и сложным задачам сочетается у обаятельнейшей художницы из Канады с безупречным вкусом – за это ее и ценят независимые, но стильные журналы. Просто так у Таши в рисунке ничего не бывает: фэшн-иллюстрация в стиле винтажных открыток Diog для «Дорогого» – тому подтверждение.

@petrovskaya_84



РОМАН ГОРЧАКОВ

Роман – фотограф с прекрасным воображением, тонким вкусом, редким чувством юмора и добрым сердцем. На съемочной площадке он всегда точно знает, что нужно, а что – нет. И это порой еще более ценно! Роман снял для нас драйвовую новогоднюю историю «Во все тяжкие» и очень нежную «На краешке весны». А в этом номере – проект art&fashion, визуальная метафора, созданная под впечатлением от оscarоносной картины «Форма воды» Гильермо дель Торо вместе с креативной командой визажистов и гримеров Полины Капустиной и Кати Дыриной и стилиста Любви Белой.

@romangorchakov

ЧИСТАЯ ЭНЕРГИЯ ВАШЕГО ДОМА

ИЗЫСКАННЫЕ И ЭЛЕГАНТНЫЕ АРОМАТЫ ДЛЯ ДОМА

Экологичный состав продукции включает в себя эфирные масла из Грасса, 100% пальмовый воск и итальянское стекло. В основе успеха бренда – инновационные научные исследования и ремесленные традиции из самого сердца Тосканы. Все коллекции производятся в небольших объемах, что гарантирует их исключительное качество. Сделано в Италии!



MAESTRO™
Interior
salon

г. Томск, ул. Красноармейская, 18
тел. +7 (3822) 99-88-01

@maestro_tomsk | maestro.tomsk.ru



Воссоздать кружево кутюрных изделий в сплетении драгоценных камней и металлов – эту идею сопresident и креативный директор дома Chopard Каролина Шойфеле воплотила в коллекции Precious Chopard. Новую ювелирную модель часов Precious Chopard в корпусе из белого золота с циферблатом в виде цветка украшают турмалины параиба, синие сапфиры и более тысячи бриллиантов. Никакого минимализма – высокая ювелирная мода в полном сиянии своей роскоши.

Прелестное создание

Часы PreciousChopard, белое золото, турмалины параиба, синие сапфиры, бриллианты.



LORIBLU

Бутик итальянской обуви и аксессуаров
ТЦ ФОРУМ, пр. Фрунзе, 90,
тел. 8-961-098-19-33 @Loriblu_tomsk

1. «Природа постоянно демонстрирует нам свою любовь: днем яркими цветами, ночью сияющими звездами», — говорит Евгения Бруни, креативный директор ювелирного дома **Pasquale Bruni**. В основе коллекции **Stelle in Fiore** — цветы и листья, предстающие в разных формах и сочетаниях, но неизменно рассказывающие историю любви: сияющую, нежную и щемяще красивую.

2. Испанский бренд **Delpozo** был основан более 40 лет назад дизайнером Хесусом дель Позо, но мировую известность обрел в последние годы, оказавшись замеченным на одной из Нью-Йоркских недель моды. Среди фирменных черт марки — современные технологии и изысканные фактуры.

3. Этой весной парфюмерный Дом **Prada** представил новую линию парных ароматов. Изысканные и волнующие ноты амбры и ириса в **L'Homme Prada L'Eau** сменяются красным имбирем, кардамоном и нероли. В **La Femme Prada L'Eau**, ставшем более сдержанной цветочной версией своего яркого и фруктового предшественника, цветы франжипани органично и уверенно «дружат» с маслом зеленого мандарина.

4. Бескомпромиссно роскошная, эффектная и даже чуть эпатажная — дизайнерская мебель португальского бренда **Boca do lobo** всегда производит неизгладимое впечатление. Все предметы интерьера создаются вручную всего в нескольких экземплярах, и каждый из них становится настоящим произведением искусства.



ДОРОГИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ

5. Лейтмотив коллекций парижского Дома моды **Emanuel Ungaro** — независимость от тенденций и легкий вызов модным правилам! Яркие цветочные принты здесь гармонично сочетаются с легкими струящимися тканями, рождая максимально женственные образы. Платье из новой коллекции представлено в галерее «Времена года» в Москве.



6. Этой весной спа-центр **Talise Spa** на дубайском курорте **Madinat Jumeirah** представляет новые wellness-комплексы, рассчитанные на три, семь и десять дней. После полной диагностики специалисты составляют индивидуальный wellness-план, включающий процедуры по уходу за телом, занятия йогой и различные виды детокса. И особое

внимание — сбалансированному питанию как основе здорового образа жизни.

7. Новая сумка **Blakely MICHAEL Michael Kors** из гладкой кожи со съёмным плечевым ремнем создана как будто специально для прекрасных весенних и летних дней! Яркие цвета, изысканная без чопорности форма — сумка идеально подойдет как для офисного лука, так и для романтического свидания.

8. Часы **Lucea Skeleton** из коллекции Lucea от **Bulgari** приоткрывают завесу тайны над сложным и завораживающе совершенным часовым механизмом, в котором с ювелирным изяществом обыгрываются буквы логотипа знаменитой часовой марки. В четырех новых моделях функционирует изысканный автоматический Калибр BVL 191 в скелетном исполнении, изготовленный вручную мастерами часовой мануфактуры Bulgari в Швейцарии.

LUXURY HOLIDAY

Заезд на ретро-карах среди многолетних яблоневых деревьев, винная дегустация, съемки короткометражного фильма, тематические вечера и кулинарные мастер-классы — в Le Normandy организуют развлечения как для влюбленной пары или компании друзей, так и для всей семьи.



Hôtel Barrière Le Normandy Deauville Франция, Довиль

Роскошь здесь непосредственна и очаровательна, а сам отель кажется старым знакомым, даже если вы приехали сюда впервые. Красота исторических интерьеров становится ненавязчивым и изысканным обрамлением великолепного отдыха, где продумана каждая деталь.

Когда Hôtel Barrière Le Normandy Deauville открылся в 1912 году в центре Довиля — одного из самых элитарных курортов Франции, о нем заговорили как о «самом красивом отеле в мире». Сюда съезжались мировые знаменитости и французские аристократы. И более чем через сто лет, в 2016 году, отель распахнул свои двери после реновации, открыв новую страницу своей продолжительной и увлекательной истории. Построенный в стиле belle époque, он похож на сказочный замок, украшенный остроконечными башенками, изящными балконами и ставнями.

Каждый из 271 номеров и сьютов, в том числе знаменитый сьют «Мужчина и женщина», ставший декорацией к одноименному фильму Клода Лелуша, воссоздает своим убранством пышную роскошь стиля belle époque.

В ресторане отеля La Belle Époque, неоднократно получавшем статус лучшего места для ужина в Довиле, представлены французские и нормандские деликатесы в самом аутентичном их исполнении.



А для тех, кто проходит комплексную программу спа-центра, здесь есть отдельное меню, разработанное с учетом комментариев велнес-специалистов. Спа-центр Spa Diane Barrière Le Normandy предлагает совершенно обновленную велнес концепцию — для тех, кто хочет лично узнать, что значит известное выражение «будто заново родился». Индивидуальные спа-программы направлены на решение главных задач: расслабление, обновление организма, ревитализацию, детокс и поддержание природной красоты лица и тела. А для закрепления оздоровительного эффекта — занятия в йога-клубе Le Tigre Yoga Club Deauville



и фитнес-центре отеля. В нескольких минутах езды от отеля также расположены: теннисный клуб, трассы для мотоспорта и два гольф-поля.

CLINIC DR. MERKER



ЭДУАРД МЕРКЕР: ВСЕ ВИДЫ ПЛАСТИЧЕСКИХ ОПЕРАЦИЙ

- Действительный член Общества пластических, реконструктивных и эстетических хирургов России.
- Действительный член Ассоциации эндоскопических хирургов России
- Действительный член Общества пластических Хирургов Германии «Interplast»
- Практика в пластической хирургии 25 лет.
- Более 8.000 успешно проведенных операций.

Клиника доктора Меркера (г.Томск)
и Компания "Laboratoires Arion" (Франция)!
Эндопротезирование молочной железы имплантами с
микротекстурированной оболочкой!



*P.S. В стоимость операции входит: консультация и наблюдение пластического хирурга, стоимость анализов и лекарственных препаратов, наркоз, 1 сутки пребывания в стационаре, импланты Компании "Laboratoires Arion" (Франция) с микротекстурированной оболочкой. Использование иных имплантатов и/или одномоментная подтяжка груди оплачиваются отдельно.

г. Томск, Гоголя, 65 тел: +7 (3822) 502-102, www.merker.ru

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Пока на телеканале ТНТ продолжается показ второго сезона Love is, мы поговорили с участницей проекта и актрисой Comedy Woman Екатериной Варнавой о ее главных жизненных принципах, любви и мечтах.

Интервью: Оксана Оксинайте. Фото: Даниил Величко

Екатерина Варнава Великая

Первое впечатление – дорогой шелк. Может быть, потому что никогда не повышает голоса, умело пользуясь своим красивым тембром. Но это первое впечатление – сталь под шелком не заметить очень сложно. Она красива, аналитична, грациозна, амбициозна, умеет тонко манипулировать и при знакомстве представляется: «Варнава Катя». Российская киноактриса, участница и хореограф шоу Comedy Woman, а с недавнего времени еще и ведущая этапа реалити шоу «ПЕСНИ» на ТНТ.

Варнава начинала с КВН, а сегодня у звезды ТНТ миллионы фанатов. Ее фамилия стала узнаваемым брендом. Она умело разыграла все козыри, которыми наградила ее природа – прекрасную пластику, выразительную внешность, бесспорный актерский талант.

У Кати множество проектов, одни съемки сменяются другими, в ее сутках давно уже больше 24 часов, но царственная осанка всегда при ней. Королева комедийной сцены. И с королем.

– **Катя, вы умная, красивая и очень чувственная. Не мешает ли все это вашей актерской карьере?**

– Если честно, никогда об этом не задумывалась... У меня вообще довольно своеобразное отношение к красоте: мне часто кажутся симпатичными люди, которых общество таковыми не считает. Что касается карьеры, то думаю, если человек талантлив и настойчив, ему мало что может помешать. А я всегда прю, как танк (смеётся).

– **Искусство часто разделяют по гендерному признаку. Как считаете, допустима ли такая классификация?**

– Нет! Я крайне негативно отношусь ко всевозможным штампам, стереотипам и ярлыкам. Никто не имеет права вешать на другого чело-

друзья, здоровье, счастье, поддержка, работа, самореализация, танцы.

– **Самый дурацкий вопрос, который вам задавали во время интервью?**

– «Что такое любовь?» Потому что ей нельзя дать определение.

– **Каков главный жизненный принцип Екатерины Варнавы?**

– Не общаться с теми, кто не нравится, не делать то, что не хочется, и получать удовольствие от происходящего!

– **Что вы делаете, чтобы поддерживать себя в такой фантастической форме?**

– Я уже 12 лет не ем мясо. А еще люблю сладкое. Зато обожаю соленые огурцы и сыр! Плюс у меня такая

– Я не очень люблю рассказывать о своих мечтах. Мой девиз: меньше слов, больше действий!

– **Как человек известный, вы обладаете определенным влиянием. Как вы его используете? Несет ли ваша деятельность какое-то послание людям?**

– Главный посыл, который я пытаюсь донести – не относитесь к себе слишком серьезно и не бойтесь смеяться над собой! Ведь когда вы не задумываетесь о мнении окружающих и не стремитесь всегда выглядеть идеально, жизнь становится намного легче и интереснее!

– **В 2017 году на ТНТ состоялась премьера скетчкома Love is, сейчас в эфире идет уже второй сезон. Можете рассказать о нем подробнее?**

Не относитесь к себе слишком серьезно и НЕ БОЙТЕСЬ СМЕЯТЬСЯ НАД СОБОЙ! Ведь когда вы не задумываетесь о мнении окружающих и не стремитесь всегда выглядеть идеально, жизнь становится **НАМНОГО ЛЕГЧЕ И ИНТЕРЕСНЕЕ.**

века бумажечки в духе «Она девушка, значит, не умеет шутить» или «Тебе уже 33 года, пора рожать, часики-то тикают!» Оставьте, пожалуйста, свое мнение при себе и не лезьте в чужую жизнь, если вас об этом не просят.

– **Кто у вас в команде Comedy Woman самый строгий?**

– Конечно, Наталья Андреевна, ведь она не только актриса, но и продюсер. Хотя и я, признаюсь, очень жесткая и требовательная в работе: не люблю, когда люди опаздывают или не выполняют свои обязательства. А вот в жизни я настоящая душка (смеется).

– **Перечислите 10 вещей, которые вы считаете самыми главными и ценными в жизни.**

– Семья, Костя (хореограф Константин Мякинков, молодой человек Екатерины – прим.ред.), любовь,

работа, что и фитнес не нужен: с одной съемки перебегаю на другую и так практически каждый день.

– **Есть ли что-то, чему вы не перестаете удивляться?**

– Тому, сколько людей до сих пор считают, что я страдаю анорексией. Не переживайте: со мной все в порядке, ветром меня не сдувает!

– **Вы разделяете понятия «любовь» и «влюбленность»?**

– Естественно! Влюбленность вспыхивает мгновенно и больше похожа на наваждение. А любовь растет постепенно, срывая с человека идеальные маски и показывая его настоящего, со всеми достоинствами и недостатками.

– **Какая ваша главная осознанная мечта детства? Она исполнилась?**

– Love is – это проект о любви и женской доле, борьбе за личное счастье и попытках его добиться. Для меня участие в нем было вызовом самой себе, ведь игра на сцене и работа в кадре – две абсолютно разные вещи! Одно дело, когда ты выступаешь здесь и сейчас, видишь живую реакцию зрителей, сразу понимаешь, что смешно, а что стоит переписать или исправить. На съемочной площадке у тебя нет такой возможности: ты ориентируешься исключительно на свое чутье и советы режиссера, а понравится ли это людям, понимаешь уже постфактум... Но, как показывают рейтинги, все получилось!

– **А что бы вы сказали миру, если бы знали, что вас услышат все?**

– Ребята, давайте жить дружно!

@kativarnava



Уникальное событие ждет поклонников классической музыки летом 2018 года. Всемирно известный оперный певец и главный приглашенный дирижер НОВАТа Дмитрий Корчак представляет в Новосибирске свой первый Фестиваль.

Фестиваль Дмитрия Корчака в НОВАТе

В

его афише будут представлены яркие концертные и оперные программы, выступления знаменитых российских и зарубежных оперных исполнителей, премьеры музыкальных циклов.

«Наша цель — не только устроить большой оперный праздник, — рассказывает о предстоящем событии Дмитрий Корчак. — Мы хотим расширить рамки фестиваля, не ограничиваясь исключительно оперой, и уверены, что зрителям будут интересны и другие музыкальные жанры. Мне выпала честь открывать Зал имени Исидора Зака в декабре прошлого года, и я чувствую ответственность за его развитие. Поэтому в фестивальной программе два значимых для меня концерта на этой площадке с участием хора театра. Я считаю, что это самая интересная часть программы. Во-первых, хоровая музыка и народная песня — это истоки нашей культуры, наша духовность, а во-вторых, такой великолепный коллектив, как хор НОВАТа заслуживает отдельного сольного

концерта. В концерте 6 июня, кроме хорового сочинения «Пушкинский венок» великого русского композитора Георгия Свиридова, прозвучит его оркестровая сюита «Метель». На мой взгляд, творчество Свиридова сегодня недооценено, особенно его хоровые сочинения, и мне хотелось бы исправить эту несправедливость.

Я рад, — продолжает дирижер, — что фестиваль в НОВАТе собрал такое великолепное созвездие оперных певцов. Гала-концерт 7 июля будет посвящен великой русской певице Елене Васильевне Образцовой. 7 июля — день ее рождения, и мы готовим это мероприятие при поддержке Фонда Елены Образцовой. Фонд подготовил подарок театру — специальным гостем гала-концерта станет лауреат проводимого Фондом Международного конкурса меццо-сопрано памяти Федоры Барбьери (2012 г.), лауреат премии Фонда Елены Образцовой 2016 г. «За яркое начало в искусстве» меццо-сопрано Юлия Меннибаева».

Журнал «Дорогое удовольствие» — эксклюзивный информационный партнер Театра НОВАТ.



В РАМКАХ МУЗЫКАЛЬНОГО ФОРУМА В БОЛЬШОМ ЗАЛЕ НОВОСИБИРСКОГО ТЕАТРА ОПЕРЫ И БАЛЕТА ПОД УПРАВЛЕНИЕМ ГЛАВНОГО ПРИГЛАШЕННОГО ДИРИЖЕРА НОВАТА БУДУТ ПОКАЗАНЫ ОПЕРНЫЕ СПЕКТАКЛИ.

2 июня. Г. Доницетти «Любовный напиток».

30 июня. Дж. Верди «Аида».

5 июня. Ж. Бизе «Кармен» с участием звезд мировой сцены. Дмитрий Корчак будет дирижировать эту оперу впервые.

7 июля. Гала-концерт с участием гостей фестиваля — талантливых оперных певцов, востребованных сегодня на лучших мировых сценах. В программе принимают участие: Энкелейда Шкоза (меццо-сопрано), Мигран Агаджанян (тенор), Екатерина Сюрин (сопрано), Чарльз Кастроново (тенор), Пумеза Митшикиза (сопрано) и солисты

оперной труппы НОВАТа.

В Зале имени Исидора Зака представят две концертные программы: **6 июня.** Георгий Свиридов. «Пушкинский венок» из десяти хоровых миниатюр, музыкальные иллюстрации к повести А. Пушкина «Метель».

29 июня. Русская духовная музыка и популярные народные песни в исполнении хора театра, при участии солистов Новосибирской оперы — Вероники Джиевой и специального гостя фестиваля, обладателя уникального голоса — баса-профундо — Михаила Круглова.

«Какова пища — таков и ум, каков ум — таковы и мысли, каковы мысли — таково и поведение, каково поведение — такова и судьба», — так говорил Шри Сатъя Саи Баба, знаменитый индуистский гуру XX века. По сути, в этом выражении он ёмко и кратко сформулировал огромное значение здорового питания в жизни человечества.

Интуитивное питание

Именно на эту невероятно интересную и важную тему мы разговариваем с Моникой Хаповой, руководителем проекта «Живое питание». Она не только сама является сторонницей правильных и полезных пищевых привычек, но и успешно приобщает к здоровому образу жизни жителей Томска.

— Моника, что сегодня подразумевается под понятием «здоровое питание» и как вы сами пришли к желанию стать его последователем?

— Уверена, что питание формирует наше мировоззрение и отношение к жизни, наши эмоции, психику, поведение — одним словом, на нём завязана вся работа организма. Он должен быть чист и наполнен энергией.

На свой путь духовного развития я встала более 10 лет назад. Я открыла для себя йогу, астрологию, стала посещать семинары популярных психологов и диетологов, а также многочисленные фестивали по психологии. Увлёклась Аюрведой и ведической культурой, окунувшись глубоко в эту тему, словно получила какой-то толчок: поняла, что система привычного нам питания очень консервативна, и стоит поискать свою, подходящую именно мне.

Оказалось, что согласно убеждениям мудрецов прошлого, осознанное и здоровое питание — невероятно полезная и

интересная возможность познания жизни. Это не только способ потребления пищи, это желание повернуть своё существование в сторону добра, любви и позитива. Чем лучше вы относитесь к себе и выбору хорошей еды, тем однозначно в лучшую сторону меняется вектор вашей жизни, да и само ваше окружение. Правильное питание — это не просто раздел медицины, это целая философия. Что нужно, чтобы приобщиться к ней? Оказывается, это так просто: попробуйте посмотреть на мир с иной точки зрения! В первую очередь примите и полюбите себя и всё, что вас окружает, делайте добрые дела, цените то, что уже имеете, благодарите! Тогда вы сможете сами убедиться, что эта философия работает на практике!

— Получается, что правильное питание — это прежде всего желание жить по каким-то нравственным законам?

— Я на собственном опыте и на основании отзывов других сторонников ЗОЖ убедилась, что те, кто рано или поздно переходят на здоровое и осознанное питание, чуть позже начинают замечать, что правильная еда способствует «рождению» в наших головах мудрых, созидательных, творческих мыслей. А агрессия и негатив, напротив, просто испаряются постепенно. (Улыбается.)

Желая глубже понять эту философию, я начала читать книги, перевернувшие моё сознание, и глубоко вникать в тему здорового и осознанного питания. Естественно и логично произошёл мой отказ от мяса и переход на вегетарианство. Затем я решила изучать ведическую кулинарию, увлеклась правильной выпечкой, вегетарианскими блюдами, открывала для себя яркие и интересные вкусы. Правда, тогда я всё это делала больше для себя, а ещё много готовила дома для супруга и друзей. Следующим этапом было веганство, то есть полный отказ от животных продуктов, затем сыроедение, чистки, голодания, а значит, снова пришлось садиться за специальную литературу, чтобы без негативных последствий для здоровья вновь поменять свою жизнь.

— Получается, что создание проекта «Живое питание» — это просто закономерный шаг на вашем пути к обретению здоровья, полной гармонии души и тела?

— Пожалуй, так и есть. И мои домашние кулинарные эксперименты были только началом. Я понимала, что томские потребители, многие из которых относятся к разряду грамотных последователей ЗОЖ, готовы к появлению такой продукции. Благодаря моему супругу нам удалось создать наше дело и полностью реализовать

в нём наши замыслы. Среди наших клиентов — и вегетарианцы, и веганы, и сыроеды, и спортсмены, и те, кто должны соблюдать безглютеновую диету. Мы можем предложить идеальные варианты тем людям, которые находятся в самом начале пути к здоровому и осознанному питанию. Эти продукты хороши и по своим вкусовым свойствам, и по сбалансированности полезных элементов, так что легко помогут изменить пищевые привычки.

— Как бы вы сформулировали основную идею вашего проекта?

— Я никого не призываю жить и питаться только по моим правилам. Да, конечно, я не буду советовать есть белый сахар или полуфабрикаты, об их вреде и так известно каждому. Идеология нашей компании проста — мы советуем просто заменить вредное полезным! (Улыбается.) Стоит помнить, что любой отказ — это всегда стресс для организма. А вот если найти разумную альтернативу и вводить в рацион исключительно правильные продукты, то можно практически ни в чём себя не ограничивать, даже в сладком. Так что присоединяйтесь!

Вообще, пройдя определённый путь, сейчас я понимаю, что не нужно быть фанатиком ни в чём. Есть пробелы и в вегетарианстве, и в веганстве, и в сыроедении. Важно пропустить через себя, интуитивно почувствовать, что же нужно на самом деле именно вам и вашему организму. Нет никаких законов или правильных решений — только ваша интуиция! Я говорю сейчас о принципе интуитивного питания — умении прислушиваться к своему организму, понимать его истинные потребности и больше доверять себе. За интуитивным питанием также стоит большая философия о любви к себе и свободе выбора, о том, что лучшая диета — отсутствие таковой, и умный организм сам попросит, что ему нужно.

Приглашаю всех к нам в «Живое питание»! Мы приготовили для вас столько всего вкусного и полезного и, конечно, хотим познакомить с большим количеством новинок! Среди нашего большого ассортимента вы обязательно сможете найти то, что понравится и будет полезно именно вам. Мы предлагаем вам сделать ощутимый вклад в своё здоровье — просто начните питаться правильно! И как говорил великий Лао-цзы: «Путешествие в тысячу миль начинается с первого шага».

Отделы «Живое питание»: пр. Комсомольский, 13 б, INTERSPAR, ТЦ «Изумрудный город»; ул. Архитекторов, 2, супермаркет SPAR



«Я никогда этого не скрывала и никогда об этом не кричала — это просто история о том, как я научилась ценить свое время, — рассказывает Оксана Полякова, владелица студии EMS-тренировок «FIT-N-GO», о своем пути к здоровому образу жизни и новому формату бизнеса. — Согласитесь, тратить на спортзал по два часа нашей не бесконечной жизни могут позволить себе далеко не все, но при этом каждый человек хочет быть красивым и счастливым».

Счастье в подарок

Оксана, что для вас и вашей семьи означает понятие «здоровый образ жизни»?

— Прежде чем дать ответ на этот вопрос, мне, наверное, нужно вспомнить о переломном этапе в моей судьбе: спустя шесть месяцев после рождения второго ребенка у меня обнаружили онкологическое заболевание, с которым я боролась на протяжении двух лет. Как и у многих людей, в этот момент у меня произошло какое-то переосмысление жизни: ты начинаешь ценить здоровье, желая вернуть его, и осознаешь, что оно, оказывается, вовсе не бесконечный ресурс. Да, было ошибкой считать, что я всегда буду сильной и молодой, но зато благодаря этой истории я совершенно изменилась, а мой характер окончательно сформировался. Я научилась общаться с людьми, получать удовольствие от этого, безумно люблю дарить подарки, хотя мне самой их можно не дарить. (Смеется.) Мне нравятся эти эмоции, когда я презентую что-то людям. Тогда я и начала мечтать о каком-то своем деле, которое было бы мне интересно, и приносило бы радость другим.

— Именно тогда вы решили заняться спортом и скорректировать свое питание?

— Что касается спорта, им я занималась всегда: в течение десяти лет увлекалась подводным плаванием. Конечно, и своих подросших детей мы с мужем активно приобщаем к занятиям спортом, являясь для них прекрасным примером. Для всей нашей семьи — это значимый аспект жизни.

Здоровый образ жизни для меня — это именно ОБРАЗ жизни. Поэтому со временем я начала понимать истинность фразы «ты — то, что ты ешь», и очевидность того факта, что питание играет большую роль в нашей жизни. Я, к счастью, осознала, что правильная еда еще может быть и вкусной, как бы банально это ни звучало. Вот такие простые истины, но ведь сколько в них глубокого смысла! Об этом невозможно не сказать! В настоящее время мы обязательно завтракаем, полностью исключили из рациона колбасу, конфеты, заменив их сухофруктами — и нисколько не жалеем!

— Но к фанатам ЗОЖ ваша семья все же себя не относит?

— Конечно, мы не настолько строго относимся к питанию: можем расслабиться, сходить куда-нибудь с друзьями. Считаю, что не нужно вдаваться в крайности, во всем должны быть гармония и равновесие. Но при этом я с уважением отношусь к увлеченным людям, которые строго подходят и к своему питанию, и к спортивным нагрузкам, высоко ценю их силу воли.

— Что помогло не сломаться в такой сложной ситуации, как серьезная болезнь?

— Знаете, я хочу воспользоваться воз-

можностью и сказать людям, у которых в семье есть онкобольные, что благополучный исход событий зависит в огромной степени от их поддержки. Так произошло и в моей ситуации, когда моя семья помогла мне. Онкология — это ведь еще и громадная психологическая проблема, большинство пациентов с таким диагнозом депрессивно настроены. Важно не обижаться на других людей или на саму жизнь — лучше кулаком стукнуть и дать волю своим эмоциям, но не носить в себе никакие обиды.

— Как пришли к решению создать студию EMS-тренировок?

— Обретя второй шанс на жизнь, я захотела сама полностью распоряжаться своим временем, чтобы максимально уделять его, в том числе, и своему здоровью, не зависеть от рабочего графика. Я всегда мечтала об этом, а в бизнесе ты сам себе хозяин — для меня это очень важно, особенно после того, как много лет я проработала в «Сбербанке».

О новом формате спорта — EMS-тренировках — я узнала из социальных сетей, где, как и многие девушки, всю жизнь борющиеся с лишним весом, искала очередной «чудесный» вариант похудения. Множество способов поддержания фигуры и здоровья, которые в моем случае даже срабатывали, имели

один крупный недостаток — все они требовали огромных затрат времени. И я решила, что раз есть люди, которые хотят заниматься спортом, но не располагают лишним временем, значит им стоит предложить какой-то альтернативный спортзал — вот так появился «FIT-N-GO».

— Многие до сих пор сомневаются, что всего 20 минут занятий могут быть настолько эффективными...

— Да, некоторые люди продолжают скептически относиться к такому виду тренировок. Поэтому я всегда призываю попробовать, ведь вне стен зала невозможно оценить степень нагрузки. У нас даже был такой эксперимент, когда я приглашала на наши занятия тренеров из других спортзалов, чтобы послушать мнение профессионалов. Все они были приятно удивлены тем, что с них буквально сошло семь потов, что эта нагрузка совсем не для ленивых. На самом деле, надевая EMS-костюм, мы просто сокращаем время занятия, а по сути — это абсолютно полноценная тренировка, как и в любом спортзале. Так что можно быть здоровыми и подтянутыми и в то же время не ограничивать время на общение с семьей или на решение каких-то других важных проблем.

— Как часто вы сами посещаете EMS-тренировки?

— Дело в том, что, как и в любом виде спорта, у EMS-тренировок есть свои противопоказания: беременность, наличие кардиостимуляторов и, к моему глубокому сожалению, онкологические заболевания. Так что сама я не могу заниматься в своей студии. Мне, конечно же, очень обидно, но идти против советов своих врачей я не могу. Зато мне нравится делать счастливыми других людей, дарить им возможность выглядеть здоровыми и красивыми.

г. Томск, ул. А. Беленца, 9/1,
тел. (3822) 232-232, fit-n-go.ru
fit_n_go_tomsk fitngotsk

Укладка: Анастасия Кузьмина. Макияж: Наталья Казанцева.
Центр красоты «Поручка новостей», @topnews_salon.

Мне нравится делать **СЧАСТЛИВЫМИ** других людей, **ДАРИТЬ** им возможность выглядеть **ЗДОРОВЫМИ** и красивыми.



Магазин здоровых продуктов «Фабрика вкуса»

«ЭКО-ФАБРИКА СИБИРСКИЙ КЕДР»

Где находится: Россия, Томская область

Главный продукт: сладости из кедрового ореха и сибирских дикоросов.

Томскую компанию «Сибирский кедр» можно без зазрения совести назвать здоровым бизнесом — как в плане качества и пользы выпускаемой продукции, так и в отношении «внутренней кухни», на которую нам удалось заглянуть.

Характерно, что сами сотрудники «Сибирского кедра» с удовольствием придерживаются здорового образа жизни и на своих рабочих местах, и за пределами офиса. Мы говорим с ведущими специалистами компании о том, какое значение «Сибирский кедр» имеет в их жизни, почему они любят свою работу и преданы ей.



ЮЛИЯ ТЕРЕНТЬЕВА,
руководитель
отдела
управления
продуктом,
стаж работы в
компании более
года

— Юлия, как повлияла на вашу жизнь работа в компании?

— «Сибирский кедр» — это молодое развивающееся предприятие, и все, кто сюда приходят с креативными идеями, могут без труда реализовать их в рамках компании. В крупных организациях от идеи до ее воплощения проходит большое количество времени из-за необходимости различных согласований, здесь же этот путь короче.

Например, мой отдел занимается созданием продукта с нуля, его запуском



Кафе здорового питания «Фабрика вкуса»

и внедрением в производство. Как только у нас рождается идея, мы совместно с технологами делаем экспериментальную партию и предлагаем ее для дегустации покупателям. Примерно через два месяца, когда понимаем, что продукт понравился потребителям, создаем дизайн упаковки и начинаем производство в промышленных масштабах. За год моей работы мы запустили несколько наименований, есть прогресс и в плане продвижения, а наш отдел вырос с пяти человек до двенадцати. Преобразований много, но и сама компания очень сильно поменяла меня.

Здесь я ощущаю себя нужной, мне хочется приходить на работу не формально, а для того, чтобы участвовать в настоящем творческом процессе, постоянно решать непростые задачи. Я удивительно гармонично и позитивно ощущаю себя сейчас: есть и личная жизнь, и увлечения, и я занята полезным и интересным делом.

— Идеология компании «Сибирский кедр» схожа с вашими собственными принципами?

— Идеология компании — поддержание здорового образа жизни — мне полностью подходит: ее я разделяла и до прихода в «Кедр». Так что я просто плавно вписалась в нее. В нашей команде почти каждый увлекается каким-либо видом спорта и следит за питанием. Я тоже начала задумываться над тем, что я ем — это несомненный плюс. К тому же наше кафе «Фабрика вкуса» помогает нам питаться правильно, показывая, что это несложно и очень вкусно. Мы постоянно завтракаем и обедаем там.

— Самый любимый продукт «Сибирского кедра»?

— Мне нравятся кедровые палочки — в них нет ничего лишнего, только кедровый орех и шоколад. (Улыбается.) Ну и, конечно, кедровое масло, к которому раньше я скептически относилась. А попробовала его в салате — и теперь никакое другое для заправки не использую.

— Расскажите по секрету о ближайшей премьере компании?

— Недавно мы проводили закрытую дегустацию кедрового грильяжа с диким



Офис компании «Сибирский Кедр»

- **ГЛАВНОЕ КРЕДО КОМПАНИИ: ОТКРЫТЬ МИРУ НАСТОЯЩИЙ ВКУС СИБИРИ**
- **ЧТО ВДОХНОВЛЯЕТ НА РАЗВИТИЕ: ЭМОЦИИ ЛЮДЕЙ, ВПЕРВЫЕ ПОПРОБОВАВШИХ НАШУ ПРОДУКЦИЮ.**
- **ПЛАНЫ НА СВЕТЛОЕ БУДУЩЕЕ: СТАТЬ НАЦИОНАЛЬНЫМ БРЕНДОМ**

яблоком: всех секретов вкуса не раскрываю, но уверяю, что томские гурманы его оценят.



ИЛЬЯ КЛИНКИН,
директор по
развитию,
стаж работы в
компании два года
— Илья, какая
основная задача
стояла перед
вами, когда вы пришли в «Сибирский кедр»?

— Создание большой сплоченной команды. Когда я пришел, к сожалению, коллективу не доставало слаженности и вовлеченности в рабочий процесс. Но мы начали воплощать в жизнь проекты, связанные с работой розничной сети. И в какой-то момент произошел настоящий качественный скачок: сегодня мы гордимся каждым нашим сотрудником, и каждый из нас ощущает себя частью единого целого, предан интересам компании. Я считаю, что именно люди способны вдохнуть жизнь в предприятие, создать особенную корпоративную культуру и идеологию.

— Создание большой сплоченной команды. Когда я пришел, к сожалению, коллективу не доставало слаженности и вовлеченности в рабочий процесс. Но мы начали воплощать в жизнь проекты, связанные с работой розничной сети. И в какой-то момент произошел настоящий качественный скачок: сегодня мы гордимся каждым нашим сотрудником, и каждый из нас ощущает себя частью единого целого, предан интересам компании. Я считаю, что именно люди способны вдохнуть жизнь в предприятие, создать особенную корпоративную культуру и идеологию.

— Какие качества вы цените в членах вашей команды?

— Для меня главное — отношение

каждого сотрудника к бренду «Сибирский кедр». Как директор по развитию и член команды я хочу, чтобы любого работника компании и продукт, который мы производим, оценивали как единое целое. «Сибирский кедр» — это синоним классной продукции, крутых сотрудников, это стремление создать престижный hr-бренд. У нас даже есть хэштег #унаскрутоработать.

— Важно ли обеспечить комфортные условия для работы в офисе?

— Безусловно. Пример тому — офис в стиле лофт, где мы сейчас находимся. Подобные интерьеры есть только у IT-компаний, и, честно, в Томске я таких видел мало. Нам повезло, что директор «Сибирского кедра» принял решение расширяться и обосноваться в центре города. Одна из наших фишек — совместная библиотека: каждый сотрудник может сказать, что ему нужна какая-то книга, причем, на любом языке — и мы ее ему предоставим. А мое личное нововведение — это бесплатные фрукты в офисе. Я за здоровый образ жизни! (Улыбается.)

— Существуют ли у вас какие-то корпоративные традиции?

— Пока можно говорить лишь об

интересной организации нашего досуга, но думаю, все еще впереди. Мы часто играем в футбол, стараемся регулярно ездить в бассейн. Совместить графики для корпоративных занятий сложно, у многих есть семьи, но мы все-таки стремимся проводить время вместе и с пользой для здоровья. А не так давно у нас появилось очень интересное мероприятие — «Пятничный чай». После того, как кто-то из нас съездит в отпуск или в командировку, мы собираемся, включаем проектор, наливаем чай и делимся своими впечатлениями, ближе узнавая друг друга.

— Самый любимый продукт «Сибирского кедра»?

— Наверное, это наша пастила, которую можно съесть в качестве здорового перекуса, — она одновременно и насыщает, и приносит пользу организму.



РОМАН МИРОНОВ,
директор по маркетингу, стаж работы более года

— Роман, как благодаря «Сибирскому кедру»

поменялась ваша жизнь?

— Изменений много! Должность руководителя, новое окружение заставили меня адаптироваться, полностью поменять свой образ жизни. Первое что я сделал — бросил курить — мне было просто стыдно делать это, так как у нас нет людей с такой вредной привычкой. Зато совершенно неожиданно в моей жизни нашлось время для спорта — и это крайне позитивное влияние. (Улыбается.)

— Что вы требуете от сотрудников, когда принимаете их на работу?

— Самое главное — это жизненная активность, желание достичь такого результата, чтобы все сказали «вау»! Иногда эти качества важнее, чем какие-то фундаментальные знания. Другой момент — человек, который приходит работать ко мне в департамент маркетинга, должен быть по сути своей «забастовщиком»:



Кафе здорового питания «Фабрика вкуса»

всегда сомневаться, искать какие-то иные решения, быть не таким как 99 процентов специалистов на рынке.

— Каким руководителем вы себя считаете?

— Пожалуй, современным и прогрессивным... Современным именно в подходе к работе с командой: в отделе нет строгих временных ограничений, когда тебе надо прийти, когда уйти... Я предпочитаю сотрудничать с молодыми ребятами: как правило, у них нет готовых стандартных решений, «прошлого опыта», им проще выйти за рамки. Мы работаем в режиме стартапа, поэтому нам нужны амбициозные люди, которые не будут ждать, что им покажут, как делать, а скорее сами разберутся и придумают ответы.

— Важно ли обеспечить комфортные условия для работы в офисе?

— Да, ведь если человек находится в комфортной среде, у него все мысли будут сосредоточены на целях, которые ему ставит команда и руководитель. А вот если ему не нравится его стул или стол, он будет смотреть в окно и мечтать о том, как где-то удобно и здорово. (Улыбается.)

— Какой продукт компании является вашим фаворитом?

— Моя душа целиком и полностью принадлежит конфетам «Кедровый гри-

льяж». Это то, чем мы гордимся, что пытаются копировать все конкуренты и что никто не сможет повторить. (Улыбается.)

— Какие традиции компании вам нравятся?

— Когда есть свободная минутка, мы на работе играем в настольный теннис, и меня надо сказать, еще никто не обыграл, ну за исключением пары раз. Поэтому я жду сотрудника, который смог бы это сделать, даже есть идея проводить собеседование за партией в настольный теннис. (Смеется.) Еще мы очень серьезно подходим к поздравлению сотрудника в день рождения: это всегда

большая тарелка интересных фруктов, обязательно пакет с нашей продукцией, ну и девушкам цветы — это даже не обсуждается.

— Какой месседж вы хотите донести до ваших потенциальных сотрудников?

— Хочется, чтобы люди увидели в нас альтернативу консервативным компаниям. Думаю, если молодежь будет выбирать современный стиль работы, то многое и в стране может поменяться. Создание комфортных условий для работников должно быть нормой, а зачастую у нас работодатель ограничивается только тем, что компьютер у его сотрудника хоть как-то работает... Мы считаем, что это неправильный подход и хотим глобально изменить такое отношение. Мы постоянно развиваемся, улучшаем условия труда, поэтому приглашаем к себе всех молодых, целеустремленных, креативных, прогрессивно мыслящих людей. Своё резюме вы можете отправлять напрямую героям данной статьи на почту:

roman@ecofactory.ru

ilya@idsiberian.ru

julia.terentyeva@ecofactory.ru.

Томская область, Томский район,
д. Петрово, ул. Луговая, 11,
тел. +7(3822)311-175, 8(800)100-38-22,
idsiberian.ru @siberian_nuts

Удовольствие на здоровье

Мы специально собрали топ сладких удовольствий, съесть которые можно без малейших опасений за свою фигуру

КЕДРОКОФЕ КЛАССИЧЕСКИЙ, БЕЗ САХАРА, ОТ КОМПАНИИ «ТЕРРИТОРИЯ ТАЙГИ»

Низкокалорийный, не содержит кофеина, способствует нормализации пищеварения.

В его составе: мука кедровая, молотая скорлупа кедрового ореха, сливки сухие.

Уникальный напиток сочетает в себе не только необычный мягкий вкус, но и приятный аромат кедрового ореха, обладает тонизирующим действием, повышает работоспособность и заряжает бодростью на весь день! Это отличная замена обычному кофе.

Где его найти: в фирменных магазинах Супермаркет дикоросов «Территория тайги», ул. Красноармейская, 101 а (1-й этаж)



МОРОЖЕНОЕ ORGANICBAR ОТ КОМПАНИИ «33 ПИНГВИНА»

Не содержит сахара, минимум калорий, четыре сорта для веганов, шесть сортов из цельного молока

В его составе: в зависимости от сорта — настоящие орехи, тропические фрукты, свежие ягоды, горький бельгийский шоколад.

Теперь мороженое можно смело отнести к числу здоровых и полезных десертов. Десять его сортов созданы для тех, кто уделяет особое внимание своему питанию и занимается спортом.

Где его найти: в фирменных кафе «33 пингвина»



ЯГОДНАЯ ПАСТИЛА (ЧЕРНИЧНАЯ) ОТ КОМПАНИИ «СИБИРСКИЙ КЕДР»

Подходит сыроедам, веганам, не содержит глютена, без сахара, низкое содержание калорий.

В его составе: ягоды черники, яблочное пюре.

Это натуральный продукт, сохранивший все полезные свойства ягод благодаря низкотемпературной сушке.

Где его найти: в фирменном магазине эко-фабрики «Сибирский Кедр», ТРЦ «Изумрудный город», пр. Комсомольский, 13 б



ЖИВЫЕ КОНФЕТЫ «ЖЕНСКОЕ ОБОЛЬЩЕНИЕ» ОТ КОМПАНИИ «ЖИВОЕ ПИТАНИЕ»



Не содержат сахара и пальмового масла, консервантов или усилителей вкуса.

В их составе: чернослив, изюм, ядро фундука, кокос свежий.

Перемолотые до однородной массы сухофрукты с целым хрустящим

орешком внутри, подарят вам отличное настроение и хорошую работу кишечника. Эти полезные конфетки можно есть даже вечером. Особенно рекомендуем их с травяным чаем.

Где их найти: пр. Комсомольский, 13 б, INTERSPAR, ТЦ «Изумрудный город»; ул. Архитекторов, 2, супермаркет SPAR

ВКУСНЫЙ АКТИВАТОР ДИЕТ — КОКТЕЙЛЬ «Я ДИЕТА» ОТ КОМПАНИИ «СИБИРСКАЯ КЛЕТЧАТКА»



Снижает аппетит, очищает организм, дарит чувство легкости.

В его составе: оболочка пшеничного зерна, ягоды клубники, семена чиа, инулин, экстракт бурых водорослей.

Этот вкусный, полезный коктейль отлично подойдет для начала дня или перекуса: 2 столовые ложки коктейля необходимо смешать с 200 мл воды комнатной температуры, дать настояться пару минут и напиток готов!

Где его найти: пр. Фрунзе, 109, офис 114

ОВСЯНОЕ ПЕЧЕНЬЕ ОТ ХЛЕБОПЕКАРНОГО КЛУБА «ЗЕРНО»



Источник растительных жиров и минералов, ускоряет процессы пищеварения, не вредит фигуре, готовится без использования яиц

В его составе: мука первого сорта, смолотые ов-

сяные хлопья, сливочное масло, немного сахара, молоко, соль, разрыхлитель и пряная корица.

Овсяное печенье считается одним из самых популярных печений в мире! Оно может стать вкусным и приятным дополнением к ароматному чаю или кофе... А может вы предпочитаете макать печенье в молоко?!

Где его найти: г. Томск, ул. Р. Люксембург, 4 в; ул. Нахимова, 8, ст. 2



«МАГИКАД»

Где находится: филиалы в Томске, Северске, Кемерове, Красноярске
Основной продукт: нижнее белье

Какая связь между здоровьем и женским нижним бельем? Самая прямая и непосредственная, уверен Виктор Семишченко, директор компании «Магикад», известной, пожалуй, каждому томичу.

— Виктор Николаевич, что для вас значит ЗОЖ, придерживаетесь ли вы его?

— Конечно, стараюсь придержи-

ваться, особенно когда это не требует больших усилий: считаю надо просто изменить свои обычные привычки, например, предпочтения в питании, в своем обычном режиме. Когда младшие дети пошли в школу, наша семья дружно перешла на вечерний отбой в 22.00. Сначала взрослые делали вид, что ложатся спать, чтобы усыпить детей, а потом и сами привыкли к раннему началу сна, оказалось, что проснувшись в 6 часов, можно гораздо больше успеть сделать за день. Такое ощущение, что и сутки становятся длиннее. Ну а спорт — это вообще наша фишка. Мы все спортсмены, просто у детей тренировок побольше. У меня 4 раза в неделю,

3 — в зале тяжелой атлетики, утром в воскресенье — традиционный футбол с друзьями, зимой в зале, летом на открытом воздухе. И, конечно, обязательная утренняя зарядка.

— Приверженность здоровому образу жизни относится к ключевым ценностям вашей компании? Как это влияет на ее деятельность?

— В нашей фирме сотрудники не курят, мы не берем на работу людей с такой привычкой. Проводим корпоративные мероприятия на свежем воздухе: в Академгородке, на берегу Томи, обязательно с веселыми конкурсами, в том числе и физкультурными. Ключевой персонал фирмы — продавцы должны всегда быть в отличной физической форме, ведь работа обязывает быть весь день на ногах. В здоровом теле — здоровый дух, с жизнерадостными веселыми сотрудниками — любое дело по плечу.

— По какому принципу вы отбираете бренды, с которыми работаете?

— Качественная продукция — ключевой показатель нашей фирмы. Во-первых, мы занимаемся нижним бельем давно и очень ценим мнение покупателей о нашей продукции. Во-вторых, даже одна небольшая партия товара ненадлежащего качества может кардинально повлиять на успех продвижения наших брендов. Поэтому качество, качество, и еще раз качество. Отсюда и выбор брендов: сегмент средний, средний плюс. В разгар кризиса мы не стали подстраховываться, вводя в ассортимент более дешевые товары. Сейчас совершенно об этом не жалеем: наш покупатель это оценил, оставшись с нами, сокращать магазины и товарную матрицу не пришлось, так что продолжаем развитие.

— Насколько верно утверждение, что белье из натуральных тканей — хлопка и шелка — носить полезнее синтетического?

— Наши специалисты могут ответить на этот вопрос очень подробно,

MILAVITSA



Triumph



- **ГЛАВНОЕ КРЕДО КОМПАНИИ: МЫ ПРЕДЛАГАЕМ НЕ ПРОСТО ВЕЩЬ, А НАСТРОЕНИЕ, ОБРАЗ, ЛЮБОВЬ К СЕБЕ**
- **ЧТО ВДОХНОВЛЯЕТ НА РАЗВИТИЕ: ЖЕЛАНИЕ ДАРИТЬ ЖЕНЩИНАМ КРАСОТУ И КОМФОРТ**
- **ПЛАНЫ НА БУДУЩЕЕ: ЭКСПЕРИМЕНТИРОВАТЬ, РАБОТАЯ ТОЛЬКО С ПРОВЕРЕННЫМИ БРЕНДАМИ**

приводя серьезные аргументы. Отвечу в целом: синтетические материалы тоже очень разные. Современные варианты ни в чем не уступают натуральным, а в чем-то их и превосходят. Но они и стоят немало. В любом случае, выбор за покупателем. В наших магазинах широко представлена продукция всех направлений. Предпочитаете белье из хлопка — предложим, хотите нарядный комплект из качественных синтетических полотен, с тонким кружевом и эффектом 3D, пожалуйста, приходите.

У нас есть белье исключительно из натуральных, экологичных материалов, это линия Comazo, в которой нет ни грамма химических красителей. Изделия даже сохранили аромат травяного луга! Оно очень мягкое, идеально подходит людям, не переносящим синтетические полотна.

— Верно ли, что женщины стали предпочитать комфорт и здоровье красоте?

— Современное белье очень разнообразно, как и наша современная жизнь. Конечно, можно облачиться в какой-то

универсальный вариант и проходить в нем весь день, но стоит ли? На работу следует надеть удобный практичный комплект, на тренировку — специальный спортивный, вечер — время для очаровательного комплекта на романтическое свидание... Наши производители белья обо всем уже позаботились: у нас всегда можно подобрать отличный вариант функционального, красивого, нарядного, кружевного, эластичного, гигроскопичного и любого другого белья...

— Выбор нижнего белья — ритуал очень важный и зачастую зависит от образа жизни и принципов клиентов. Насколько вам удается их учитывать при отборе тех или иных брендов и коллекций?

— Миссия нашей фирмы — давать возможность покупателям приобрести на просто необходимую вещь, но и нечто большее — настроение, самовосприятие, образ... Именно поэтому мы не ограничились одним брендом. У каждой марки есть свой стиль, свое направление. Например, девиз DIM —

украшать тело человека. Эта продукция дарит покупателю свободу движения, удобство и хорошее самочувствие каждый день. Здесь вы не найдете изысканных кружев и вычурного декора, но зато оцените инновационные линии белья и новые революционные материалы. Triumph более 100 лет работает над созданием комфортного белья и предлагает широкую размерную линейку бюстгалтеров от чашки А до G в моделях как для особого случая, так и в максимально незаметных под одеждой.

Коллекции бренда Palmetta отличаются традиционным кроем. Производитель умело сочетает натуральные и синтетические материалы, что позволяет изделиям надолго сохранять привлекательный внешний вид, не причиняя вреда здоровью.

Все бренды, которые мы представляем, идут в ногу со временем, подстраиваясь под ритм жизни покупателей, постоянно совершенствуют продукцию. Одно из последних изменений произошло в Milavitsa. С 2018 года полностью обновилась классическая коллекция бренда: современные полотна, стильная фурнитура, европейские кружева, линия Body Art для женщин с особыми требованиями.

— Можно ли утверждать, что белье влияет на эмоциональное состояние женщины и на ее физическое здоровье?

— Ответ очевиден: мы и работаем для того, чтоб наши покупатели получали как можно больше положительных эмоций. Для розничного магазина работа с покупателем это основное, что отличает его, например, от интернет-магазина. Возможность поучаствовать в процессе выбора белья, тактильные ощущения, консультации опытного продавца, и, в конечном итоге, правильный выбор, все это залог хорошего настроения, которое мы гарантируем клиентам. А качественный товар, конечно, залог здоровья.

Адреса фирменных магазинов нижнего белья Milavitsa, Triumph, DIM, Palmetta смотрите на сайте www.magicad.ru/city/tomsk



ХЛЕБОПЕКАРНЫЙ КЛУБ «ЗЕРНО»

Где находится: г. Томск,
ул. Р. Люксембург, 4 в;
ул. Нахимова, 8, ст. 2
Основной продукт: выпечка,
хлебобулочные изделия



Представить здоровый образ жизни без правильного питания практически невозможно. Но тут-то и кроется подвох: огромное изобилие товаров и разной информации о степени их полезности только затрудняет выбор. И даже такой базовый продукт, как хлеб, вызывает много вопросов...

Узнать буквально все о свежеприготовленном багете или булке (и даже получить пару ценных советов и закваску для выпекания домашнего хлеба!) всегда можно в хлебопекарном клубе «Зерно», куда мы и отправились, чтобы побольше узнать о здоровом хлебном бизнесе...

— **Екатерина, расскажите про формат вашего клуба, как он появился?**

— Все началось с огромного желания возродить культуру традиционного хлебопечения — мы проводили мастер-классы для тех, кто, как и мы, был увлечен этой идеей. Потом с нами начали сотрудничать рестораны и магазины, которые оценили наш хлеб. А сегодня «Зерно» — это наша пекарня и две маленьких, но очень гостеприимных хлебных лавки — на улице Розы Люксембург и на Нахимовском рынке. Почти за год работы в формате «пекарня» мы с каждым нашим посетителем

познакомились и подружились, всегда стараемся запоминать имена и истории наших гостей, их предпочтения! К нам приходят небезразличные к своему здоровью люди и, конечно, задают много вопросов — ведь на просторах интернета многое написано — вот мы и рассказываем им о том, что знаем и чему сами учились.

— **А какие вопросы чаще всего задают ваши гости?**

— Конечно, у нас многие спрашивают, чем наши технология производства отличается от других. Сильно удивляются, когда мы говорим, что весь процесс приготовления занимает не менее 20 часов (Улыбается.) Но длительность этого процесса способствует запуску работы двух ферментов, которые содержатся в муке — амилазы и протеазы. Они расщепляют крахмал и белок — на простейшие сахара и аминокислоты соответственно. В итоге хлеб, приготовленный этим способом, легко переваривается и полноценно усваивается. Главные помощники в изготовлении такого продукта — время, дрожжи и добрые люди, которые помогают всему этому случиться. (Смеется.)

— **Но сегодня люди, следящие за питанием, стремятся к употреблению бездрожжевого хлеба. Неужели**

дрожжи действительно вредны?

— Действительно, сейчас как-то «модно» кошмарить дрожжи. Поэтому на прилавках магазинов широкий ассортимент «бездрожжевого» хлеба. Но главное, что вы должны понимать — бездрожжевого хлеба не бывает! Хлеб делают хлебом именно дрожжи, а точнее, продукты их жизнедеятельности: спирты и углекислый газ. Откуда, по-вашему, в хлебе дырочки?! Это дрожжинки «надышали».

Многие говорят «бездрожжевой», имея в виду хлеб на закваске, но и закваска содержит дрожжи — из муки, воды, воздуха. Конечно, хлеб на закваске он «другой» — как дорогое выдержанное вино, как хороший сыр. И вот приходят люди и просят «бездрожжевой», мотивируя тем, что они перестали употреблять дрожжевой хлеб и им стало лучше! Первый вопрос в таком случае: а какой вы раньше ели-то?! Огромные производства сейчас заточены на скорейшее получение прибыли. Упрощение, оптимизацию процессов, удешевление... А это и недорогое сырье, и хлебопекарные смеси, которые поднимают тесто за 40 минут, и довольно сомнительный продукт на выходе. Увы! Именно поэтому у нас процесс тестоведения растянут на 20 часов. При минимальной «гомеопатической» порции дрожжей мы получаем максимум вкуса, аромата и пользы.

— **Еще один популярный запрос — безглютеновые продукты...**

— Про них у нас тоже часто спрашивают. Но что такое глютен? Это несколько видов белков муки, которые, при увлажнении водой, придают определенную структуру тесту — грубо говоря, это «резиновая» пленка, которая удерживает в тесте газ. Хочется немного высказаться по поводу модного нынче движения «глутенфри». Безусловно, если врач запретил и по медицинским показаниям вам действительно необходимо исключить глютенсодержащие продукты, то ищите специализированные магазины, где даже примерно подобная продукция не пересекается с тем, что содержит глютен. Если же никаких медицинских показаний и запретов употреблять хлеб для вас нет, то милости просим.

— **А как же быть с калориями, которые только и делают, что несут вред нашей фигуре?**

— Конечно, наш хлеб калорийный, особенно тот, что с зернами. Но ведь

- **ГЛАВНОЕ КРЕДО КОМПАНИИ: «ПРОСТО И ПОНЯТНО» — ОСНОВНОЕ ПРАВИЛО В НАШЕЙ РАБОТЕ!**
- **ЧТО ВДОХНОВЛЯЕТ НА РАЗВИТИЕ: ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ, ЕГО ЗАЛОГ — ЧЕСТНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ**
- **ПЛАНЫ НА СВЕТЛОЕ БУДУЩЕЕ: И ДАЛЬШЕ УДИВЛЯТЬ ЛЮДЕЙ ОТЛИЧНЫМ КАЧЕСТВОМ ИЗДЕЛИЙ**

калории — это источник энергии, как без них жить-то? Пшеничное зернышко уникально по своему составу, оно содержит витамины А, Е, F, витамины группы В, минералы. Большинство полезных компонентов содержится в оболочках зерна, поэтому мы в производстве используем муку более низких сортов (первого, второго, цельнозерновую), чтобы сохранить и донести до покупателя всю пользу злаков. Не нужно бояться калорий. Хороший хлеб несет больше пользы, чем вреда. В каждой культуре, в каждой религии хлебу отводится особое место! Раньше города строились там, где была возможность возделывать злаковые культуры. А в Древнем Египте, напри-

мер, хлеб, золото и солнце обозначали одним символом: кругом с точкой в центре, что же еще можно говорить о ценности этого продукта, если люди издавна ставили его в один ряд с солнцем и золотом.

Именно такой ценный, настоящий и вкусный продукт мы и производим. И приглашаем всех прийти и познакомиться! Тем, кто у нас впервые мы всегда дарим подарки и каждому рады! Вы вольны выбирать, какой теории питания придерживаться, но самое главное — чтобы продукты на вашем столе были свежие, простые и понятные по составу. Это правило «просто и понятно» — основное в нашей работе!



КЛИНИКА СОВРЕМЕННОЙ КОСМЕТОЛОГИИ И ДИЕТОЛОГИИ «ИДЕАЛЕ»

Где находится: пр. Ленина, 110
Сфера деятельности: медицинские услуги

Редкая клиника Томска может похвастаться таким фактом биографии, как разработка ее диетологом специального меню для одного из самых популярных городских ресторанов. Собственно, пока столь уникальный проект реализовала только клиника «Идеале», предвосхитив этим (весьма незаурядным!) способом празднование своего пятилетия в апреле текущего года. Причем подобное новаторство и неумное стремление развиваться самим и менять окружающий мир в лучшую — здоровую и полезную — сторону характеризует ее деятельность с самого момента основания.

Фундаментальный подход ко всему, что касается здоровья и красоты — своих и окружающих — в этом и заключается, пожалуй, образ жизни как руководства, так и сотрудников «Идеале», с которыми мы поспешили пообщаться сразу после юбилея...

Ирина и Иван Хохловы,
руководители Клиники «Идеале» и Центра здоровья «Аксиома»

— Что для вас значит здоровый образ жизни, придерживаетесь ли вы его.

— ЗОЖ для нас — не просто физические нагрузки и еда. Это прежде всего мировоззрение, с которым мы живем: это экологически чистые продукты, прогрессивные и проверенные временем методы поддержания и восстановления организма и внешности, позитивный образ мышления, умение выбирать для себя лучшее. ЗОЖ — это ключевая концепция наших медицинских цен-



тров — Клиники «Идеале» и Центра здоровья «Аксиома»; это то, зачем к нам приходят люди.

— Есть ли мероприятия внутри компании, направленные на поддержание здорового образа жизни среди ее сотрудников?

— Мы, как руководители, понимаем ценность каждого нашего сотрудника, бережем его. Поэтому весь персонал проходит консультирование, обследование, лечение и восстановление в наших центрах на беспрецедентно льготных условиях. А еще мы регулярно проводим совместные праздники и мероприятия, например, семейные игры в боулинг.

— Какие качества в сотрудниках вы считаете главными?

— Наши сотрудники — прежде всего профессионалы, гармоничные личности, стремящиеся творить здоровье и красоту во благо пациентов, стремящиеся расти и развиваться как в профессиональном, так и в личном плане.

Ирина Попова,
косметолог

— Клиника «Идеале» стала для меня больше, чем просто работой. Это моя семья, мой второй дом. Безусловно, я меняюсь вместе с концепцией и потребностями клиники, ведь в каждой семье есть перемены и выход на новый уровень, новый жизненный этап. Я становлюсь более качественной во всех смыслах этого слова, и мое любимое окружение следует за мной! Могу сказать, что моя работа — это и есть стиль моей идеальной жизни!

Мой главный мотиватор — это благодарные, радостные и счастливые лица пациентов, которых мы искренне любим и ставим их интересы превыше всего. Все наши знания, умения, опыт и передовые технологии объединены, чтобы помочь клиентам максимально экологично обрести здоровье, красоту, гармонию внешнего и внутреннего мира, значительно улучшить качество и про-



должительность их жизни. Конечно же и признание руководства является мощным мотиватором! К примеру, у нас награждают лучших сотрудников по итогам месяца, квартала, года. И есть еще очень продуктивная традиция — проведение еженедельных тренингов профессионального роста. Все это для меня очень ценно и дорого!



Ольга Перфильева,
эндокринолог,
УЗИ-специалист

— Я работаю в Клинике «Идеале» с самого основания, и моя жизнь изменилась кардинально! Приобщение к такому доброму делу, как забота о здоровье наших пациентов, и работа с прекрасным человеком — главврачом Ириной Владимировной Хохловой буквально поменяли меня изнутри. Я многому учусь у своих коллег, и для меня это действительно серьезный опыт. Работа еще больше укрепила мою уверенность в себе, на публике я стала более раскованной. Могу сказать, что это невероятно мотивирует, и теперь мне хочется покорять все более высокие вершины. Сейчас я уже стала врачом первой категории.



Наталья Серикова,
косметолог

— В Клинике «Идеале» я открыла для себя философию красоты с иной стороны и получила воз-

можность применить полученные знания на практике. Самый большой мотиватор для меня — это результат проделанной работы, который видно сразу после процедуры! Это дает мне нескончаемое желание творить!

Мои жизненные убеждения — желание постоянного повышения профессионального уровня и мастерства — схожи с идеологией клиники «Идеале» — «постоянно развиваться и быть на шаг впереди!». Кроме того, мое личное желание и стремление к здоровому питанию воплотились в жизнь и нашли поддержку у коллег благодаря корпоративным традициям, которые существуют в «Идеале».

- **ГЛАВНОЕ КРЕДО КОМПАНИИ: ДЛЯ НАШИХ КЛИЕНТОВ ВЫБИРАЕМ ТОЛЬКО ЛУЧШЕЕ И НИЧЕГО ЛИШНЕГО!**
- **ЧТО ВДОХНОВЛЯЕТ НА РАЗВИТИЕ: НАШИ ЕЖЕДНЕВНЫЕ ПОБЕДЫ — ОТЛИЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПАЦИЕНТОВ**
- **ПЛАНЫ НА СВЕТЛОЕ БУДУЩЕЕ: КАК ВСЕГДА, БЫТЬ НА ШАГ ВПЕРЕДИ**



Алёна Иванова,
администратор

— Я работаю в клинике «Идеале» уже четвертый год — почти с момента ее открытия, и моя

жизнь с приходом в этот коллектив изменилась кардинально! Но только в лучшую сторону! (Смеется.) Я, как и все мои коллеги, считаю, что все в человеке должно быть гармонично, и именно на это направлена работа наших специалистов. Поэтому для меня большая радость видеть довольные и счастливые лица клиентов клиники, многие из которых приходят сами и приводят своих родственников, рекомендуют нас знакомым. Думаю, такое доверие дорогого стоит... А еще мне очень нравится наша традиция отмечать все праздники вместе, потому что на них ощущаешь себя как в семейном кругу.



Проверено на себе

Здоровье в наше время — обязательное условие успешного бизнеса. Наталья Шишкина сделала карьеру в банковской сфере, но потом круто сменила род деятельности и связала свою жизнь с медициной. В 2015 году она открыла центр интеллектуальных медицинских технологий «СКЭНАР ПРАЙД».



НАТАЛЬЯ ШИШКИНА, ДИРЕКТОР ЦЕНТРА

— Результаты лечения различных заболеваний с помощью прибора СКЭНАР меня настолько впечатлили, что я решила открыть клинику, желая помочь людям узнать о безопасных методах лечения.

Все врачи «СКЭНАР ПРАЙД» имеют высшее медицинское образование и опыт работы в традиционной медицине. Наши доктора регулярно проходят сертифицированное обучение у преподавателей завода-производителя прибора ЗАО «ОКБ «Ритм», владеют более чем 400 методиками, умело комбинируя их в процессе лечения пациентов. «СКЭНАР ПРАЙД» — это «здоровый бизнес», ведь мы не только помогаем справляться с банальными простудами, но лечим и хронические заболевания, помогаем восстановиться после тяжелых болезней, хирургических операций.

На сегодняшний день мы расширили спектр предоставляемых услуг. У нас есть современное оборудование для проведения функциональной диагностики всех систем организма, вегето-резонансная терапия (ВРТ), скэнар-косметология, REDCORD, кабинет медицинского педикюра, своя лаборатория по забору крови, на подходе открытие отделения трихологии.



СЕРГЕЙ СМЕРНОВ, ГЛАВНЫЙ ВРАЧ ЦЕНТРА, ОПЫТ РАБОТЫ СКЭНАР-ТЕРАПЕВТОМ БОЛЕЕ 10 ЛЕТ

— Когда работал в госпитальной клинике хирургом, я мог помочь пациенту здесь и сейчас, на операционном столе. Оказалось, что помогать можно кардинально по-другому — без лекарств и без скальпеля. К скэнар-терапии можно прибегать при активных жалобах, в случаях с острой болью пациенту можно даже ничего не рассказывать — он сам по-

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

чувствует на себе действие прибора, а при курсовом лечении происходит перестройка всего организма.

Например, при наличии грыжи межпозвоночных дисков, СКЭНАР помогает восстановить капиллярную сеть, обеспечивающую кровоснабжение пострадавшего сегмента позвоночника. Для этого восстанавливаем работу пищеварительной системы, обмена веществ, а также бесперебойное функционирование эндокринной системы. У нас были пациенты, которые делали томограмму «до» и «после» терапии — на ней видны отсутствие грыжи и гидратация дисков.

Рекомендуем обратить внимание на подвесную систему REDCORD. Она используется при заболеваниях опорно-двигательного аппарата, также есть опыт восстановления с ее помощью пациентов после инсультов.



ВАЛЕРИЯ МЕТЛИНА, ВРАЧ-ЭНДОКРИНОЛОГ, НУТРИЦИОЛОГ, РАЗРАБОТЧИК ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПРОГРАММ ПО ЗДОРОВОМУ ПИТАНИЮ

— При лечении эндокринных нарушений имеет смысл объединять скэнар-терапию и коррекцию гормонального фона. Эндокринная система воздействует на огромное количество процессов в организме, от которых зависит наша жизнь — начиная с обмена веществ и заканчивая возможностью забеременеть и родить здорового ребенка. Скэнар-терапия способна запустить процессы саморегуляции и восстановления всех систем организма, в том числе, эндокринной, а при помощи минералотерапии, подбора оптимального

режима питания, физической нагрузки, коррекции жирового, углеводного, белкового и минерального обменов получаем прорыв в ускорении выздоровления пациента.



ИВАН МИЛЬТО, ВРАЧ ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ

— В клинической медицине иногда возникают ситуации, когда врачи не могут остановить развитие той или иной известной патологии. Бывает, что заболевания не выявляют на ранних стадиях. Другая причина — наличие у современных пациентов смазанной клинической картины, симптомов, не укладывающихся в традиционные представления о той или иной патологии, а также отсутствие типичных симптомов, которые мешают правильно поставить диагноз и провести своевременное и эффективное лечение.

Использование современных медицинских технологий, которыми располагает центр «СКЭНАР ПРАЙД», позволяет осуществить высокоточную диагностику заболеваний без внедрения в организм человека, а также уточнить и дополнить данные традиционных методов обследования.

СКЭНАР ПРАЙД
Центр интеллектуальных
медицинских технологий

ул. Яковлева, 15, тел. 777-100
www.skenarpride.ru skenarpride
 skenarpride.ru skenar_pride



Скачайте приложение!
Уникальный промокод:
skenar15

ЖИТЬ ЗДОРОВО!

На пути к здоровому образу жизни мы каждый понедельник обещаем себе все начать сначала: бегать по утрам, отказаться от быстрых углеводов, пить по 2 литра полезной воды... Но резко изменить свои привычки не каждому по плечу. И все-таки есть люди, которые живут по правилам ЗОЖ и чувствуют себя при этом абсолютно комфортно. Именно они стали героями нашей фокус-группы.

АНАСТАСИЯ АЛЬПЕТ

Директор фирменной сети «Сибирский Кедр» и кафе #ФабрикаВкуса

В детстве мне очень повезло!

Я росла еще в период без мобильных, компьютеров и других гаджетов, вместо этого были постоянные прогулки, спорт и интересное общение. А вредные привычки, благодаря семье, обошли меня стороной.

Я до самого студенчества занималась балными танцами, параллельно пробуя бокс. В последнее время занималась групповыми и индивидуальными тренировками в тренажерном зале, включая и танцевальные, и силовые. Зимой — обязательные поездки в Шерегеш, причем в путешествие отправляемся всей семьей, большой дружной компанией от мала до велика. Недавно начала практиковать йогу.

Я за понятный и простой состав продукта и блюда, в моем рационе всегда фрукты и овощи. Люблю салаты

из двух-трех ингредиентов, но с добавлением вкусной заправки, орехов, семян льна, чиа, киноа... Также очень вкусный и полезный перекус — смузи и смузибул. Благодаря работе такой перекус есть в моем рационе каждый день: облепиха, черника, клюква, черная смородина, кедровый орех, мед и, конечно, вода. Первое, что появилось в нашем кафе, — это ионизатор воды. Она у нас на любой вкус: ионизированная, шунгитная, с лимоном, огурцом...

Сложнее всего мне без кофе! И от этого бодрящего напитка я не готова отказаться сейчас! Именно поэтому я так люблю экспериментировать с кофе и натуральными добавками к нему. В нашем кафе «Фабрика Вкуса» есть полюбившийся многим кедровый раф, миндальный и кокосовый латте, еловый раф и др. Главное, что мы делаем все напитки без использования готовых сиропов известных фирм, в составе только натуральные ореховые пасты, сублимированные ягоды и, конечно, волшебство наших бариста.

Мои принципы и желание быть здоровой отразились и на выборе бизнеса: главная цель проекта «Фабри-

ка Вкуса» — понять вкус настоящих натуральных блюд. Мы готовим только из проверенных продуктов, специально отобранных для кафе, также практически все, из чего состоит наше меню, можно приобрести в магазине. Многие привыкли покупать один и тот же список продуктов, но «Фабрика Вкуса» за разнообразием, мы всегда готовы предложить что-то новое.

Мой образ жизни далек от идеального, но я работаю над этим.

Приглашаю всех делать это вместе в пространстве, где мы проводим различные мастер-классы — от приготовления сыроедческих конфет до акварельных рисунков. Сейчас многие люди хотят меняться, развиваться и работать над собой в разных направлениях, а мы хотим создать удобное место, где соберутся единомышленники, которые будут двигаться в едином потоке.

Здоровое питание и активный образ жизни — это колоссальный источник энергии, духовного и эмоционального самочувствия. Чтобы быть здоровым, главное — быть в балансе с собой.



ИГОРЬ РЕЗНИКОВ

директор компании «Территория тайги»

Вся наша семья в полном составе придерживается принципов ЗОЖ. Мы стараемся употреблять в пищу здоровую

еду, соблюдаем режим сна, конечно, много и с удовольствием двигаемся, ведем активный образ жизни. В выходные дни стараемся совмещать полезное с приятным: лыжи, походы, плавание, прогулки по Академгородку. Единственная, пожалуй, моя вредная привычка — из-за того, что мой рабочий день очень насыщенный и длинный, бывает сложно отказаться себе в еде после 18:00.



В юности я занимался плаванием, боксом, вольной борьбой, а сейчас в большей степени отдаю предпочтение сноуборду и лыжам. В зимний период времени есть масса возможностей с пользой и интересно провести время: например, выбраться всей семьей на каток.

В мой ежедневный рацион чаще всего входят свежие фрукты и овощи, армянские сухофрукты. Здоровое питание при активном рабочем ритме очень важно. Так что отступление от правил я позволяю себе очень редко.

Мои собственные принципы и желание быть здоровым, несомненно, отразились на выборе бизнеса — он реализован именно благодаря моему сознательному отношению к себе и своей жизни. Чтобы оставаться здоровым, необходимо не только поддержание физического здоровья, но и умение правильно питаться, подбирать натуральные продукты, которые будут благоприятно влиять на общее состояние в целом.

Так что крылатое выражением «В здоровом теле — здоровый дух» — точно про меня. Ведь для идеального равновесия нужно стремиться и к тому, и к другому.

Я не остаюсь в стороне от современных тенденций ЗОЖ, но прежде всего, ориентируюсь на собственное самочувствие. За современными тенденциями бывает очень трудно угнаться, постоянно появляется достаточно много новшеств. И только благодаря моим ощущениям и настроению я могу четко знать, чем буду заниматься, от этого зависит исход дня в целом.

Считаю, что обязательно нужно пропагандировать ЗОЖ среди близких вам людей — это только принесет пользу их здоровью.

Чтобы быть здоровым, главное — правильно питаться, вести активный образ жизни и быть в отличном настроении! Все это и есть залог здоровья!

МОНИКА ХАПОВА

руководитель проекта «Живое питание» («Интерспар»)

Сколько себя помню, я всегда была избирательна в еде: для меня было очень важно, что я ем. В семье у нас было все довольно просто, без претензий, поэтому мои близкие не понимали моих «отношений» с продуктами. А я всегда рассматривала состав продуктов, прежде чем что-то купить, и даже, когда не было достаточно денег, все равно выбирала недорогие, но наиболее полезные продукты.

Когда мы только познакомились с мужем, он говорил, что я замороченная на эту тему. (Улыбается.) А теперь мы оба исповедуем мою «веру». Здорово, когда вся семья на одной волне, когда все понимают важность здорового и осознанного питания.

Здоровье формируется не только питанием. Интересуясь данной темой и всё больше узнавая о факторах, которые оказывают влияние на наше самочувствие, я пришла к выводу, что здоровье — это настоящий комплекс усилий и большая работа над собой. К их числу я сегодня могу отнести:

- правильное питание и регулярный приём живой, структурированной воды;
- физическую активность (йога, спорт, ходьба, плавание, танцы...);
- позитивное мышление и окружение;
- регулярную чистку организма (разгрузочные дни).

Достаточно много экспериментируя, я выбрала для себя тот способ питания, режим приёма пищи и воды, который наилучшим образом мне подходит. Я регулярно и в достаточном объёме даю своему телу физическую нагрузку и заставляю его изрядно попотеть. Для того чтобы успокоить бег мыслей и получить возможность погрузиться в себя,



я занимаюсь йогой, медитациями и дыхательными практиками, и я поняла, что соединение со своей душой происходит только в тишине, к этому просто надо прийти. Важным фактором для достижения полноценного здоровья является умение формировать позитивное мышление и настроение, постоянно поддерживая себя в таком состоянии. И очень важно идеально сформировать своё окружение, которое разделяет твой образ жизни. И завершающим элементом в

моей методике здорового образа жизни является регулярная (два раза в год) внутренняя чистка организма.

Пройдя в поисках полноценного здоровья путь длиной более 10 лет, я осознаю, что мои усилия были не напрасны. Я великолепно себя чувствую физически и духовно, а моей энергии хватает на реализацию новых творческих идей. Это прекрасное доказательство того, что я нахожусь на верном пути.

АНТОН ЧЕРНИКОВ

директор компании «Сибирская клетчатка»

В детстве я особенно не задумывался над тем, что такое здоровый образ жизни — ел все, что давали, не делил продукты на вредные и полезные. Но точно помню, что почему-то полезным считал кефир. ЗОЖ в детстве для нас был только на улице — там мы и бегали, и играли, и ели все, что под руку попадалось: липовые почки, цветы акации, ростки елки, ранетки...

Я могу есть все. И пить тоже. Но уже давно почти исключил из своего ежедневного рациона свинину, майонез, колбасу, сахар, кетчупы. Пью много натурального кофе. Считаю, что смысл питания не в ограничении, а в разнообразии продуктов с максимумом полезных веществ. То есть полезными будут продукты домашние или лесные дикоросы. Плюс, считаю, в рационе необходимо делать упор на клетчатку. Я знаком со многими технологиями изготовления продуктов, поэтому могу сопоставить информацию, которую дает производитель, и реальность. Например, точно знаю, что масло холодного отжима не может сохранять своих свойств 12 месяцев, как это часто пишут на упаковке. И таких примеров, к сожалению, масса!

Самый надежный источник о современных тенденциях ЗОЖ для меня — это доктор медицинских наук Сергей Николаевич Удинцев, с которым я сотрудничаю уже семь лет. Он готовит статьи и обзоры по интересующим меня темам (число их близко к тысяче сейчас), основанные на объективных результатах научных исследований со всего мира. В русскоязычной среде таких исследований очень мало. Еще я беру информацию из книг по пищевым технологиям. По-



могают и образование, которое я получил на кафедре физиологии человека и животных ТГУ.

Наша семья придерживается принципов ЗОЖ, но мы делаем это без фанатизма. Иногда увлечение людей ЗОЖ напоминает симптомы, близкие к психическому расстройству.

«ЗОЖ придумали диетологи и производители товаров, чтобы вы-

качивать из нас деньги. Здоровье зависит от генов и социальных условий». Я частично согласен с этим мнением, потому что ЗОЖ — это индустрия со своими законами. Нужно понимать, что бескорыстный ЗОЖ заканчивается на вашей даче. (Улыбается.) В остальном много и правды, и полуправды и откровенного мракобесия. Но зато тут каждый выбирает сам что есть, что пить и как жить.

РУБАШКИ от 499 руб.
КОСТЮМЫ от 4 000 руб.



PREMIER V
салон мужской одежды

ул. 79-й Гв. дивизии, 24

ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1,

тел.: 305-307, 8-913-850-53-07

VALENTI MASIMAR LEXMER BOREN PULLTONIC

Инвестируй в новые возможности

Любовь Сергеевна Кремер, заместитель директора Томского филиала БКС Премьер, самым большим достижением своей жизни считает создание команды Томского филиала БКС, на формирование и обучение которой она потратила 5 лет. Теперь под ее началом трудятся 18 человек, которые, по словам их руководителя, имеют четкое представление о том, что они делают, для чего делают и что за это получают.

По-настоящему великими людьми я считаю своих клиентов. Большинство из них долго и упорно трудились, развивая свой бизнес. У каждого из них множество интересных и увлекательных историй. При встрече с ними я могу поговорить на любую тему, ведь мы обсуждаем не только рабочие моменты, но, например, и интересные книги. С ними я переживаю невероятное количество положительных эмоций, нас связывают теплые и дружеские отношения.

С теми, кто ниже меня по положению, я однозначно буду общаться на равных, ровно так же, как и с теми, кто выше меня по положению. Небольшое исключение может составить только возраст человека, потому что абсолютно не важно, какую ты занимаешь должность или сколько у тебя денежных средств. В любом случае человек должен оставаться человеком.

Думаю, мои подчиненные считают меня очень требовательным и жестким руководителем. Мои правила просты: например, не опаздывать на работу. Этого я очень не люблю, особенно когда ссылаются на пробки — эти отговорки вообще не принимаются, выезжать нужно раньше!

Самый ценный совет в своей жизни я получила от моей бабушки, участницы Великой Отечественной войны. Однажды, сказанная ею фраза «Нужно быть лучше, чем вчера, а не лучше кого-то другого» — теперь мой девиз по жизни.

Больше всего меня раздражает, когда люди очень яростно спорят. Особенно если этот спор произошел на пустом месте, без каких-либо оснований.



СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ЛУЧШИЙ ГОРОД ЗЕМЛИ Томск.

С УДОВОЛЬСТВИЕМ ПЕРЕСМАТРИВАЮ ФИЛЬМ «Кейт и Лео».

СЕЙЧАС ЧИТАЮ Олдос Хаксли «О дивный новый мир».

МОЯ ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА

Все контролировать.

ТАБУ Компьютерные игры.

ГАДЖЕТ Lenovo Yoga.

СТРАСТЬ Цветы.

НАПИТОК Вишневый сок.



Мужчине вполне можно пропустить недостаток внешней красоты. Это отлично можно компенсировать хорошими манерами и эрудированностью.

Глядя на меня, никогда не подумаешь, что я абсолютно не публичный человек!

Я хотела бы, чтобы моя дочь знала, что любая цель достижима, главное — правильно ее себе поставить и по пути не отступать. При этом совсем не нужно иметь огромное количество денег или связей.

Мне до сих пор стыдно за то, что на первом курсе ХТФ я прогуляла самую первую пару по английскому языку. На тот момент я уже вела экскурсии на английском языке в Музее истории города Томска, и вот настолько мне было не интересно на этой паре, что я просто ушла.

Я не боюсь признаться в том, что совершенно не умею печь различные кексы, тортики, пироги, булки. Я очень люблю готовить, и, несмотря на свою занятость, всегда найду время, приготовить своим домочадцам обожаемую «сеledку под шубой», но выпечка — это не мое!



БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

РОДИЛАСЬ 15.07.1983 г.

ОБРАЗОВАНИЕ Первое высшее — Томский политехнический университет, химико-технологический факультет, специальность — инженер-технолог
Второе высшее — Томский политехнический университет, инженерно-экономический факультет.

СЕМЕЙНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ

Замужем, есть дочь.

КАРЬЕРА 2000 г. — от операциониста до должности и. о. управляющего филиалом «Сбербанка»

2013 г. — от финансового советника до заместителя директора Томского филиала «БКС Премьер».



Я никогда не стану покупать себе искусственные цветы.

Я не верю, что можно заниматься нелюбимым делом ради получения какой-то выгоды или сидеть на работе с утра до вечера только за зарплату. Работа должна приносить не только деньги, но и удовольствие.

Бизнесом не стоит заниматься, если нет стратегии и ясного видения того, как этот бизнес будет выглядеть минимум лет через пять. Это должен быть четкий оцифрованный план на ближайшую пятилетку.

Лучше всего я умею заряжать положительными эмоциями, отдавать свою нескончаемую энергетику людям, будь то сотрудник, клиент, или рабочий процесс в целом. Ко мне всегда можно прийти с какой-то проблемой или задачей, чтобы мы вместе взглянули на нее с позитивной точки зрения.



**БКС
Премьер**
Больше, чем банк

Томский филиал БКС Премьер,
пр. Ленина, 63, тел. 70-50-32



УРОК ПЕРВЫЙ:

Начинаем складывать пазл

Вот уже месяц я исправно хожу в школу жены. Три раза в неделю с тетрадкой и методичкой записываю шкалу эмоций, треугольник развития отношений, рисую схемы и конспектирую секреты женской мудрости.

Текст: Ксения Колчанова

Помимо психологии в рамках проекта я посетила мастер-классы стилиста, результатами которых я невероятно довольна: разобрала гардероб и посмотрела на все вещи с неожиданных для себя ракурсов, а еще научилась составлять флористические композиции и узнала несколько секретов декора пространства.

Если коротко, то лекции ведущего преподавателя школы, психолога Людмилы Викторовны Максиковой меня перезагружают, а мастер-классы партнеров переключают сознание и наполняют чем-то очень важным для внутреннего женского начала.

Мои изменения видны невооруженным взглядом — я стала по-другому себя вести. Причем как с близкими людьми, так и с окружающими. Стала более рациональна в работе, не позволяю эмоциям управлять собой, четко планирую день и с нетерпением мчусь каждый вечер домой. Никогда в жизни я так явно не осознавала, что «главней всего погода в доме...»

На одной из лекций я выделила для себя самую важную мысль этой весны: атмосферу в доме создает женщина. Она делится своей энергией, и то, что несет в себе жена, создает домашний микроклимат. Поэтому наполнять саму себя позитивной энергией — первооче-



редная женская задача. Но важно понимать, что это не получится, пока ты не научишься выражать негативные эмоции. И если жена измучена бытом, стереотипами, навязанными обществом, не говоря уже о детских травмах, какой энергией она будет наполнять свою семью? Полюбить себя — это не про новое платье, это намного глубже. И на каждой лекции Людмилы Викторовны я нахожу все больше ответов на вопрос «как это сделать?».

Вторым моментом, ставшим для меня отправной точкой в изучении своих семейных проблем, была мысль о том, что современной женщине выгоднее и безопаснее играть роль матери, а не жены. А какая чаще всего материнская позиция? Чрезмерный контроль, забота, внимание, ответственность за каждого члена семьи (в том числе и за мужа). Тогда муж автоматически становится на детскую позицию — женщины часто на это жалуются, не понимая, что сами спровоцировали такую ситуацию.

В нас, русских женщинах, есть очень важная сила — та самая, с которой мы и в горящую избу, и коня на скаку... Секрет в том, что направлять эту силу необходимо в другую сторону — на защиту границ собственной семьи, а именно: мужа от его и своих родителей, от друзей-подруг, а иногда и от себя самой.

Задумайтесь, все конфликты внутри семьи, как правило, случаются между мужем и женой. А дети думают, что между мамой и папой, да еще и причиной чаще всего считают себя. Говорить о том, что дети часто болеют, когда родители в ссоре, и смысла не имеет. Сами наверняка не раз замечали.

На собственном примере я четко стала осознавать причину — по сути, Жены в семье нет, а значит, и мужа тоже нет. Ну, то есть они, конечно, есть, но находятся в глубокой спячке. Пазл не складывается.

Чтобы сложить заветную картинку, у супругов должно быть единое желание и цель — построить партнерские отношения, в результате чего семья будет здоровой, крепкой и счастливой. При этом задачи у каждого свои: что касается жены, то ей надлежит потрудиться и создать поле любви, радости и доверия. Научиться ценить себя, взять ответственность за свой выбор, войти в состояние благодарности своему мужу и искренне верить в то, что он самый умный и смелый и обязательно будет успешен в своем деле. Каким образом это сделать? Это уже индивидуальный вопрос для каждой женщины, который мы прорабатываем как на лекциях, так и во время личных консультаций в «Школе жены».

Внутренне я долго спорила с этим убеждением, но сейчас понимаю, что его придется принять как данное: жене выгоднее быть альтруисткой в отношениях. Отвечать за свет, тепло и уют. Каждый вечер встречать мужа без претензий, ведь мужчина приходит из социума домой как с поля боя, ему надо «залезть раны» и исцелиться теплотой и уютом. Если дома этого тепла нет, он пойдет искать его в другом месте.

Поэтому в вопросах семьи женщине необходимо начинать с коррекции себя — осваивать навыки уважения, любви и доверия к себе, уметь верно расставлять приоритеты...

Путь этот совсем не легкий и уж точно не близкий, но, пожалуй, самый важный в жизни женщины.

Журнал «Дорогое удовольствие» — информационный партнер проекта «Школа жены»

На фото: Людмила Викторовна Максикова — жена, мама, ведущий преподаватель проекта «Школа жень», практикующий психолог, сексолог, бизнес-леди.

ТРЕНИНГОВЫЙ ЦЕНТР
МАСТЕРСКАЯ
ДУШАНЖЕ

Школа
Жены

тел. +7-960-979-67-99

@shkola.zheny



ИЗБРАННОЕ



Дима Билан и «Опять 35»!

Экцентричный, невероятно привлекательный и харизматичный Дима Билан — кумир не только молодежи, но и взрослой публики. Дело тут не только в великолепном голосе, а также в невероятной, свойственной только ему пластике и сценических движениях! Новый виток популярности Дима получил после участия в проектах «Голос» и «Голос. Дети», где раскрыл в себе талант наставника, показав себя как глубокий и вдумчивый учитель, способный разглядеть в ученике индивидуальность, искру и направить желания и стремления в нужное русло. В предстоящей концертной программе прозвучат не только всеми любимые песни, но и абсолютно новые треки!

22 мая

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 19.30. 6+

«Паразиты» как знакомство с современной драматургией

В этой пьесе немецкого драматурга Майенбурга, одного из самых талантливых и востребованных авторов своего поколения, пять персонажей, связанных близкими отношениями или просто трагическим стечением обстоятельств: Фридерика и Петрик, Бетси и Ринго — молодые пары, Мульчер — пожилой человек. На первый взгляд жизнь их обычна, каждый узнает в ней черты своей собственной. Но их отношения между собой зачастую поражают негативными эмоциями: страх одиночества, отвращение к себе и к другому, ненависть, отчаяние... В то же время герои, прячущие свои истинные чувства под маской или откровенно демонстрирующие свою неприязнь к ближнему, не могут существовать друг без друга.

12 мая

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел. 906-837
Начало в 18.00. 18+



Лариса Гныря,
редактор

Кино «Я счастлив», Россия,
реж. Евгений Дакот, 2018 г.



Эту поучительную историю на тему «что такое хорошо и что такое плохо» однозначно порекомендовать кому-то для просмотра, пожалуй, не решусь. Скорее всего, «Я счастлив» подойдет для тех, кто считает себя несчастливим здесь и сейчас. Это история молодого современного мужчины, который попал под обаяние незнакомки, и забыл, что он уже счастлив... Фильм про цену безгрешной свободы — какая она? — для тех, кого интересуют неизвестные стороны жизни. Актеры отработали свои роли суперпрофессионально, понравилось улетное музыкальное сопровождение, познавательные диалоги, современный дизайн — все это делает фильм очень эмоциональным. 18+

Кино «По ее мнению», США–Франция, реж. Эстель Артюс, 2016 г.



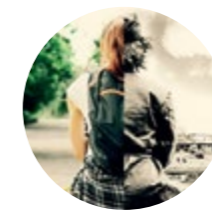
Фильм-участник Московского международного кинофестиваля — непредсказуемая история об известной пианистке, вышедшей замуж за француза и... История на первый взгляд проста и понятна, ее глубоко и искренне переживаешь, как будто она произошла с тобой. Любая женщина способна на многое, когда задевают ее самоуверенность и достоинство. Фильм насыщен красивой фортепианной музыкой, разговорами (местами без перевода) французской богемы, живущей и тусующейся на Манхэттене, а еще сценами семейной драмы, ревностью и изменой. 18+

Флешбэк с возвращением

Спектакль «История одной победы. Из забытого» рассказывает историю девушки, в День Победы очутившейся в прошлом и на собственном примере узнавшей, что такое война. Истории простых советских людей, их радость и горе, улыбки и слезы пронесаются перед глазами главной героини, которая начинает понимать, что война — это не праздничный салют, а тяжелейшее испытание, которое по силам только самым смелым, решительным и преданным своему делу людям.

10 и 11 мая

Томский областной театр куклы и актера им. Р. М. Виндермана «Скоморох», пл. Соляная, 4, тел.: 65-28-07, 65-28-90, skomoroh.tomsk.ru
Начало в 15.00. 12+



«И снова утро...» — лирическая комедия в постановке Андрея Сидорова

Проходит ли любовь после двадцати лет супружеской жизни, уступая место привычкам и обязанностям? Или чувства с годами становятся сильнее? И как тяжело бывает мужчине и женщине просто услышать друг друга, хоть на время позабыв взаимные обиды. Герои спектакля — супружеская пара, которая проходит испытания верности, попадая то в смешные, то в драматические ситуации.

19 мая

Драматический театр «Версия», ул. Белинского, 40, тел. 52-75-15
Начало в 19.00. 16+

Евгений Гришковец с новым спектаклем на сцене Драмы

«В спектакле под названием “Предисловие к роману” я постараюсь рассказать о самом таинственном процессе возникновения литературы и литературного образа, который появляется из фактической биографии и из истории повседневности. Этот спектакль будет во многом посвящен чудесному и при этом очень тревожному, а порой и страшному процессу воспоминаний. Я хочу на сцене рассказать и показать то, что происходит с человеком, уходящим в прошлое... Каким он в свои воспоминания уходит, а каким возвращается. А еще я хочу сделать на сцене то, с чего я когда-то начинал свою сценическую деятельность, и то, чего почти тридцать лет на сцене не делал». Евгений Гришковец.

14 мая

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел.: 710-900, 906-837
Начало в 19.00. 16+



BÖWE

немецкие химчистки

МАЙСКИЕ НЕДЕЛИ ЧИСТОТЫ СО СКИДКОЙ 20%



30 апреля – 6 мая
На чистку мебельных чехлов



7 – 13 мая
На чистку подушек и одеял



14 – 20 мая
На биочистку кожи и меха



21 – 27 мая
На чистку обуви



28 мая – 3 июня
На чистку сумок и кожаных аксессуаров

ул. А. Иванова, 3
тел. 42-40-98
www.bowe.ru

«Дэдпул 2» — фантастическая комедия, помноженная на приключения

Выжив после смертоносной атаки быков, изуродованный шеф-повар кафетерия пытается исполнить свою мечту — стать самым горячим барменом в Мэйберри — и в то же время справиться с потерянными вкусовыми ощущениями. Чтобы восстановить остроту чувств, а еще и потоковый накопитель, Уэйд должен будет сразиться с ниндзя, якудзой и стаей сексуально агрессивных собачек... Он объедет весь земной шар и поймет важность семьи, дружбы и вкуса — а заодно обнаружит новую тягу к приключениям и заработает желанную надпись на кружке «Лучший любовник в мире».



С 17 мая

Кинотеатр «КиноМакс»,
ул. Р. Люксембург, 73,
kinomax.tomsk.ru. 16+

«Мстители: война бесконечности» — герои снова спасают мир

Пока Мстители и их союзники продолжают защищать мир от различных опасностей, с которыми не смог бы справиться один супергерой, новая угроза возникает из космоса: Танос. Межгалактический тиран преследует цель собрать все шесть Камней Бесконечности — артефакты невероятной силы, с помощью которых можно менять реальность по своему желанию. Все, с чем Мстители сталкивались ранее, вело к этому моменту — судьба Земли никогда еще не была столь неопределенной. В формате IMAX.



С 3 мая

Кинотеатр «КиноМакс»,
ул. Р. Люксембург, 73,
kinomax.tomsk.ru. 12+

131 ГОД НАЗАД (1887) ТОМСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ РУССКОГО МУЗЫКАЛЬНОГО ОБЩЕСТВА в театре Королева на Московском тракте дало первый концерт оперной музыки. Солисты и оркестр исполнили арии из классических опер Дж. Верди и М. Глинки.

«Все мои сыновья» — премьера на сцене Драм

Один из сыновей Джо и Кэт Келлер три года назад пропал без вести, и никто, кроме матери, уже не верит в то, что он жив. Второй сын, Крис, вернувшийся с войны невредимым, приглашает в дом Энн, невесту пропавшего брата, на которой хочет жениться. Он устал подчиняться во всем матери и беречь ее чувства в ущерб своим интересам. Та же во всем видит знаки продолжения жизни своего Лари, и, пытаясь убедить всех в своей правоте, не замечает, что Энн и впрямь приехала не ради ее исчезнувшего сына. Любовь и обман, предательство и философия — все это пересекается в пьесе знаменитого американского драматурга Артура Миллера. И, в конце концов, накалу страстей нет предела...

13 мая

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел. 906-837
Начало в 18.00. 16+



Шоу мюзиклов

Шоу мюзиклов — это яркая, динамичная, костюмированная театризованная программа, в которой не просто звучат арии из знаменитых мюзиклов, а демонстрируются отрывки из спектаклей, связанные между собой в единое повествование интересным конферансом. Первое отделение — это легендарный «Нотр-Дам де Пари», а второе — история Ромео и Джульетты. Две потрясающие истории в одной программе. Только «живое» исполнение! Вы совершите увлекательное путешествие в удивительный мир мюзикла, насладитесь великолепными голосами. В шоу собрано все самое лучшее из золотой коллекции мюзиклов, снискавших себе мировую славу.

21 мая

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 19.00. 0+

Давным
давно

Большой концерт Ёлки

Ёлку, одну из самых популярных певиц России, любят за обаяние, за отменное чувство юмора и, конечно, за сильный и легко узнаваемый голос. В своем творчестве она позволяет себе легко переходить на соул, регги, рок и ритм-н-блюз, оставаясь при этом интересной и понятной большой публике. Ёлка является четырехкратной обладательницей премии «Золотой граммофон» и номинантом премии RMA канала MTV. Песня «Впусти музыку» является сейчас самой заказываемой и ротируемой песней на территории России и стран СНГ. На концерте зрителей ждет несколько премьер песен, а также любимые поклонниками хиты!

29 мая

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел.: 710-900, 51-59-56, 51-61-95
Начало в 19.00. 6+



«Оплаченный Визитер»

Трогательная и смешная история двух одиноких женщин. В их жизни неожиданно появляется загадочный мужчина, обещающий исполнить все их тайные желания. Вдруг он и есть — мечта, тот самый единственный и долгожданный, который отыщет на небе новую звезду и назовет ее вашим именем? Дальнейшее развитие событий заводит наших героев в самые смешные и нелепые ситуации.

12 мая

Драматический театр «Версия»,
ул. Белинского, 40, тел. 52-75-15
Начало в 19.00. 16+



К 100-летию Леонарда Бернштейна

В 2018 году исполняется 100 лет со дня рождения выдающегося американского композитора, пианиста, крупнейшего дирижера XX века, Леонарда Бернштейна. Юбилею одного из величайших музыкантов XX века посвящается концерт Новосибирского академического театра оперы и балета с участием его оркестра под управлением американского дирижера Марка Мондрано. В концертной программе — фрагменты самых известных сочинений Бернштейна. В концерте примут участие выдающиеся современные американские исполнители: баритон Луис Ороско, тенор Доминик Армстронг, сопрано Эшли Эмерсон.

9 июня

Большой зал НОВАТА,
Новосибирск, Красный пр., 36, тел. 8 (383) 222-04-01
Начало в 19.00. 6+



КНИГИ о Томске

Медиа-холдинг «Рекламный Дайджест» представляет высококачественную полиграфическую продукцию — наши эксклюзивные издания о Томске и области, содержащие уникальные материалы, иллюстрации и фотоснимки.



₽ 1480

Фотоальбом «Атмосфера Томска»

Томск в этой книге — это обаятельная и глубокая Личность, суть которой передана через фотографии, цитаты и стихи, отражающие ее атмосферу, душу и харизму. История и современность, лица томичей и архитектурные детали, сибирская природа и городские пейзажи — «Атмосфера Томска» позволяет в очередной раз осознать, в каком уникальном месте мы живем. Подписи, цитаты, стихи переведены на английский язык. С книгой рекомендуется приобрести красивую подарочную сумочку, в которую можно также вложить другие памятные подарки о Томске.

Твердый переплет. Полноцветная печать, ламинация, тиснение.
150x145 мм, 312 стр. Вес 510 г

Как
купить
книгу?

- 1 Позвонить по тел. 52-10-01
- 2 Оплатить банковской картой или наличными
- 3 Забрать покупку по адресу: ул. Герцена, 72 б

При покупке от 5 книг можно заказать доставку по указанному Вами адресу.

ДАЙДЖЕСТ
книг о Томске

Подробную информацию Вы можете получить по тел. (3822) 52-10-01 / многоканальный / или по адресу: г. Томск, ул. Герцена, 72 б.

«Чайковские» — уникальный музыкальный проект

Фамилия Чайковский среди непрофессиональных ценителей классической музыки, прежде всего, ассоциируется с великим русским композитором Петром Ильичом. Но в XX веке появились новые Чайковские, чье творчество также достойно внимания. Это Борис Чайковский, искусно соединяющий в своем творчестве традиции классического русского музыкального искусства и новаторские идеи XX века, а также Александр Чайковский, создавший талантливые камерные сочинения, оперы, балеты, оратории. В концерте принимают участие Томский симфонический оркестр, дирижер Михаил Грановский (Москва).

В программе: Б. Чайковский, «Фантазия на русские народные темы», Александр Чайковский, Концерт №2 для скрипки с оркестром, солист Семен Промое (скрипка, Новосибирск), П. Чайковский, «Вальс-скерцо», Симфония № 5.

13 мая

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 18.00. 6+

Закрытие 72-го концертного сезона

Закрытие сезона филармонии совпадает с финальным концертом Всероссийского фестиваля хоров «1000 голосов». Хоровая капелла Госуниверситета станет музыкальным партнером Томского академического симфонического оркестра в главном событии творческого сезона 2017–2018 года. В программе концерта: «Весна» Рахманинова, «Иоанн Дамаскин» Танеева, «Поэма экстаза» Скрябина и «Франческа да Римини» Чайковского. В концерте принимает участие баритон из Новосибирска, солист Новосибирского государственного академического театра оперы и балета, лауреат Всероссийских конкурсов, лауреат Национальной оперной премии «Онегин», участник телешоу «Большая опера» Сергей Зеленков.

14 июня

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 19.00. 12+

Детективная комедия «Чужая жена»

«Чужая жена» — это детективная комедия, содержащая в себе массу ярких и веселых моментов, полная легкой романтики и блистательных диалогов персонажей. В основе сюжета — любовный треугольник, сторонами которого являются властная и неверная жена, вечно недовольный муж и их овдовевший сосед, которому приглянулась привлекательная соседка. Еще один герой — старуха, которая только и живет сплетнями. События погружают зрителя в водоворот интриг и провокаций на почве любви. А некоторыми моментами публика остается ни много ни мало шокирована. В ролях: Сергей Барышев, Татьяна Кравченко и другие.

31 мая

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 19.00. 12+



JazzНОВАТ

Свою концертную программу в Зале имени Исидора Зака представят трио Олега Бутмана и американская вокалистка Зения Макферсон. Джазовый барабанщик Олег Бутман впервые услышал Зению Макферсон в нью-йоркском клубе, после чего сразу же пригласил выступать со своим коллективом. Певица, которая сама называет себя Леди Z, поразила музыканта потрясающей музыкальностью, красотой голоса и необъятным музыкальным репертуаром. В вокальной манере Леди Z живо переплетены афробит и фанк, R&B, соул и госпел. Внушительный голосовой диапазон в три с половиной октавы позволяет певице использовать все оттенки своего голоса. Не упустите возможность услышать совместное выступление прославленного джазового коллектива и восходящей звезды мирового джаза.

20 мая

Концертный зал им И. Зака НОВАТа,
Новосибирск, Красный пр., 36, тел. 8 (383) 222-04-01
Начало в 18.00. 6+



Поют дети

Сводный детский хор Томской филармонии уже в пятый раз присоединится к всероссийской акции «Поющая площадь», посвященной Дню славянской письменности и культуры. В одно и то же время хоры по всей стране исполняют замечательные песни на самых крупных концертных площадках своего региона.

24 мая

Большой концертный зал, пл. Ленина, 12 а,
тел. 51-59-56
Начало в 16.00. 0+



В ГАРМОНИИ И СОВЕРШЕНСТВЕ

УЛ. УЧЕБНАЯ, 22 А, СТР.1, ТЕЛ. 22-60-03, YOURYOGA.TOM.RU

ИДЕЯ И СТИЛЬ: ЕЛЕНА РЫБАЛКИНА

ФОТО: КАТЕРИНА ПЕЧЕРСКАЯ

ПРЕМЬЕРА В ОПЕРЕ ИЛИ SHOPPING TOUR И УЖИН В РЕСТОРАНЕ,
ЗАКРЫТАЯ ВЕЧЕРИНКА ИЛИ РОМАНТИЧЕСКИЙ WEEKEND В ОТЕЛЕ?!

ЭЛЕГАНТНЫЕ МЫ НАЗВАЛИ ЭТУ ФОТОСЕССИЮ ВЫКАТНЫЕ

**ПАРТНЕРЫ ПРОЕКТА
В НОВОСИБИРСКЕ:**

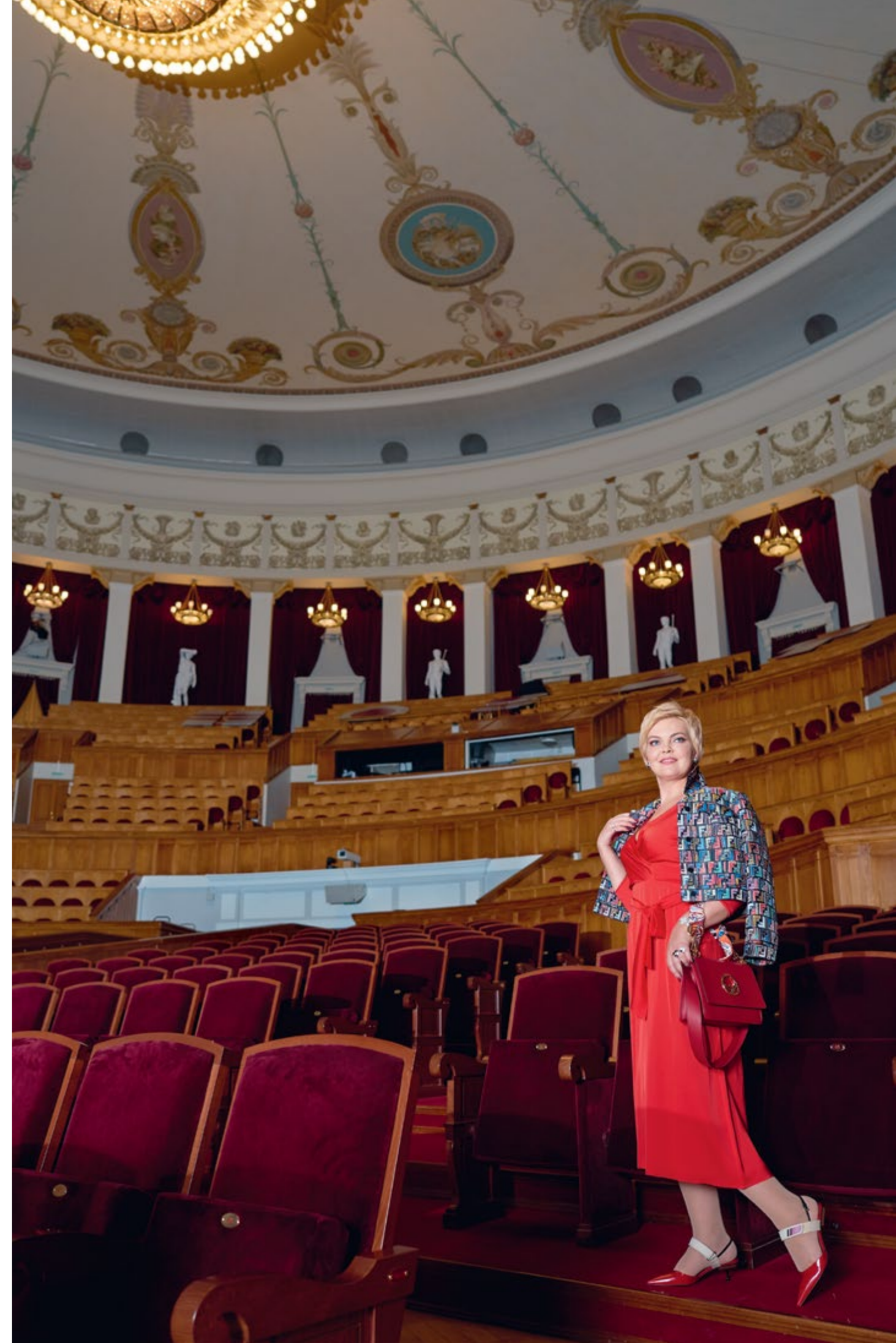
ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА **НОВАТ**

NOVOSIBIRSK MARRIOTT HOTEL

ИТАЛЬЯНСКИЙ ЦЕНТР КРАСОТЫ
ALDO COPPOLA

САЛОН **HARLEY-DAVIDSON**

БУТИК **ESCADA**





локация:
ТЕАТР
ОПЕРЫ И БАЛЕТА
НОВАТ

make up&hair:
Итальянский
Центр Красоты
ALDO COPPOLA
by Novosibirsk

У КАЖДОЙ ГЕОГРАФИЧЕСКОЙ ТОЧКИ ЕСТЬ ДНК.
ЭТА МАКРОМОЛЕКУЛА МЕСТНОСТИ ЧЕТКО ПРОПИСАНА В НАС.

ОЧЕВИДНО, ПОЭТОМУ МЫ ПУТЕШЕСТВУЕМ, МЕНЯЕМ ОКРУЖЕНИЕ
И ОБСТОЯТЕЛЬСТВА, ИЩЕМ СВОЙ ЛАНДШАФТ ЗА ОКНОМ, ЧТОБЫ
ОСТАНОВИТЬСЯ ИЛИ БЕСКОНЕЧНО ВОЗВРАЩАТЬСЯ В ГОРОД,
С КОТОРОГО СЧИТЫВАЕТСЯ НАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ КОД.



локация:
HARLEY-DAVIDSON
Новосибирск

make up&hair:
Итальянский
Центр Красоты
ALDO COPPOLA
by Novosibirsk

одежда:
FORUM
Multibrand store



КОД РЕЗОНИРУЕТ, ПОЗВОЛЯЯ СКАЗАТЬ:
ЭТОТ МЕГАПОЛИС В МОЕМ РИТМЕ, ИЛИ ЭТОТ ДИКИЙ ПЛЯЖ МНЕ ЗНАКОМ,
ИЛИ СОВСЕМ ПАФОСНО: ВОЗДУХ РАННЕГО ЛЕТА В ПАРИЖЕ — ЭТО МОЙ O₂...



локация:
NOVOSIBIRSK
MARRIOTT HOTEL
"10Ten" Bar & Terrace

make up&hair:
Итальянский
Центр Красоты
ALDO COPPOLA
by Novosibirsk

МЫ СТРЕМИМСЯ К МЕСТУ
ПРИТЯЖЕНИЯ И ОБНОВЛЕНИЯ
ЗА НОВЫМИ СИЛАМИ И ИДЕЯМИ,
СВЕГАЕМ ОТ ПОВСЕДНЕВНОСТИ
И ЗАСТРЕВАЕМ ТАМ НАВСЕГДА,
ОБРЕТАЯ БАЛАНС.

ПУТЕШЕСТВИЯ КАК СИНОНИМ
ПОИСКА И PERPETUUM MOBILE НАШЕГО
САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ПОРОЙ ВЕДУТ К НЕОЖИДАННЫМ
ОТКРЫТИЯМ ЗАСПАННЫХ
СПОСОБНОСТЕЙ И ТАЛАНТОВ.

локация:
бутик ESCADA

make up&hair:
Итальянский
Центр Красоты
ALDO COPPOLA
by Novosibirsk





make up:
Ине́сса Новикова
hair:
Бек Мирзабоев
Итальянский
Центр Красоты
ALDO CORPOLA
by Novosibirsk

локация:
NOVOSIBIRSK
MARRIOTT HOTEL

make up&hair:
Итальянский
Центр Красоты
ALDO CORPOLA
by Novosibirsk

одежда:
ЭСТЕЛЬ АДОНИ
Изумрудный город



ЖУРНАЛ ЭТО ПРОВОДНИК
В ДРУГИЕ ГЕОГРАФИЧЕСКИЕ ИЗМЕРЕНИЯ
ГИД ПО ПРИКЛЮЧЕНИЯМ И ОБРАЗУ ЖИЗНИ

ТАТЬЯНА



ЕЛЕНА



АРИНА



КАТЕРИНА



ЕВГЕНИЯ



НАТАЛЬЯ

ТЕСТИРУЕМ, РЕКОМЕНДУЕМ, ПРЕДЛАГАЕМ НОВЫЕ МЕСТА
И СКРЫТЫЕ НА КАРТЕ ГОРОДОВ ЗАВЕТНЫЕ ТОЧКИ.

И ХОТЯ МЫ СОЗДАЕМ ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ПРОДУКТ В ЖЕСТКИХ РАМКАХ
МАРКЕТИНГОВЫХ УСТАНОВОК,
ТВОРЧЕСТВО И ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЕСТЬ В КАЖДОМ ЗАГОЛОВКЕ.

ЧИТАЙТЕ, СМОТРИТЕ, ПОВТОРЯЙТЕ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ,
А ЛУЧШЕ — СОБИРАЙТЕ ЧЕМОДАНЫ ВО ВСЕ СТОРОНЫ СВЕТА!

LOOK & Style*

ДУХ АВАНТЮРИЗМА

Они свободны и легки на подъем! Две прожигательницы жизни из 20-х годов прошлого столетия, отправившиеся в летнее путешествие на автомобиле, стали героинями новой коллекции Lagoom и посвященной ей рекламной кампании. На первом плане в ней, конечно, стиль, а еще — практичность и возможность быстро преобразиться в зависимости от случая и времени суток.

Здесь можно найти как верхнюю одежду для ветреного утра — парки, классические тренчи, жакеты, так и повседневные платья и нежные вечерние наряды.

* «ОБРАЗ И СТИЛЬ»





ВЕСЕННИЙ СЕЗОН НЕВОЗМОЖНО НАЧАТЬ БЕЗ НОВОГО ТРЕНЧА — ТАК ПУСТЬ ЭТО БУДЕТ МОДЕЛЬ OVERSIZE СО СПУЩЕННЫМ ПЛЕЧОМ, К КОТОРОМУ ДОБАВЯТСЯ РАСКОВАННЫЕ И УДОБНЫЕ ОДНОВРЕМЕННО ВЕЩИ В СТИЛЕ CASUAL.

Выбор миллениалов

1 Свитер из хлопка, 5 900 руб.

2 Брюки, 5 400 руб.

3 Сумка из натуральной кожи, 8 900 руб.

4 Кеды из натуральной кожи, 4 999 руб.

5 Топ, 3 900 руб.

6 Серьги, 1 440 руб.

Тренч, 11 900 руб.

Персиковый оттенок идеально сочетается с белой и бежевой базой. Серебряная бижутерия, классическая черная сумка — и ваш комплект идеально впишется в оживленные улицы весеннего города.

Daisy

г. Томск, ул. Беленца, 9/1, 1 подъезд, 3 этаж
тел. 8-923-418-56-36
@daisy_knitwear

Лето в горошек

Узор polka dot, а попросту горошек, ворвался в этом сезоне на модные подиумы, снова заставив о себе заговорить. Еще бы! Этот вечно юный и задорный принт получил множество интерпретаций от роскошных вариантов Carolina Herrera до авангардных Junya Watanabe.

Fashion FORUM

Любимый май!



Софья Колесникова в платье I Am Studio
Манижа и укладка Екатерина Анварова @katerinaanvarova_

Вот и пришел теплый весенний май со своими многочисленными праздниками, которые все с нетерпением ждут. Природа преображается на глазах и словно модница примеряет на себя то один, то другой наряд. И мы не отстаем: вместе готовимся к лету!



Красавица @alinashersheva в пальто Patrizia Pepe и с сумкой Pinko
Любимая @rai_rs в платье Pinko
Волшебная @a_arina_ в шортах Pinko
Прекрасная @natalia_tomsk в Pinko
Очаровательная @natatez в платье Patrizia Pepe

forum_multibrand_store
#forum_look

НА СВИДАНИЕ
Топ Patrizia Pepe, 17 800 руб.



Сумка Pinko, 31 500 руб.
Юбка Patrizia Pepe, 16 800 руб.



Лодочки Patrizia Pepe, 19 900 руб.
Стринги, 3 900 руб.

НА ВЕЧЕРИНКУ

Платье Patrizia Pepe, 42 500 руб.



Сумка Valentino, цена по запросу



Трусы, 5 950 руб.
Туфли Manolo Blahnik, цена по запросу



Платье Etro, цена по запросу
Куртка этракетный

Платье Etro, 81 800 руб.
Чемодан с едой

Кто еще не упаковал зимний гардероб в коробки и не убрал их подальше? И так, достаем летние вещи, смотрим, чего не хватает, что хочется поменять. Мы с удовольствием поможем в этом модном обновлении. Уже скоро долгожданное время отпусков, долгих прогулок, жарких дней — хорошо готовиться к приятному вместе!

В ОФИС



Блузка Patrizia Pepe, 14 900 руб.
Трусы, 2 400 руб.



Лоуферы Santoni, 26 900 руб.
Сумка Philipp Plein, цена по запросу

В ОТПУСК



Блузка Etro, 38 500 руб.
Шорты Patrizia Pepe, 12 800 руб.



Сандалии Patrizia Pepe, 15 500 руб.
Сумка Blugirl, 54 500 руб.
Бюстгальтер, 9 800 руб.



Купальник Pinko, цена по запросу.
Розовый сплошной купальник с рюшами — это романтическое платье для коктейля у бассейна.

Куртка Pinko, 30 500 руб.
Укороченные джинсовые куртки с вышивкой отлично подойдут к вечерним нарядам, придавая образу шик, утонченность и вместе с ними легкость.



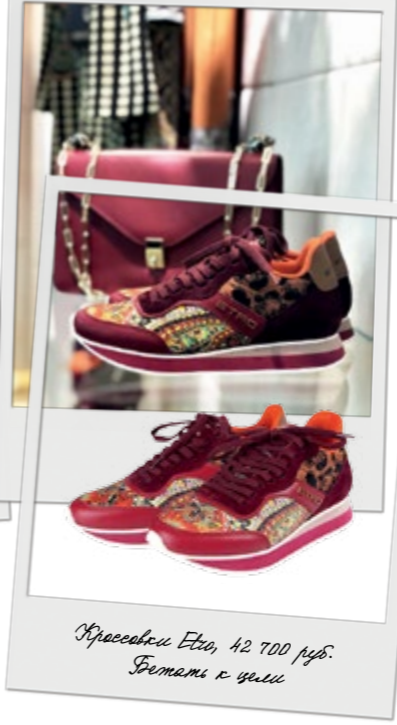
И у нас...!
Мы получили солнечные очки: Dolce&Gabbana, Miu Miu, Gucci, Prada, Tom Ford, Dior.



Новая линия Terekhov Girl, которая заточена на базовый повседневный гардероб, теперь представлена и в нашем бутике. Уличный стиль с элементами делового дресс-кода полюбился многим — марка мгновенно стала популярной у стильных модниц. Главное вдохновение коллекции — море. Бретонская полоска, банты, «зацелованные» шелковые платья, куртки из кружева.



Платье Pinko, 24 500 руб.
Магическая раскраска



Кроссовки Etro, 42 700 руб.
Ботинки с улиткой



Платье Etro, цена по запросу.
Легкое платье-рубашка солнечного цвета в красивый цветочный принт — словно из книжки с волшебными сказками. Хорошо сочетается с коричневым, зеленым, бордовым.



Джемпер Etro, 32 800 руб.
Металлизированные ткани — маст-хэв каждой модницы.



Футболка Pinko, 11 500 руб.
Футболки с социальными лозунгами — это вроде бы не про моду. Но они так всем понравились, что стали... fashion-трендом.



Кардиган Pinko, 23 800 руб. Интересный вариант с градиентом цвета, удлиненный, прямой и свободный, крупной вязки. Смелый, в стиле гранж, вместе с ним образ станет неординарным. Сочетать с рваными джинсами, футболками и топами. Можно разнообразить образ шляпой, придав ему загадочности.



Поло Etro, 19 900 руб.
Многие считают, что в жаркую погоду под костюм лучше надеть поло, чем сорочку с коротким рукавом. Почему? Потому что сочетание поло с костюмом является более традиционным и потому более элегантным. Эта комбинация характерна для таких стилей, как условно-деловой и smart-кажуал.

Футболка Etro, 17 500 руб.
В этом сезоне на пике популярности не только одежда, украшенная незамысловатыми этническими узорами, флористическими мотивами или футуристическими зигзагами, но и футболки с рисунками животных.



Куртка Etro, цена по запросу
Сочетание ветровки и серого костюма смотрится строго и изысканно. Любители рискованных вариантов могут дополнить образ темно-синими замшевыми слипонами.



Эспадрильи Moreschi, 29 500 руб.
Только с гардербом классического стиля и деловыми костюмами они не будут сочетаться. Что до остального, единственная главная тенденция — летний гардероб. Вот тут мужчинам представлен огромный выбор: джинсы, брюки из хлопка или льна, шорты различных оттенков и фасонов.



Рубашка Patrizia Pepe, 14 800 руб.



Екатерина Климентьева
Полоску позаимствовала у моряков Коко Шанель еще более ста лет назад. С тех пор этот принт постоянно видоизменяется, но никогда не выходит из моды. Полоска идет всем! Нужно только подобрать правильную полоску для своей фигуры, так как она способна визуально ее изменять.



Рубашка Patrizia Pepe, 16 800 руб.



Юбка Valentino RED, 36 500 руб.



Белье



Боди Religion, 4 500 руб.

Юбка Terekhov Girl, 13 800 руб.



Сара Джессика Паркер

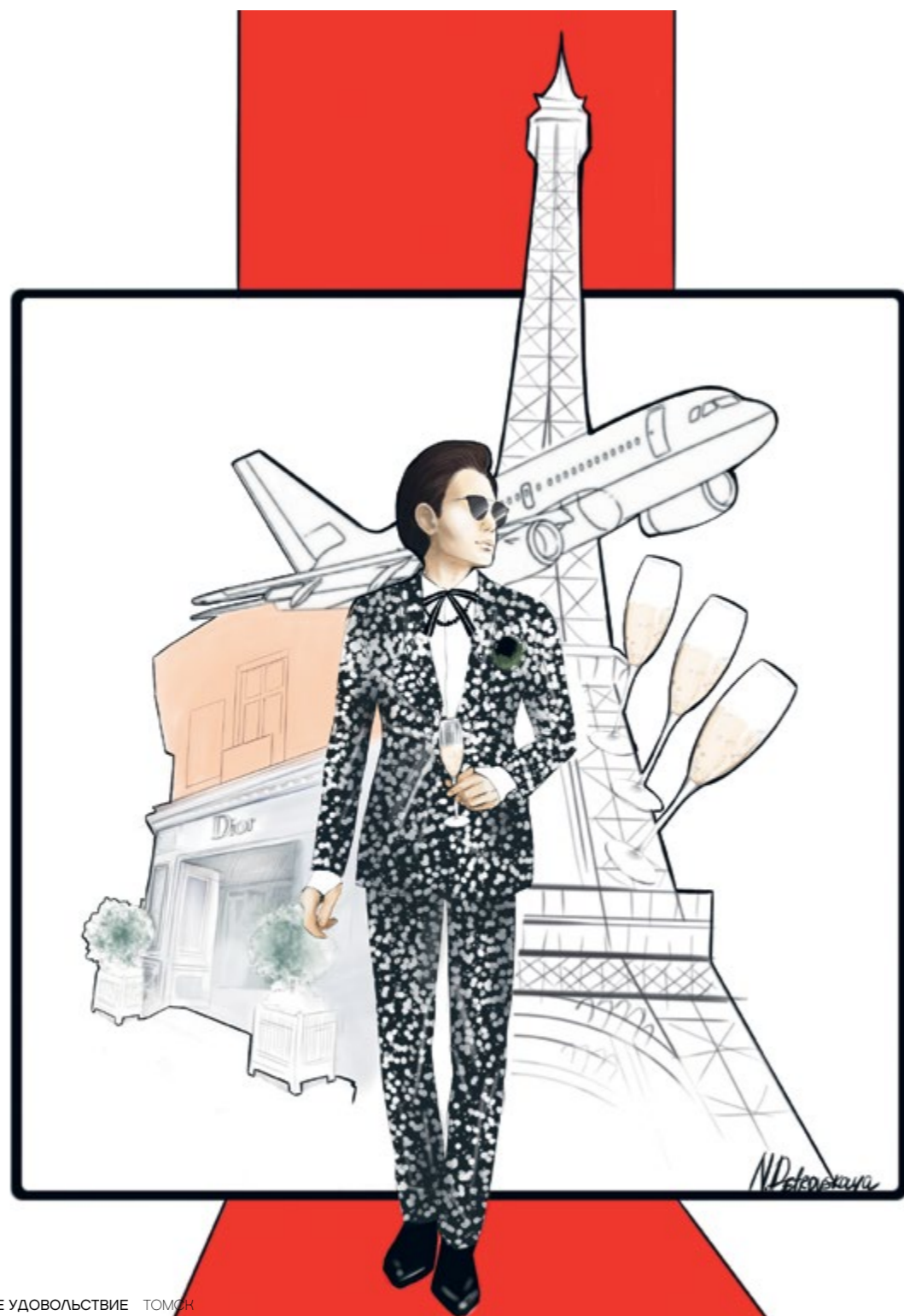
Джордж Харли

Иллюстрации от Софьи Колесниковой @sofia_kolesnikova

ТАЙНЫЕ ЗНАКИ

ОЛЕГ КАФАРОВ О ТОМ, КАК НЕ СТАТЬ ПОХОЖИМ НА БОЖЕНУ РЫНСКУ, ГДЕ НАЙТИ СВОЕГО САУДОВСКОГО ПРИНЦА И КАК ЗАНЯТЬ КОЗЫРНОЕ МЕСТО НАПРОТИВ КАРЛА ЛАГЕРФЕЛЬДА.

Текст: Олег Кафаров. Иллюстрация: Наталья Петровская



Путешественник и тонкий ценитель роскоши, Олег Кафаров живет между Москвой, Дубаем, Монте-Карло и Гонконгом. Перемещается по миру исключительно первым классом с неизменным спутником – бокалом красного хрустала Vassarat для шампанского. Всю жизнь проработал в высшем эшелоне роскоши, отчего угодить ему почти невозможно, но многие все равно пытаются.

В начале двухтысячных Карл Лагерфельд похудел почти на 40 килограммов. Мир моды восторженно встретил: кто или что заставили кайзера так резко вернуться в форму? Оказалось – приталенные костюмы Эди Слимана для Dior.

«Диета – это единственная игра, в которой выигрывают, когда теряют», – заявил Карл и начал скупать коллекцию за коллекцией. Даже в финале декабрьского показа Chanel в Эльбской филармонии Лагерфельд вышел в костюме Dior.

Почему именно Dior? Сидят лучше всех благодаря идеальному крою – все-таки это воплощение французской элегантности, а в интерпретации Слимана она стала ещё и остромодной. Однако если итальянские портные в погоне за кошельками состоятельных клиентов намного более терпимы к далеко неидеальным силуэтам покупателей, то Слиман оказался менее сговорчив. «Худейте!» – был его вердикт. Мужская линия этой марки никогда не была сильно доходной – львиная доля прибыли приходится на женскую моду, аксессуары, парфюмерию и косметику, поэтому в кармане у Слимана, а потом и Крис ван Аша оказался эдакий карт-бланш и возможность творить, рисковать и удивлять, а не следовать плану продаж.

Моя личная преданность Dior оказалась схожа лагерфельдовской: чтобы костюмы сидели как влитые. Перешивать, ушивать, расшивать – однозначно портить крой, сводить на нет видение модельера, это было исключено. Переделкой одежды у портных увлекается Божена Львовна, а соперничать с ней нежелательно ни в одной плоскости.

Дополнительным бонусом оказалось то, что днём костюм можно было надеть в офис, а вечером в нём же отправиться на мероприятие. Переодевание в машине, любимое московское занятие – это не про меня. Стойкое отвращение к «сменке» у меня сформировалось ещё в самые юные школьные годы. В Dior же нашлось идеальное сочетание делового стиля и вечерней элегантности.

Так бы и остался я одним из многих клиентов марки, если однажды не случился бы скандал. Буря в бокале шампанского – горел он ярко, но недолго. Опаздывая на встречу, я забежал в магазин – мне срочно понадобилась рубашка небесно-голубого оттенка. Без примерки схватил в своём 37 размере рубашку и полетел домой переодеваться.



Дома у зеркала немая сцена: на мне бесформенный пузырь, хотя размер на этикетке верный. На энергии ярости мчусь обратно в магазин и требую обмен. Продавец упирается, ссылаясь на то, что рубашку я уже успел поносить (за этот час, видимо). Закипев, требую директрису магазина и объясняю, что я понятия не имел о том, что в каждом размере существует множество подразмеров, закодированных на этикетке. Мне нужен «37 приталенный», а не «37 расслабленный». Директриса встаёт на сторону коллеги и отказывается производить обмен. Понимая безвыходность ситуации и уже катастрофически опаздывая, требую продать мне правильную рубашку за любые деньги, там же переодеваюсь и вылетаю из магазина со словами: «Ноги моей у вас больше не будет!»

На встречу я успел, и прошла она замечательно, а спустя пару дней, почти что от скуки, я решил в очередной раз устроить проверку своей консьерж-службе и попросил найти личную почту верховного диоровского божества: «А вдруг!»

Вскоре в красках написанная кляуза уже летела по широкополосному интернету в сердце восьмого округа, а через пару дней раздался звонок с приглашением отобедать с представителем дома, который тут же вручил мне подарок и приглашение слетать в Париж на ближайшую неделю моды. Как выяснилось намного позже, моя знаменитая жалоба ещё очень долго сотрясала серые стены исторического особняка Dior по адресу Авеню Монтень, 30, прочитанная и пересказанная всеми сотрудниками.

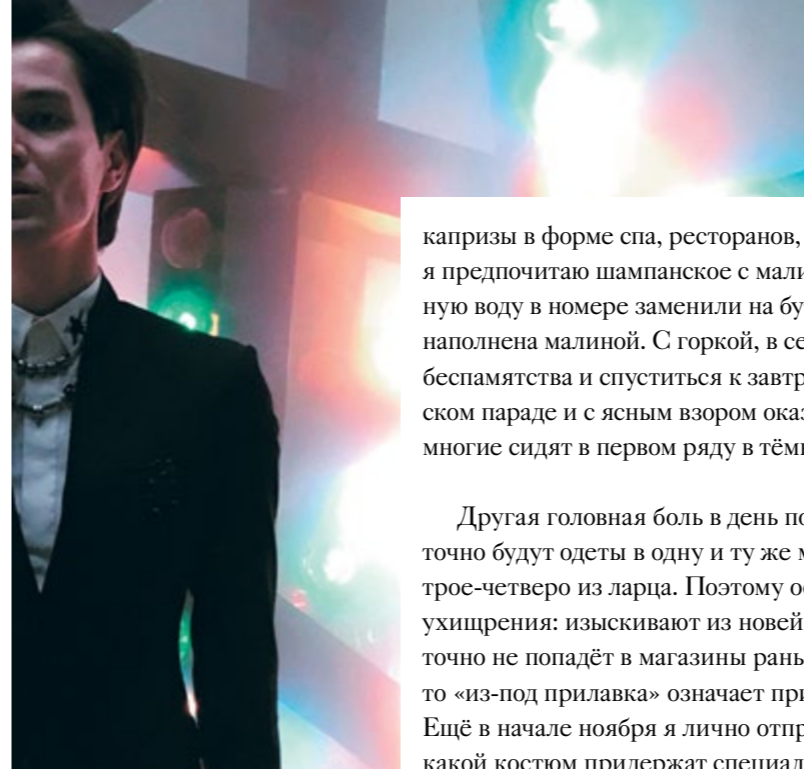
Так передо мной распахнулись все двери модного дома, а мой банковский счет регулярно терял сотни тысяч долларов, необходимые для поддержания заветного статуса любимого клиента на Ближнем Востоке.

Помимо того, что спустя несколько лет мой гардероб стал представлять собой исключительно французскую «мономарку», от зажимов для галстука и очков до зимней одежды, у дружбы оказалась и скрытая сторона, хорошо известная клиентам haute couture – негласный клуб. По ценности это на порядок выше платиновой карты «Аэрофлот Бонуса» и даже чёрной карты московского ЦУМа вместе взятых.

Членов в нём немного, человек двести, причём новички почти не появляются. Дважды в год в Париж слетаются главные клиенты марки, обычно один-двое из каждой страны плюс знаменитости и просто «друзья марки». Билеты первого класса из любой точки земного шара, выходные в роскошной Plaza Athénée или, на крайний случай, George V. Последний я избегаю всеми силами: уж очень удручает меня его кукольность, деревенские пейзажи на обоях в номерах, шторы в приторных рюшах. Принадлежащий саудовской королевской семье отель в последние годы больше пользуется популярностью у любительниц ближневосточной нефтяночки и внесезонных крокодиловых «Биркин» – эти ливанские и одесские красотки не про пыльные гобелены в интерьерах и ранние подъёмы на показы.

Но я отвлекся. Я не о местах сомнительной силы.

Члены нашего секретного клуба получают доступ почти ко всему, что пожелают: вертолёт, чтобы слетать на обед в бенедиктинское аббатство Святого Петра, в котором Дом Периньон изобрёл шампанское, закрытый доступ в Версальский дворец среди ночи или же раннее утро в Лувре за пару часов до открытия, чтобы в полном одиночестве осмотреть собрания. Плюс любые



капризы в форме спа, ресторанов, ночных клубов – что душе угодно. Узнав, что я предпочитаю шампанское с малиной, в один из моих приездов всю минеральную воду в номере заменили на бутылки Dom Pérignon, а ваза для фруктов была наполнена малиной. С горкой, в середине января. Не выпить в номере до беспамьятства и спуститься к завтраку в полвосьмого утра при полном диоровском параде и с ясным взором оказалось самым сложным (а почему, вы думали, многие сидят в первом ряду в тёмных очках и с каменным лицом?).

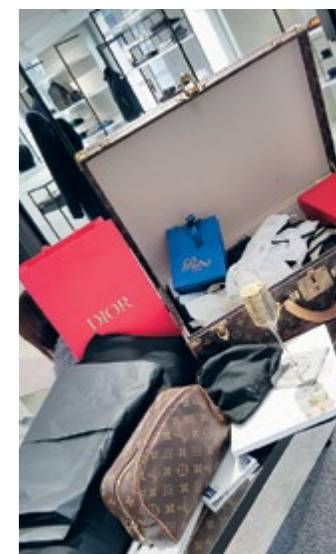
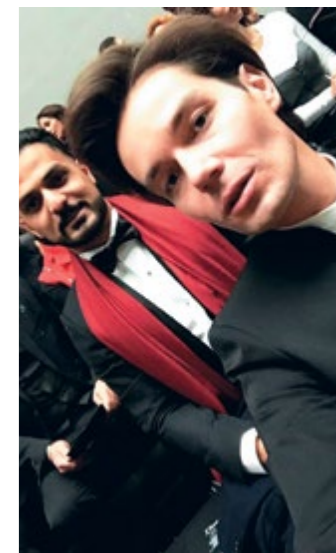
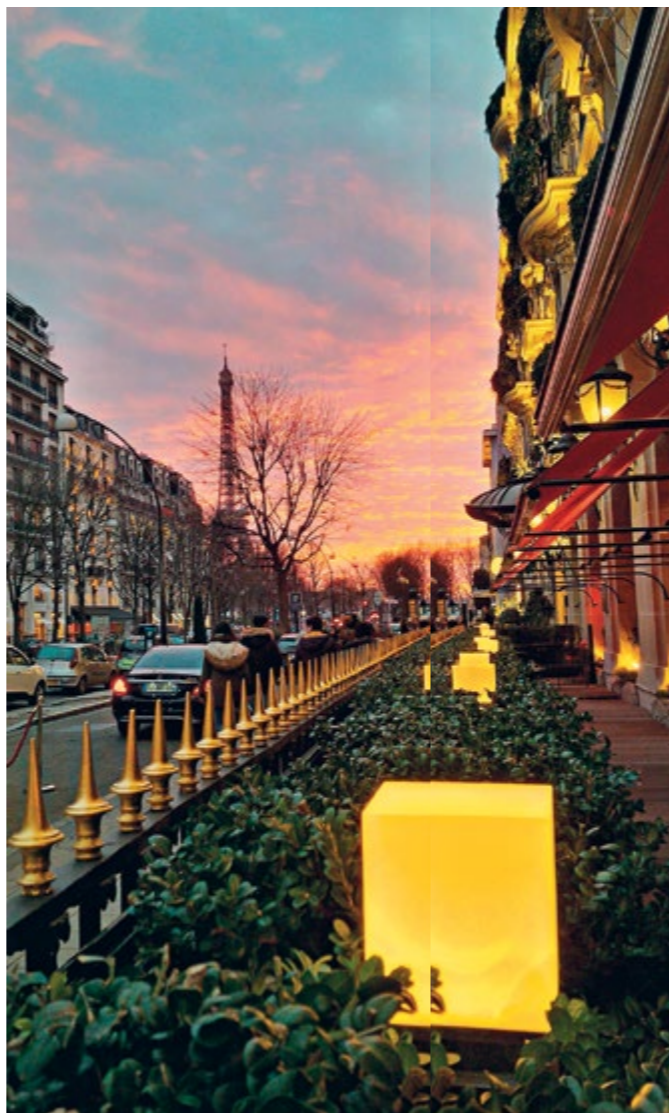
Другая головная боль в день показа – double-dressing. Все совершенно точно будут одеты в одну и ту же марку из одной и той же коллекции как двое-трое-четверо из ларца. Поэтому особо виртуозные члены клуба идут на особые ухищрения: изыскивают из новейшей коллекции следующего сезона то, что точно не попадёт в магазины раньше февраля-марта. Возможность достать что-то «из-под прилавка» означает принадлежность к высшей касте членов клуба. Ещё в начале ноября я лично отправился в Париж, чтобы договориться о том, какой костюм придержат специально для меня надеть на показ в конце января. Безусловно, в костюме из летней коллекции 2018 года в середине зимы будет прохладно, однако и весенняя, и уж тем более зимняя коллекция хоть и будут бойко продаваться в магазинах, среди настоящих модников к тому времени устареют безвозвратно: зимнюю коллекцию мы уже сносили прошлым летом.

На самом показе – либо первый ряд, либо никакой. Новички ссылаются на галёрку, партер занят старожилками и знаменитостями, второй или третий ряд – униженно. Рассадка традиционно тесная, задержка начала показа – минут на сорок. Это идеальное время сверить в уме рассадку со списком гостей (кто стал центрее, а кого сослали на второй ряд), узнать последние новости клуба, завязать знакомства. Дефиле обычно начинается вскоре после прибытия Карла Лагерфельда в качестве главного изюма в булке, который до сих пор не пропускает ни одного показа. Ему достаётся лучшее место в середине первого ряда – я же чаще всего оказываюсь строго напротив.

Сидеть в первом ряду, зажав мобильный в руках, и вести прямой репортаж в инстаграме на радость подписчикам на диванах – жуткий моветон из разряда фотосессий «я и лобстер». Кто надо и так знает, что вы там. Любой показ будет выложен в Интернет спустя пару часов в лучшем качестве, чем камера телефона, поэтому настоящие ценители просто наслаждаются 15 минутами новой коллекции. Максимум – запечатлеть финальный проход и благодарность модельера.

На следующий день особо приближенные клиенты отправятся лично знакомиться с коллекцией и сделать выбор гардероба на год вперёд. Удобно – это избавляет от необходимости вообще ходить по магазинам: через несколько месяцев всё сошьют в нужном размере (теперь ателье точно знает мой размер и крой) и доставят по точному адресу.

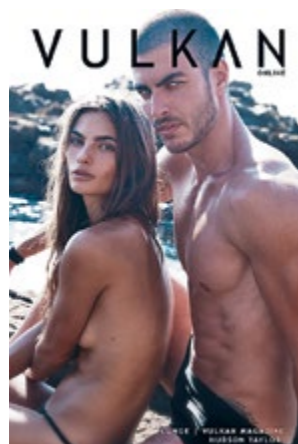
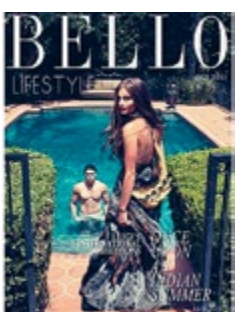
Ещё один вечер в Париже, и члены «парижской коммуны» разлетаются по миру: от Хьюстона и Лос-Анджелеса до Бангкока и Токио. Удивительное международное общество, почти что тайное собрание, которое объединяет не бизнес, спорт или политика, а желание хорошо выглядеть. Ведь мода – это очередная игра, в которую играют люди. Пожалуй, одна из самых красивых. Даже если приходится вкладываться в «тайные знаки» – будь то чёрный ландыш на лацкане или наушники за тысячу с лишним долларов из последней коллаборации. Таковы правила игры. Возможно, белые беспроводные гвоздики-наушники могли бы органично сочетаться с шевелюрой Карла, но отнюдь не нашей.



Ее узнают на улицах Лос-Анджелеса и просят автограф, а она не может поверить, что это происходит наяву. Американская модель Рейн Иванушка стала лицом рекламных кампаний Lexus и Cadillac, снялась для обложек десятков изданий, включая House of Fraiser, Saks 5th Avenue и L'Officiel. Для русского журнала Рейн Иванушка снималась впервые, лихо выговаривая трудное название «Дорогое удовольствие» и намереваясь теперь уж точно побывать в России.

Интервью: Оксана Оксинайте

Иванушка интернэшнл



– У тебя такая необычная фамилия – Иванушка. Откуда она?

– Я на три четверти русская, и это моя настоящая фамилия, которой я очень горжусь.

– Что ты знаешь о России?

– Я знаю немного русскую историю и очень хотела бы побывать в России. В вашей стране удивительная архитектура. А еще я очень люблю вареники!

– Ты впервые снимаешься для русского журнала?

– Да, впервые, и я горжусь, что сделала это именно для вас, ребята!

– Как тебе работало с режиссером и фотографом Бренденом Джеймсоном?

– Он совершенно удивительный фотограф, и у него очень талантливая команда. В первом же образе он буквально расколол мою скорлупу – просто заставил орать на него в кадре! Представляете? Это отличный был прием, помогло полностью раскрепоститься!

– Где мы могли видеть тебя раньше?

– Я снималась для House of Fraiser, Saks 5th Avenue, Beauty Blender, Eres, Inside Weddings, L'Officiel. У меня были коммерческие проекты с Lexus, Wet&Wild Makeup, Cadillac.

– Какой была твоя самая масштабная рекламная кампания?

– Я думаю, кампания для торгового центра The Grove. Я была на всех билбордах Лос-Анджелеса и во всех журналах от Vogue до People, эту рекламу видел, наверное, каждый (смеется). Еще были крутые съемки для латиноамериканской марки Umbrale, мы отправились в Анды, снимали с ястребами, лошадьми. Это было очень красиво!

– Ты чувствуешь себя знаменитостью? На улицах узнают?

– Да, меня узнают на улицах, и это особенная вещь для меня, потому что я никогда не задумываюсь, видят ли люди мои фотографии, пока они мне об этом не скажут (смеется).

Я так счастлива находиться там, где я есть сейчас! А когда устаю, просто напоминаю себе, как мне повезло, и это дает силы двигаться вперед.

– Твоя мама была манекенщицей?

– Она пробовала, но поняла, что это не для нее.

– Скажи, ты веришь в судьбу? Или считаешь, что все зависит от нас самих?

– Я думаю, что это определенная комбинация. Судьба может дать тебе потрясающую возможность, но если ты сам не готов к этому, звезды не помогут.

– Твой обычный завтрак?

– Кофе с кокосовым молоком.

А если есть время, то яйца с грибами и много зелени.

– Самое редкое и необычное блюдо, которое ты когда-либо ела?

– Не знаю, насколько оно необычное, но мне нравится тушеный бычий хвост.

– Рейн, ты очень красивая. Твой секрет красоты?

– Для начала, спасибо. Я всегда смываю макияж и пью просто тонны воды. А еще стараюсь отучиться от дурацкой привычки слишком часто прикасаться к своей коже.

– Самая сексуальная часть мужского тела?

– Руки и мозг.

– Лучшая идея для первого свидания?

– Первое свидание само по себе стресс, поэтому я бы выбрала что-то максимально легкое – выпить где-нибудь кофе или просто прогуляться.

– Твоя икона стиля?

– Я люблю Рианну. Она уникальная и так забавно играет с модой! Мне нравится, как комфортно она чувствует себя в своем теле.



ФОТО: БРЕНДОН ДЖЕЙМСОН (BRANDON JAMESON)

– Какие летние тренды нравятся тебе самой, и что ты будешь носить этим летом?

– Мне очень нравятся мешковатые штаны с высокой талией и цветочные леггинсы с бра или кроп-топом. Удобно и отлично смотрится на фигуре.

– Какую бы ты выбрала себе суперспособность?

– Телепортацию, я ненавижу пробки.

– Что ты читаешь сейчас?

– «Молоко и Мед» Рупи Каур.

– В твоих сториз ты едешь верхом и купаешь лошадку, расскажи о ней?

– Я езжу верхом с 6 лет. А в сториз – это мой конь, его зовут Уаэтт. Он появился у нас, когда ему был год, сейчас ему 11. Я безумно люблю проводить с ним время, это лучшая терапия для меня.

Топ *Vintage*, боди
и кейп со шлейфом
Barrus, серьги –
собственность
стилиста

Броско и дерзко, ярко и нежно. Главные подиумные тренды этой весны глазами голливудского режиссера и фотографа Брендона Джеймсона и стилиста Моники Карджайл в съемке для майского номера журнала «Дорогое удовольствие».

Золотое время

*Модель: РЕЙН ИВАНУШКА (Rayne Ivanushka) @photogenicsla
Фотограф: БРЕНДОН ДЖЕЙМСОН (Brandon Jameson)
Стилист: МОНИКА КАРДЖАЙЛ (Monica Cargile)
Прическа & makeup: ЭРИКА ЛИ (Erika Lee), Artistry*

СИЯНИЕ

Блестки и пайетки захватили подиумы от Парижа до Милана и правят бал в коллекциях именитых дизайнеров от Marc Jacobs до Versace.



Тренч *Baruni*, брюки *Symphony*, серьги и браслеты *Vintage*

ТРЕНЧ ДА И ТОЛЬКО

В этом сезоне классический тренч на показах надевали поверх бикини, а то и вовсе без участия других деталей гардероба. Мы в восторге от того, как это сделали Balenciaga и Bottega Veneta.

Топ и юбка *Fabiana Milazzo*, ботильоны *Boohoo*, перчатки – собственность стилиста, сережки *Palm Beach*



МАЛЫШИ- КАРАНДАШИ

Hermès и Rochas напоминают, что юбка-карандаш совершила победоносный камбэк, намереваясь стать главным предметом гардероба в категории миди, идеально сидящим на любой фигуре.



Пуловер **Fabiana Milazzo**, брюки **Symphony**, ботинки **Helorochoa**, носки **Topshop**, серьги **Lana Marelle**

РОМАНТИКА

Деним предстал в нежном настроении: дизайнеры ведущих модных домов, таких как Balmain, добавили драпировку, оборки и стразы к нашим любимым заклепкам.



Юбка **Zistar**, куртка **RAAD KERR**, ожерелье **Lana Marelle**, серьжки **NMD**

НЕЧЕГО СКРЫВАТЬ

Прозрачность стала сенсационным трендом, идеальным для весенне-летнего настроения. Dior и Prabal Gurung представили его в своих новых коллекциях в ярких и дерзких цветах.



Платье *Lexi*, накидка, сапоги, все *Vitor Zerbinato*



В ОБЛИПОЧКУ

Платье-slip возродилось в прекрасных, нежных на ощупь тканях. Его будут носить с перьями и блестками, как у Oscar de la Renta, или в стиле «городской шик» со свитером оверсайз, как у Alexander Wang.

Шагаем в лето!



Создатели летней коллекции обуви и аксессуаров BASCONI не сомневаются: оригинальные модели мгновенно завоюют сердца поклонников бренда, олицетворяющего лучшие традиции солнечной Италии! Если вы мечтаете, чтобы ваши ножки были самыми модными и никогда не уставали, добро пожаловать за стилем, красотой и комфортом в салоны BASCONI!



Мюли
6600 руб.

Босоножки
7150 руб.

Босоножки
6850 руб.

Сумка
натуральная замша
6500 руб.



Туфли
7100 руб.

Босоножки
8200 руб.



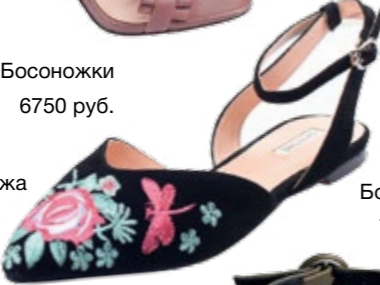
Босоножки
7500 руб.



Босоножки
7100 руб.



Босоножки
6400 руб.



Босоножки
6750 руб.



Босоножки
7300 руб.



Сумка
натуральная кожа
6650 руб.



Рюкзак
натуральная кожа
6950 руб.



Кроссовки
7750 руб.



ТЦ «Изумрудный город»,
пр. Комсомольский, 13 б
ТЦ «СМАЙЛcity», ул. Учебная, 48 д
basconitomsk



STILNYASHKA
FASHION BRAND FOR CHILDREN

Магазин детской дизайнерской одежды «Stilnyashka»,
ТЦ «Изумрудный город», пр. Комсомольский, 13 б, 3-й этаж,
тел. 255-990, www.stilnyashka.com @stilnyashka.tomsk

LUSIO

Магазин «Lusio», пр. Комсомольский, 13 б,
ТЦ «Изумрудный город», 3-й этаж,
тел. 8-909-543-76-63, www.lusio.ru @Lusio_tomsk



Пестрые бабочки, слепящие солнечные лучи, шум сочно-зеленой листвы и свежий, легкий ветерок — вот за что мы любим лето!

Мы встречаем его летящими платьями и легкими сарафанами, говорим «да» разноцветным шортам и принтованным футболкам из натуральных, качественных тканей. Не забываем и о стильных солнцезащитных очках! Солнечному и яркому лету — быть!



Лето **ПРОБУЖДАЕТ НАШИ ЧУВСТВА** и все становится особенно красочным, вкусным и **НАСТОЯЩИМ.**

БУДЕТ ЛЕТО



Летний багаж

Что обязательно нужно сложить в яркие цветные сумки и чемоданы? Страсть к путешествиям, желание перемен, солнечное настроение и умение в любой ситуации оставаться модными и стильными. Ведь с новой коллекцией летних аксессуаров салона «Глобус» это получится сделать очень легко и красиво! Вы всегда будете в центре внимания в любой точке мира: и с веселым желтым чемоданчиком, весело бегущим рядом с вами, и с пастельно-благородной изящной сумочкой, которая словно сигнализирует: «Посмотри на меня!»

Вместе с салоном «Наряжаться красиво» томички самых разных возрастов уже много лет имеют возможность жить ярко и празднично, ощущать себя романтичными и соблазнительными, всегда быть элегантными и женственными, раскрашивать будни города живописными красками и яркими оттенками.

Солнцезащитные очки и оправы популярного швейцарского бренда INVU теперь можно увидеть и на улицах Томска. Созданный с их помощью образ впечатляет отменным вкусом и гламурной элегантностью. Познакомиться со стильными дизайнерскими решениями можно в центре семейной офтальмологии «Eyeclinic».

Благодарим за помощь магазин детской одежды «7 чудес» (@7.chudes_tomsk) и МУАН-студию Light Studio (@lightstudio_tsk)

САЛОН
**НАРЯЖАТЬСЯ
КРАСИВО**

пр. Ленина, 60, тел.+7 (953) 920-19-27
www.nk-tomsk.ru @nkrasivo.tomsk



ул. Нахимова, 13 а, 1 этаж (восточный вход),
тел. 900-200, eyeclinic.pro



Новинки каждую неделю!
На дамские сумки,
поступившие в продажу
до 1.01.2018*, скидки до
50%! На чемоданы скидка
до 30 %!

ГЛОБУС
САЛОН СУМОК И ЧЕМОДАНОВ
пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235



Ставки на принт

Этой весной модные коллекции мировых дизайнеров цветут буйным цветом — от разнообразия всевозможных принтов, узоров и фактур кружится голова. Сложно не потеряться в этих пестрых «джунглях», но, если обратиться к экспертам, то выход обязательно найдется!

Евгения Чепурнова, дизайнер и создатель томского модного бренда *Masterskaya*, делится с редакцией секретами модных в этом сезоне сочетаний, а также рассказывает о своей новой весенней коллекции, созданной с учетом последних мировых трендов.



— *Евгения, почему этой весной в качестве основного мотива для своей коллекции вы выбрали именно принты?*

— Провожая зиму, хочется снять с себя монохромные вещи и переодеться в яркие и цветные. Однако найти «те самые» принты, которые тронули бы до глубины, — всегда большая сложность. Несколько лет я искала фабрику, способную удовлетворить мои запросы. Но все как-то не складывалось — то расцветки тканей казались мне старомодными, то слишком копировали ультрамодные хиты известных дизайнеров, которые, как правило, очень быстро теряют популярность.

Этой весной в Италии мне все же посчастливилось найти «своего» поставщика — дизайнера с потрясающим вкусом, владелицу огромной фабрики. Туда приходит сырье — необработанная основа, над которой надо поработать: сделать ее нужной толщины, мягкости и воздухопроницаемости, а уже затем нанести пред-

варительно разработанные принты. На самом деле зачастую проблема даже не в печати на ткани, а в самой основе — трудно найти материал, на который ляжет любой рисунок и будет хорошо держаться краска.

В этом сезоне все совпало, и я наконец-то могу представить в



Томске свою коллекцию невероятно красивых платьев.

— *В своей весенней коллекции вы намеренно ушли от минимализма?*

— *Masterskaya* всегда на шаг впереди и это не громкие слова, а мои наблюдения в течение четырех лет работы. Я придумываю вещь, а через год-два в ней уже ходят все, я эту вещь «отпускаю», двигаюсь дальше. Так было, например, с кардиганом-кимоно, который мы сшили 3 года назад: не все поначалу могли принять такой необычный элемент гардероба. Сегодня же кимоно стало базой, которую я вижу практически у всех брендов.

А от минимализма мы отошли не полностью: в этом сезоне разноцветные платья мы предлагаем сочетать с однотонными кардиганами, тренчами, пальто, оставляя верхнюю одежду сдержанной.

— *Для какого типа фигуры подойдет одежда с принтом?*

— Разноцветные вещи идут всем, главное, правильно подобрать под фигуру фасон и цветовые сочетания. Одежда с принтом визуально занимает больше площади на теле, чем монохром. Так, леопардовая юбка на девушке с фигурой «груша» сильнее подчеркнет объем бедер, чем точно такая же по фасону, но однотонная, а маленькой груди вполне можно придать пышность с помощью гороха или крупных цветов на ткани. То есть для зон, которые вы хотели бы сделать визуально более аккуратными и изящными, выбирайте однотонные вещи, а там, где хотите добавить объем, — принты и активные рисунки вам в помощь.

— *Вы планируете запустить собственную линию аксессуаров?*

— Да, конечно. Уже в этом сезоне у нас представлены белые кожаные ботинки. Как и все наши вещи, аксессуары будут рождаться благодаря моим собственным потребностям. Так, я не могла нигде найти хорошую



белую обувь: чтобы это были не кроссовки и не кеды, близкую к классике, но при этом мягкую и удобную. Так на свет появились белые ботинки из мягкой кожи с заостренным носом, что позволяет носить их абсолютно со всеми нашими вещами.

— *Какой весенний образ, по-вашему, можно назвать идеальным?*

— Весна — прекрасное время года для того, чтобы выглядеть действительно стильно. Летние вещи уже можно сочетать с демисезонными, и это придает большую вариативность весеннему гардеробу. Я предлагаю сочетать женственные вещи с вещами мужского кроя. Например, пышное

принтованное платье — с кожаной косяхой и грубыми ботинками; клетчатый пиджак с широкими плечами — с короткой юбкой.

В целом, мне хочется призвать девушек не бояться принтов и смело вводить их в свой гардероб.



ул. А. Беленца, 9/1 (2-й подъезд, 1-й этаж),
тел. 8-913-806-86-08,
@masterskaya

СКАЖИ МНЕ ИМЯ

У кроссовок тоже может быть имя, решил итальянский бренд обуви Premiata и запустил кампанию в поддержку спортивной коллекции весна-лето 2018, в которой все модели мужских и женских сникеров получили свое собственное лицо и имя. Каждая из них демонстрирует ту или иную человеческую эмоцию — при помощи цветовой палитры, декора и разнообразных принтов. Романтичная BELLE — очаровывает цветочным рисунком и разноцветными задниками, дерзкая ANN — пропагандирует комфорт при помощи ультралегких подошв, украшенная вышивкой JANE на гнущейся тонкой подошве — рассказывает о женственности в рамках спортивного стиля.



КОЛЛЕКЦИИ / ЛИЦА / БЕСТСЕЛЛЕРЫ



ПРИВЕТ ИЗ СКАНДИНАВИИ

Одежда датского бренда CREAM демонстрирует, как стильно, нежно и чуть богемно может выглядеть скандинавский casual. Среди главных секретов популярности марки — совершенство деталей, правильные силуэты и высокое качество. Ежегодно модный бренд выпускает шесть коллекций, в которых можно найти актуальные, свежие образы на любой случай жизни.



ПО НАПРАВЛЕНИЮ К СОЛНЦУ

Свободный стиль tomas maier, функциональность и инновационные технологии UNIQLO LifeWear удачно объединились в новой совместной коллекции одежды для отдыха tomas maier and uniqlo. Яркие оттенки желтого и оранжевого вдохновлены солнечными пейзажами Флориды, а жизнерадостный принт изображает символ бренда — пальму. «Наша новая коллекция по-настоящему многофункциональна. пляжные вещи можно превратить в домашнюю одежду, а легкую накидку в сочетании с рубашкой-поло можно надеть на прогулку по городу», — отметил создатель одноименного бренда одежды Томас Майер.



ЭНЕРГИЯ ЖЕНСТВЕННОСТИ

В коллекции Transeason 2018 от Michael Kors Collection правят бал эклектика и кутюрный гламур. На шелковых платьях и юбках цветут цветы, они же перебрались и на сумки и клатчи. Другие фавориты — графичный принт с зebraй, клетка и полоска — используются повсеместно: от платьев до пальто. Цветовая палитра, варьирующаяся от черно-белой классики и алого до бирюзы и цвета хаки, добавляет коллекции радостной экспрессии и подчеркивает ее нарочито женственный и в то же время энергичный характер.



Антон Колыхаев, основатель бренда

Antonio Bassa — российский бренд премиального качества, который занимается производством браслетов из натуральной кожи с кристаллами Swarovski. Оригинальные аксессуары, рожденные в Томске, уже получили высокую оценку поклонников стильных украшений во всем мире.

ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ БРАСЛЕТЫ ДЕЛАЮТ В ТОМСКЕ

Оригинальность. Antonio Bassa — это уникальный формат браслета, аналогов которому нет. При этом бренд гарантирует покупателям, что аксессуары ничем не уступают ни в плане дизайна, ни в плане качества украшениям от мировых лидеров подобных направлений. Браслеты выполнены настолько безупречно, что покупатель может быть совершенно уверен — он становится обладателем самого высококачественного изделия ручной работы. Кожа подбирается непосредственно создателем бренда, который дает личную гарантию ее качества. В браслетах используются только оригинальные кристаллы Swarovski — благодаря сотрудничеству с австрийской компанией, а также только премиальная фурнитура и нитки из Европы.

Комфорт и легкость. Одним из важных достоинств кожаных браслетов является их удобство: очень мягкие, они практически неощутимы на руке, не утяжеляют руку, почти невесомы и приятны благодаря мягкой выделке кожи.

Изысканность. Натуральная кожа является природным материалом, поэтому браслеты Antonio Bassa обладают непревзойденным по красоте внешним видом и способны подчеркнуть высокий статус их владельцев.

Стиль и утонченность. Кожаные браслеты предельно просто комбинируются с различными стилями одежды от классики до спортивного стиля.

Сотрудничество. Мы всегда открыты для новых предложений и идей. С 2018 года компания развивает направление B2B и увеличивает свое присутствие на российском рынке. Для партнеров мы предлагаем торговое оборудование и комплексные решения по направлениям:

- продажа браслетов через салоны красоты и маникюра;
- кросс-продажи в магазинах одежды, обуви, элитной парфюмерии;
- бизнес-сувениры, корпоративные подарки.

Приятный сюрприз. Личная скидка от создателя бренда Antonio Bassa читателям журнала — 10%. Промокод — 1502



Antonio Bassa
ТВОЙ БРАСЛЕТ

Эксклюзивные кожаные браслеты ручной работы «Antonio Bassa», ул. Нахимова, 13 а, стр.1, тел. +7-423-443-37-33, antoniobassa.com,

Instagram: antoniobassa Facebook: antoniobassacom



LOOK&Style БРЕНД

Лето со Stilnyashka

Летом 2018 года в дизайнерских коллекциях наблюдается «цветочное изобилие». Флористические принты покрывают не только летнюю одежду, но и куртки, пальто, шапки.



Сарафан,
3 359 руб.

Платье,
5 149 руб.



Юбка, 2 799 руб.

Сумка, 1 890 руб.



Платье,
6 749 руб.



Пиджак,
4 842 руб.,
поло, 1 818 руб.,
брюки, 2 492 руб.



Сарафан,
4 606 руб.

Юбка, 1 929 руб.,
футболка, 1 369 руб.



Платье, 4 436 руб.



Пальто, 5 880 руб.,
лосины, 1 448 руб.

Блузка, 2 294 руб.



Платье,
3 296 руб.

Футболка,
894 руб.
брюки,
2 492 руб.

Модный тренд

использование крупной флористики в виде распустившихся цветов, бутонов или растительных узоров. В коллекциях бренда Stilnyashka «Сказочный лес», «Цветочный сад», «Blue flowers» изображения цветов выполнены в стилистике акварели, детских рисунков или творений импрессионистов, а цветочные 3D-аппликации, крупные броши и вышивки добавляют «изюминку» даже в консервативные решения.



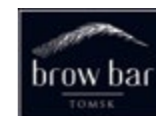
Сумка, 1 890 руб.



Платье,
3 080 руб.



Платье,
4 759 руб.



Стиль: команда «Browbar»
ТЦ «Изумрудный город», 2-й этаж,
тел. 8 (3822) 32-08-17
@ browbartomsk

STILNYASHKA
FASHION BRAND FOR CHILDREN

Магазин детской дизайнерской одежды «Stilnyashka»,
ТЦ «Изумрудный город»,
пр. Комсомольский, 13 б, 3-й этаж, тел. 255-990,
www.stilnyashka.com @ stilnyashka.tomsk

Модели: Вероника Перминова, Вероника Жданова,
Мария Смирнова, Василиса Смирнова, Ксения
Кокаулина, Артем Сушкевич

Шопинг как праздник

Alexandra Showroom&Atelier — дизайнерский магазин современной одежды высокого уровня. Здесь можно не только приобрести эксклюзивную вещь своей мечты, но и создать ее благодаря услуге индивидуального пошива одежды любой сложности. Таким образом, каждая девушка найдет здесь свой собственный гардероб для самовыражения.

В магазине представлены удобные и функциональные вещи с идеальной посадкой и грамотным сочетанием разных фактур и цветов, а также пальто и сумки производства Италии. Одежда от Alexandra Showroom&Atelier отличается исключительным качеством и отменным вкусом, поэтому она выгодно подчеркнет статус, стиль и элегантность ее обладательницы.

— В нашем городе — рассказывает владелица уникального магазина-ателье Александра Красильникова, — мне не хватало такого шоу-рума, в котором бы царил домашняя атмосфера, куда можно было бы прийти, чтобы полностью погрузиться в создание нового образа и при этом весело пообщаться, поделиться новостями. А раз такого места я в Томске не нашла, то и решила сделать его сама.

Знаете, чем мой магазин отличается от других? Поход ко мне в гости — это

настоящий праздник! В Alexandra Showroom&Atelier чувствуешь себя как в гостях у лучшей подружки, с которой можно попить шампанского и обсудить последние новости. Моим клиентам не нужно ходить по шоу-руму, чтобы подобрать себе вещи, искать размеры — я сама за них это сделаю. Я изучаю последние тенденции моды, хорошо чувствую женщин и подбираю для них именно то, что заставит мужчин на улицах оборачиваться им вслед и делать комплименты. Это уже проверенный факт. (Улыбается.)

Я сама без ума от всех, без исключения, вещей, представленных в моем шоу-руме, и, кстати, одеваюсь только в нем, так что клиенты могут мне довериться со спокойной душой.

Ателье при шоу-руме — это мой полет фантазии, мое творчество. В области пошива и моделирования я уже 4 года и довольно основательно подхожу к этому процессу! Мне удалось собрать крутую команду профессионалов, я работаю толь-



ко с лучшими поставщиками ткани. Надо признаться, мне очень интересно придумывать новые модели и воплощать их в жизнь, а главное — видеть счастливых покупателей. Мы шьем все — от топов до свадебных платьев, ведь наши клиенты — это современные, стильные девушки, которые ценят качество и, безусловно, разбираются в последних модных тенденциях.



ALEXANDRA
SHOWROOM
& ATELIER

Шоу-рум ALEXANDRA,
г. Томск, ул. Красноармейская, 96, арка 2,
офис 310, тел. 8-913-884-56-88; г. Северск,
пр. Коммунистический, 151, тел. 8-952-155-47-80,
alexandrashowroom

BODY & Beauty*

ВДЫХАЯ СВОБОДУ

Новый аромат Dans Ma Bulle от Carven был создан в результате совместного творчества трио парфюмеров — Патрисии Чу, Виолет Коля и Вероник Найнберг. Базовые ноты личи, розы, мандарина, апельсина и пиона в нем оттеняются гелиотропом и миндалем, гипнотизируя чувственным шлейфом из ванили, сандала и пачули. Сладкая, без приторности, нежная композиция воспеваеет женственность, которая идет рука об руку с самостоятельностью и свободой современной девушки. Аромат эксклюзивно представлен в РИВ ГОШ.

* «ТЕЛО И КРАСОТА»



ВЫБОР РЕДАКЦИИ



Увлажняющий флюид **LES BEIGES SHEER HEALTHY GLOW TINTED MOISTURIZER** от **CHANEL**, попадая на кожу, действует, словно фотопшоп. Легкая текстура крема подчеркивает ваши достоинства, усиливает сияние лица и разглаживает мелкие морщинки. Средство представлено в шести оттенках, чтобы любой девушке легко было подобрать свой вариант.



С пигментом для губ **Eau à Lèvres** на чувства можно не скупиться. Эксперты **CLARINS** обещают, что он выдержит до 300 поцелуев! Средство на 77% состоит из воды, поэтому оно моментально впитывается, не оставляя на губах никакого покрытия, лишь стойкий матовый цвет, ощущение свежести и комфорта.

Лосьон **SHISEIDO Expert Sun** создает на коже невидимую вуаль, которая повторяет рельеф и защищает ее от ультрафиолетовых лучей вне зависимости от угла их падения. Солнцезащитное антивозрастное средство можно использовать как базу под макияж, легкая текстура мгновенно впитывается, не оставляя белых следов.



Уход против морщин для повышения тонуса и упругости кожи **HYALU B5** содержит два вида чистой гиалуроновой кислоты и витамин B5. Антивозрастное средство на основе термальной воды **LA ROCHE-POSAY** подходит даже для чувствительной кожи, успокаивает и защищает, восстанавливая гидролипидный баланс клеток.



Благодаря ночному восстанавливающему крему и маске **VICHY SLOW AGE** кожа лица сможет быстро набраться сил после активного дня. Уход восстанавливает естественный кислородный баланс в клетках, нейтрализует разрушительные процессы окисления в коже, тем самым избавляя ее от свободных радикалов.



ИДЕАЛЬНАЯ ФИГУРА КАК ПО ВОЛШЕБСТВУ!

ВИДИМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ С ПЕРВОГО РАЗА

ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ ЦЕЛЛЮЛИТА • СНИЖЕНИЕ ВЕСА • ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПОСЛЕ РОДОВ • PUSH-UP ЭФФЕКТ ЯГОДИЦ

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



ЕДИНСТВЕННЫЙ В ТОМСКЕ АППАРАТ R-SLEEK ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ФИГУРЫ

Медицинская спа-клиника «Живой стиль»
ул. Гоголя, 55, тел. 468-468 | livelystyle.ru | живойстиль.рф
f i b livelystyle

Аужен ли фитнес в пожилом возрасте, стоит ли начинать занятия в зрелом возрасте и как тренироваться, если вы этого не делали раньше? Ольга не только аргументировано доказывает, что у фитнеса нет возрастных ограничений, но и щедро делится своими фишками и лайфхаками для тех, кому за...



медлить процессы вашего старения.

В том случае, если у вас нет опыта занятий, я всегда рекомендую начать с индивидуальной тренировки в тренажерном зале, так как только опытный тренер сможет оценить состояние вашего тела и подобрать необходимую программу с учетом ваших целей и задач. После этого можно смело переходить на групповые занятия, где есть социум, веселье, музыка, энергия, единомышленники и новые

Когда возраст не помеха!

Ольга Абакумова, основатель и директор сети фитнес-клубов «Фристайл», продолжает рассказывать нашим читателям о самых интересных фактах из невероятно увлекательного мира фитнеса. На этот раз она выбрала пикантную тему возрастного фитнеса, утверждая, что такие жизненные даты, как 40—50—60 лет, не должны служить причиной для отказа от занятий спортом!

— Все люди по-разному относятся к своему возрасту. И разве я открываю Америку, напоминая, что есть и 20-летние «старушки», у которых, то тут болит, то там морщина, а есть молодухи в 80 лет, успевающие не только ходить в спортклубы, но и жить полноценной насыщенной жизнью. Возраст — это лишь цифра, а вот качество жизни и здоровье — эти величины абсолютные и основополагающие!

Беззаботные 20—30 лет...

Нам кажется, что такими красивыми, молодыми, здоровыми мы будем всегда. Но главное — надо суметь воспользоваться этим временем, чтобы полюбить спорт, регулярные тренировки и здоровый образ жизни. Считаю, это тот момент, когда двигательная активность поможет продлить молодость, укрепить иммунитет, а если вы еще и умеете к жизни относиться легко и с юмором, то у вас напрочь отпадут комплексы и стереотипы об ускользающей юности.

Аудитория 30—40 лет

Как правило, это женщины, имеющие жизненный опыт, семьи, детей (некоторые решаются в этот период на второго или третьего ребенка). Но в качестве «довеска» у большинства людей этого возраста появляются первые признаки уязвимости: давящий «груз лет», перемены во внешности, первые проблемы со

здоровьем и лишние килограммы. Но на самом деле вы еще молоды и полны сил — пользуйтесь этим на всю катушку! Женщины на данном отрезке времени способны тренироваться довольно фанатично, системно и на постоянной основе, полностью пересмотреть свое питание и бросить все вредные привычки — например, курение! Сегодня именно данная возрастная категория людей является основной аудиторией всех спортивных площадок, и сеть фитнес-клубов «Фристайл» — не исключение! Этот возраст прекрасен — скажу вам по собственному опыту.

Великолепные и мудрые 50+...

Добро пожаловать в замечательный жизненный период, где фитнес нужен как никогда! В 50—60 лет можно открывать двери в фитнес-зал, даже если вы делаете это в первый раз! Это нормально и даже круто! Возрастные тренировки способны дать фантастические результаты, практически останавливая время! Вспомните, ведь наше тело создано для движения, а его мышцы должны сокращаться — если человек пренебрегает законами природы, мышечные волокна усыхают и атрофируются, а жировая масса — напротив — увеличивается. Запомните — нет возрастных болезней, есть болезни образа жизни. Живите по правилам ЗОЖ и занимайтесь фитнесом — он непременно поможет за-

знакомые. Легко не будет, зато результаты максимального оздоровительного эффекта гарантированы!

Часто для зрелых людей предлагают SOFT-программы (йога, пилатес, стрейчинг). Я бы рекомендовала пройти сначала через укрепление тела и мышечного каркаса в тренажерном зале, а потом приступать к упражнениям на растяжку, избегая больших нагрузок на суставы. В пространстве «Фристайла» есть и универсальные программы для новичков, которыми можно заниматься без фанатизма, в силу своих возможностей. Например, самой старшей посетительнице нашего фитнесклуба было 87 лет, эта женщина долго и успешно занималась у нас пилатесом.

Возраст не помеха, поэтому не надо его подчеркивать! Несмотря на цифры в паспорте, можно и нужно заниматься спортом на регулярной основе и смотреть на жизнь с оптимизмом!



Сеть фитнес-клубов «Фристайл Сити»,
ул. Красноармейская, 114,
ул. Сибирская, 43 б, Иркутский тр., 56,
тел. 609-629, freestyle.tom.ru

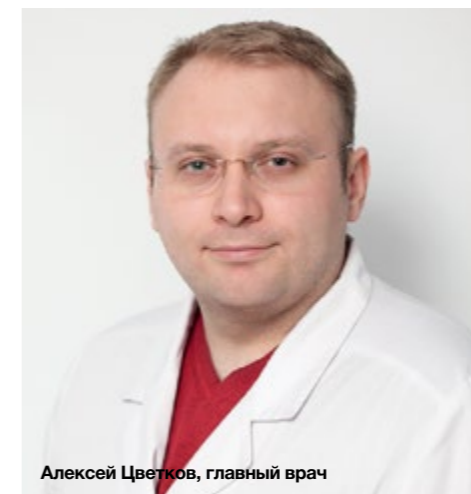
Жизнь на 100 процентов

Потеря качества зрения — проблема, часто встречающаяся в современных реалиях. Но и офтальмология сегодня не стоит на месте, стараясь успеть за активным поколением, которое, не желая отказываться от гаджетов, при этом мечтает вести здоровый образ жизни.

Врач-офтальмолог Алексей Александрович Цветков, заведующий офтальмологическим центром «Живой взгляд» рассказывает о новинках, появившихся в сети оптик «Живой взгляд», которые помогут многим людям изменить качество своей жизни в лучшую сторону.

— Сегодня мы можем предложить клиентам нашей оптики широкий спектр оптических линз с самыми разными возможностями. **Прогрессивные очковые линзы** позволяют пациентам в любом возрасте вести полноценный образ жизни и видеть мир во всех его красках на все сто процентов. Пользуясь одними и теми же очками, можно видеть вдаль, читать вблизи, работать с компьютером...

Есть у нас и разные варианты **офисных линз**, которые помогают человеку комфортно работать в «кабинетных» условиях и иметь хорошее качество зрения. Например, антикомпьютерные очковые линзы снимают усталость и красноту



Алексей Цветков, главный врач

глаз, позволяя более длительное время работать, не испытывая дискомфорта

Еще одно интересное предложение — **зеркальные линзы**. Это разновидность **фотохромных линз**, у которых при попадании на них солнечных лучей проявляется затемнение и зеркальный эффект. То есть такие линзы будут выглядеть как обычные в помещении, но на улице или за рулем автомобиля, они будут тонироваться и выглядеть как зеркальные солнцезащитные очки. В палитре таких линз много оттенков, что позволяет создать по-настоящему уникальный образ человека. Думаю, это действительно эксклюзивное предложение для всех, кто любит меняться.

Хочу отметить, что мы можем предложить много вариантов очков и для самых маленьких пациентов, которые позволяют им добиться высокой остроты зрения и при этом, благодаря новым материалам, избежать такого печального — и часто

встречающегося у детей — события, как частая поломка оправы.

Также, давайте поговорим о контактной коррекции. К процессу **выбора контактных линз** нужно подходить очень осознанно: здесь большую роль играет факт общения с врачом, который должен выявить потребность конкретного человека, чтобы помочь ему избежать дискомфорта при ношении линз и других возможных проблем. Как правило, достаточно 10-15 минут, чтобы понять, что нужно пациенту и какой продукт ему подойдет.

Передовые технологии, используемые при создании контактных линз, делают их пригодными для ношения абсолютно каждым человеком (за редким исключением, когда это невозможно по медицинским показаниям) и практически в любом возрасте.

Современные контактные линзы мы можем предложить всем, даже пациентам со значительными степенями астигматизма.

В оптике «Живой взгляд» мы ждем вас независимо от того, какой способ коррекции вы предпочитаете, наша задача обеспечить вам стопроцентное качество зрения. Ну, а если вы ищете способ изменить свой имидж, мы без труда подберем такие контактные линзы и очки, которые, несомненно, добавят интересные нотки в ваш образ.

ЖИВОЙ ВЗГЛЯД + —
СЕТЬ ОПТИК

ул. Красноармейская, 103, тел. 55-41-24,
livelylook.ru, живовзглядвтомске.рф,
f vk livelylook

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



*Модель: ДАРЬЯ ЕПИФАНЦЕВА
Фотограф: ЮЛИЯ ГОРДЕЕВА
МУАН: АНАСТАСИЯ ШКАРИНА
Локация: PROSTO PHOTOSTUDIO*

TUTTI FRUTTI







Любовь с первого взгляда

Мы продолжаем публикации интервью с региональным мастер-тренером бренда «Davines» Анастасом Метакса, который приезжал в Томск, чтобы провести обучение для стилистов-парикмахеров нашего города. На этот раз мы говорим с Анастасом об уникальности его любимого бренда и о том, как он сам пришел в парикмахерское искусство.

В бьюти-индустрии я уже семь лет. А мой интерес к парикмахерскому искусству возник у меня еще в детстве, когда я занимался в популярном ансамбле «Непоседы». Ее выпускниками, кстати говоря, стали такие певцы, как Влад Топалов, Сергей Лазарев, Юлия Волкова и многие другие известные артисты. Я много времени проводил за кулисами, наблюдал за работой стилистов и уже тогда понял: моя профессия будет связана со сферой красоты и я стану либо дизайнером одежды, либо стилистом... В итоге я сделал выбор в пользу парикмахерского дела.

Окончил обучение по специальности и сразу же выиграл профессиональный фестиваль красоты «Невские берега», победив в мужских модных номинациях. Затем стал работать в салонах, где познакомился с огромным количеством разных продуктов. Нравилась многие, но как-то все время так получалось, что мои отношения с разными косметическими брендами никак не могли полностью сложиться в единый пазл — все время какой-нибудь детали да не хватало!

Когда я попал в салон, работающий на марке Davines, помню, что сначала я не испытывал особого желания работать с ней! Но коллеги убедили попробовать — и только тогда я понял, как ошибался! Мне продукты бренда настолько понравились, что я бы даже назвал это любовью с первого взгляда. Сменив позже место работы, я попал в салон, где не были представлены уже так полюбившиеся мне продукты. Тогда я позвонил менеджеру и сказал: «Нет, мне нужен салон только с Davines». Так началась история наших взаимных чувств.

Мне удалось выйти на Академию Davines, и через два месяца работы там меня пригласили работать у них тренером. Меня уже очень хорошо знали в компании, потому что ни одно ее мероприятие я не пропускал. В самый первый период работы с Davines я был просто преисполнен фанатичного отношения к ее продуктам, но сейчас, слава богу, в голове все встало на место. Я воспринимаю эту косметику уже с холодной головой и точно понимаю, в чем ее преимущества.

The Circle Chronicles стала обладателем премии «Великолепная красота» от журнала «Marie Claire», что является показателем их действенности и популярности.

— Назовите главные на ваш взгляд достоинства Davines, и какие его продукты стали вашими любимчиками?

— Davines — это вообще бренд-уникум. Я не могу сказать, что у него есть какие-то аналоги среди самых популярных мировых hair-линий. Тут сошлось все: креативность химиков, талант дизайнеров, опыт маркетологов, которые занимаются концепцией и продвижением этого бренда, максимально точно отслеживая потребности нашей аудитории и всегда попадая в цель. И, конечно же, у него невероятная философия — и это тоже является отличительной чертой итальянской марки.

Среди ее продуктов одним из самых любимых для меня в последнее время стал The Circle Chronicles, линия масок,



о которой я рассказывал в апрельском выпуске журнала. Отличительная черта этих масок в том, что они подбираются не по типу волос, а по стилю жизни. Это абсолютно новое, не имеющее аналогов веяние в парикмахерском искусстве. Ведь на самом деле стиль жизни влияет напрямую на состояние волос и поэтому от этой линейки каждый получит то, что ему нужно. The Circle Chronicles стала обладателем премии «Великолепная красота» от журнала «Marie Claire», что, несомненно, является показателем их действенности и популярности. Я счастлив сообщить всем неравнодушным к качественным уходовым средствам для волос, что, несмотря на то, что эти маски только-только появились в Москве, их уже можно приобрести и в томских салонах.

Еще огромной популярностью у профессионалов и наших клиентов пользуется праймер линии Your Hair Assistant — продукт, который наносится на отжатые полотенцем волосы перед укладкой. За счет своей мульти-активности он способен придать волосам объем или убрать его, невероятно держит форму, а также выступает в качестве термозащиты при сушке волос феном и укладке стайлерами, обладает свойствами, защищающими волосы от влаги.

Обязательно назову еще одно просто легендарное средство — масло из линии OI Essential Haircare, которое уже долгое время продолжает сохранять свои позиции лидера, составляя еже-

годно 14 процентов от оборота компании! Это, безусловно, говорит о его эффективности и замечательных ухаживающих и восстанавливающих здоровый вид волос свойствах.

— Какой продукт вы посоветуете использовать в жаркий летний период?

— Идеальный выбор для лета — солнцезащитная линия SU Essential Haircare без сульфатов и парабенов, предназначенная для тех людей, которые много находятся на свежем воздухе. Даже в условиях сибирского лета есть риск подвергнуть наши волосы и кожу воздействию достаточно большого количества ультра-фиолетовых лучей. Они могут повлиять на цвет волос, появление посеченных концов из-за пересушивания и потерю длины, поэтому применение несмываемого молочка из линии SU с УФ-фильтрами прекрасно увлажнит и дисциплинирует ваши волосы после мытья, сохранит их оттенок, облегчит расчесывание, придаст блеск. Готовимся встречать лето во всеоружии вместе с Davines!

davines

Представитель марки Davines
в Томске и Томской области,
тел. +7-913-816-13-55,
www.davines.ru



Секреты красоты



У каждой девушки с юных лет есть свои секретные знания о том, как выглядеть прекрасно и как ухаживать за собой, чтобы поражать окружающих красотой и ослепительной молодостью. Кто-то предпочитает хранить их в тайне, кто-то, напротив, щедро делится ими, желая, чтобы в мире стало как можно больше счастливых людей.

О своих ритуалах красоты сегодня нам рассказывает Дарья Лапай, не просто очаровательная и ухоженная девушка, но и косметолог по специальности. Окончив Московский институт пластической хирургии и фундаментальной косметологии, Дарья профессионально следит за состоянием своей кожи и знает, как сохранить ее в идеальном состоянии.

— Рекомендую обязательно начинать уход за кожей лица любого типа с чистки. Я систематически сама делаю ее, так как у меня комбинированная кожа, требующая глубокого очищения и отшелушивания. Пилинг способствует более глобальной эксфолиации кожи, освобождая ее от мертвых клеток и нормализуя обменные процессы.

Никак не обойтись и без увлажнения — биоревитализации, современного must have для любой женщины от 25 лет. Коктейли на основе гиалуроновой кислоты увлажняют кожу, запускают процессы ее обновления: повышают упругость и делают подтянутой.

Также необходимыми для себя я считаю уколы диспорта, не хочу давать ни малейшего шанса появлению мимических морщин. А еще одна из моих любимых процедур — RF-лифтинг, или возможность сделать быструю подтяжку лица, когда появляется необходимость уменьшить щечки. После данной процедуры кожа ведет себя просто потрясающе, становясь нежной и гладкой.

Состояние кожи неразрывно связано с тем, что мы едим. Чтобы оставаться молодой, нужны продукты, богатые омега-3 и омега-6. Полиненасыщенные жирные кислоты необходимы для здоровья кожи, укрепления волос и ногтей, хорошего кровообращения и правильной работы всех внутренних органов. Они содержатся, например, в оливковом и льняном масле. Важно употреблять достаточное количество зелени, повышающей защитные функции кожи, оберегающей ее от фотостарения и негативного влияния окружающей среды, есть продукты с большим количеством йода, который помогает максимально долго сохранять молодость нашей кожи.

Питайтесь правильно, своевременно ухаживайте за собой и оставайтесь молодыми как можно дольше.

Дарья Лапай, косметолог-эстетист, тел. 8-913-889-09-39, @beauty_bluess

Благодарим за помощь в проведении съемки магазин женской одежды «Lusio» (@lusio_tomsk), а также стилиста-визажиста Петимат Абдуллаеву (@petimat_abdullaeva)

Все под контролем

1. Успокаивающая дымка с магнием для чувствительной кожи **MAGNESIUM MIST** от **NOVEXPERT** обогащена натуральными минералами солей Мертвого моря. Она мгновенно увлажняет кожу более чем на 3 часа и защищает от окислительных атак благодаря раствору магния в ее составе. Дымку можно использовать как тоник после очищения, как спрей для закрепления макияжа и как увлажняющее средство под крем и маску.

2. Новый мицеллярный шампунь **CLEAN MANIAC MICELLAR SHAMPOO** от **REDKEN** с энтеросорбентами, анти-оксидантами и UV-фильтром подобно магниту помогает убрать все внешние загрязнения, бережно очистить волосы от остатков стайлинга и ежедневных выделений кожи головы. Он не содержит сульфаты и силиконы и просто создан для тех, кто любит пользоваться шампунем ежедневно.

3. Эксперты бренда **ARTISTRY™** создали высокоэффективную новинку **ARTISTRY INTENSIVE SKINCARE™**. Средство с витамином С и гиалуроновой кислотой, которое воздействует на кожу по принципу косметологических филлеров. Благодаря комплексу Vita-C, содержащему витамин С в чистом виде, и гиалуроновой кислоте двойного действия оно способно сократить мимические морщины, предотвратить признаки старения и обеспечить антиоксидантную защиту кожи.

4. Любое воспаление на коже может оставить после себя досадный след — покраснение или пигментацию. Иногда требуется немало времени, чтобы покраснение исчезло. Ученые лаборатории **LA ROCHE-POSAY** обновили формулу корректирующего крем-геля для проблемной кожи **EFFACLAR DUO [+]**, теперь он помогает не только сократить количество появляющихся воспалений, но и уменьшить их последствия. Кроме того, средство обладает матирующим и увлажняющим эффектом.

5. Новая сыворотка **MOROCCANOIL MENDING INFUSION** — это усовершенствованное средство на основе арганового масла, которое не только запечатывает кончики волос, делая их гладкими и ровными, как после стрижки, но и интенсивно увлажняет, кондиционирует и укрепляет волосы изнутри. Сыворотка мгновенно восстанавливает сухие ослабленные волосы, придавая им здоровый вид и уменьшая сечение и ломкость кончиков.





В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ
 В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ЗАГЛЯНУТЬ В БУДУЩЕЕ

Прогнозировать и даже проектировать собственное здоровье – преимущество граждан 21 века. Сегодня ученые могут составить ваш генетический паспорт, замедлить старение, регулируя оксидативный стресс, и даже исследовать новый орган, о наличии которого еще недавно медицина даже не подозревала.

ВНУТРЕННИЙ КОСМОС

Всем нам давно знакомо понятие «микробиота кишечника». Обитающие в кишечнике различные бактерии участвуют в пищеварении и множестве других процессов и так или иначе влияют на наше самочувствие. Но в последние годы ученые стали рассматривать совокупность этих микроорганизмов как отдельный орган, который называют микробиотой кишечника. Только вдумайтесь, это от 50 до 100 триллионов бактерий различных видов. Их общий вес может превышать два килограмма!

Ученые обнаружили, что у разных людей состав микробиоты не идентичен. Зато статистика показала, что у пациентов с одними и теми же жалобами на здоровье микробиота кишечника в большинстве случаев схожа по составу. Получается, что микроорганизмы могут быть причиной развития ряда хронических заболеваний, таких как атеросклероз, сахарный диабет, язвенный колит или ожирение.

Многочисленные исследования подтверждают тот факт, что патогенные микробы редко бывают опасны сами по себе. А вот если их колония стремительно увеличивается в размерах, жди беды. Поэтому тест «Генетика микробиоты», основанный на исследовании содержимого кишечника, не только вычисляет тип обитающих в нем бактерий, но и подсчитывает их. Результаты заносят в базу данных, где происходит тщательное сравнение анализа с ранее выявленными случаями. Чем менее бактериальный профиль пациента напоминает потенциальную картину микробиоты при заболевании, тем выше защищенность. Любые отклонения от нормы сразу принимают во внимание, чтобы не упустить первые признаки возможной проблемы и вовремя начать лечение. Через три месяца анализ рекомендуют сдать повторно, чтобы отследить динамику.

Также тест «Генетика микробиоты» определяет количество полезных бактерий, которые синтезируют витамины группы В и К, нужные нам для функционирования нервной системы и

головного мозга, поддержания прочной структуры мышц и качества кожи. Если таких бактерий недостаточно, и организм испытывает дефицит, специальный алгоритм составляет список рекомендуемых продуктов питания, которые могут восполнить запас.

Состав микробиоты напрямую связан с тем, как мы питаемся. Удивительный факт – существуют бактерии, которые едят все подряд, а есть так называемые привереды, которые ищут лишь определенные виды пищевых волокон, и если не находят, то начинают голодать, а их популяция сокращается. Даже наше настроение может зависеть от количества и типа бактерий, воздействующих на стенки кишечника. Доказано, что эти живые микроорганизмы выделяют собственные гормоны, такие как серотонин, тестостерон, гистамин, а сигнал поступает напрямую в наш мозг. Поэтому если вам часто бывает грустно без особой причины,

всего лишь нестабильные молекулы со свободным электроном, образующиеся в процессе жизнедеятельности, точнее – в результате окисления кислородом, которым мы дышим. Проблемой свободные радикалы могут стать лишь в том случае, если уровень их слишком высок. Для достижения баланса в нашем организме существуют антиоксиданты, которые связывают и обезвреживают нестабильные молекулы. Но если уровень свободных радикалов по тем или иным причинам слишком высок, антиоксидантная система не справляется, и нестабильные молекулы начинают вступать в реакцию с клетками организма, повреждая их мембраны. Эту ситуацию ученые и называют оксидативным стрессом.

Для оценки уровня оксидативного стресса существует анализ, он выявляет уровень содержания в крови свободных радикалов и важнейших антиоксидантов: коэнзима Q10, витаминов Е и С,

Ученые рассматривают совокупность обитающих в кишечнике микроорганизмов КАК ОТДЕЛЬНЫЙ ОРГАН, который называют микробиотой. Общий вес микробиоты может превышать ДВА КИЛОГРАММА!

задумайтесь, а не прислушаться ли к кишечнику?

КОМАНДА МОЛОДОСТИ

Слово «стресс» у большинства людей прочно ассоциируется с психологическими проблемами – головной болью, депрессией или недосыпанием. А совсем недавно ученые раскрыли одну из важных причин преждевременного старения, а также развития различных заболеваний – онкологии, гормональных нарушений, бесплодия. Спусковым механизмом этих негативных явлений оказался оксидативный стресс – повреждение клеток свободными радикалами.

Вообще, наличие свободных радикалов в нашем организме – норма. Это не токсины или патогенная флора, а

бета-каротина, глутатиона, малонового диальдегида и 8-ОН-дезоксигуанозина.

Сопоставив два показателя, специалист определяет, насколько организм способен связывать свободные радикалы и обезвреживать их. Если недостаточно, то ему нужно помочь – добавить антиоксиданты искусственно, с биодобавками или с пищей. В ходе многочисленных исследований было доказано, что антиоксиданты снижают степень повреждения тканей, ускоряют процессы выздоровления, а их высокий уровень – показатель здорового иммунитета. Словом, антиоксиданты улучшают качество жизни и ее продолжительность.

Поддерживать баланс между свободными радикалами и антиоксидантами не так сложно – это тот самый случай,

когда предотвратить легче, чем лечить. Достаточно вести правильный образ жизни, следуя рекомендуемой врачом диете. Так, витамин Е ищем в миндале, грецком орехе и авокадо. Витамин С – в болгарском перце, петрушке или брокколи. Селен – в лососе и кунжуте, а бета-каротин – в моркови, абрикосах и шпинате. При интенсивной физической нагрузке потребление кислорода увеличивается в 10-20 раз, поэтому тем, кто активно занимается спортом, дополнительно назначают антиоксиданты в виде фармацевтических добавок.

КОД ПОКОЛЕНИЙ

То, что гены определяют не только нашу внешность и способности, но и здоровье – факт безусловный. Данные о семейной наследственности часто позволяют заранее оценить индивидуальные риски человека. Именно риски – ведь наличие того или иного заболевания у вашего родственника еще не означает, что оно разовьется и у



Избыточный уровень свободных радикалов способствует не только утомляемости и снижению иммунитета, но и ускоряет ПРОЦЕСС СТАРЕНИЯ ОРГАНИЗМА.

вас. Генетическое исследование помогает современным медикам определить вероятность появления того или иного заболевания и вовремя принять меры, чтобы его избежать. Для этого вам необходимо знать историю нескольких поколений своей семьи, достаточно сделать тест и получить свой личный генетический паспорт.

Для исследования берется образец слюны, который содержит сведения об особенностях структуры ДНК, всех 23 пар хромосом человека. Генетический паспорт – это полный анализ такого исследования, включающий данные о тенденции пациента к развитию тех или иных заболеваний, сильные и слабые стороны здоровья. Прочитать такой документ сможет только специалист, зато в любой стране мира, ведь

язык – универсальный. Шифр состоит из определенной комбинации букв и цифр. Исходя из результатов, врач сразу же может наметить пути решения той или иной проблемы, назначить курс профилактики и принять ранние меры для отсрочки или предотвращения каких-либо проблем в будущем.

Самыми известными наследственными заболеваниями, обусловленными дефектными генами, являются гемофилия, синдром Дауна, муковисцидоз и фенилкетонурия. Всего известно более 200 генов предрасположенности самых различных форм – к остеопорозу, астме, диабету, болезни Альцгеймера, различным опухолям, инфаркту миокарда, коронарной болезни сердца. На основе данных теста врач может назначить прием определенных витаминов, поре-

комендовать вид диеты либо безопасный режим тренировок.

Оказывается, гены отвечают и за наши перспективы в различных видах спорта, а также несут ответственность за риски для здоровья, связанные с физическими нагрузками. Замечали, что некоторым для появления накачанных рельефных мышц нужно долго и упорно заниматься, а кому-то достаточно всего нескольких тренировок? Так вот, все это – генетика. Поэтому если вы еще сомневаетесь, какой вид спорта лучше выбрать вам или вашему ребенку, можно сделать тест, и понять, где вас ждут лучшие перспективы – там, где важнее сила или там, где скорость. Согласитесь, удобно.

Помимо заключения генетика, если необходимо, обследование включает консультации специалистов узкого профиля. Генетический паспорт, как отпечаток пальца, присвоен каждому человеку природой и не меняется в течение всей жизни. Нет сомнений в том, что знание об особенностях организма облегчает практику врачей и улучшает качество жизни.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Борьба за натуральную красоту!

«ДАМСКИЙ КЛУБ»

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ И КОСМЕТОЛОГИИ

АДРЕС: ул. Дзержинского, 20/1

ТЕЛЕФОН: 43-33-00

Мы живем в прогрессивное время! Современные возможности эстетической медицины позволяют сохранять и продлять молодость и естественную красоту максимально физиологично, не нарушая экологию тела.



Такого целостного, системного подхода на протяжении уже почти 18 лет придерживаются специалисты Центра эстетической медицины и косметологии «Дамский клуб».

Философия Центра заключается в деликатной заботе о красоте и физиологии тела, в стремлении к его восстановлению и оздоровлению с помощью максимально безопасных современных методик. Именно по этой причине здесь появился самый усовершенство-

ванный на сегодняшний день аппарат французской компании LPG — мирового лидера в разработке и производстве технологий для медицины, реабилитации и эстетики. Неизменный 30-летний принцип компании — «Естественная и здоровая красота!»

LPG создал новую неинвазивную технологию Endermologie (эндермология), способную с помощью безопасной механической стимуляции тканей восстановить активность клеточного метаболизма.

Моделирование фигуры, лечение целлюлита и коррекция возрастных изменений лица — все новые процедуры LPG стали еще эффективнее и комфортнее. Они не только помогут быть естественно красивыми, но и разбудят весь природный потенциал вашего тела, чтобы оно засияло здоровьем и красотой.

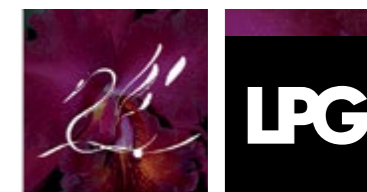
Наряду с многочисленными аппаратными методиками, представленными в «Дамском клубе», LPG-массаж создает фундамент здоровой кожи,

поддерживая ее в активном состоянии и помогая ей функционировать в максимально здоровом режиме. Мягкое, но при этом регулярное воздействие поможет быстро добиться впечатляющих результатов.

Для максимальной эффективности рекомендовано совмещать процедуры по телу и по лицу в рамках комплексного подхода, ведь наш организм — это единая система.

Регулярность и стабильность — основа системного подхода к своей красоте, поэтому на все комплексные программы в «Дамском клубе» всегда действуют приятные скидки.

Так, до 31 мая Вы можете получить скидку 20% на курс из 10 процедур по телу или из 8 — по лицу. Любите свое тело и будьте здоровы!





Лишний вес — не проблема

Надежный и гарантированный процесс снижения веса возможен только тогда, когда он находится под строгим медицинским контролем. Без самой современной диагностики и обследования, которые смогут выявить причины проблемы, начинать борьбу с лишними килограммами просто бессмысленно, уверены специалисты медицинского центра «Доктор Борменталь».

«ДОКТОР БОРМЕНТАЛЬ»

МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР

АДРЕС: ул. Карла Маркса, 13

ТЕЛЕФОН: 90-60-90

Сегодня в Томске много компаний, предлагающих так называемую «диагностику» с использованием глюкометров или жиранализаторов. В свою очередь, «Доктор Борменталь», работающий на рынке медицинских услуг уже 16 лет, подходит к здоровью своих пациентов основательно и серьезно. Чтобы получить стопроцентный результат по качественному снижению веса и расписать каждому клиенту индивидуальную программу, врачи Центра тщательно диагностируют внутреннее состояние организма человека. Идет полная проверка сосудов, позвоночника, количества и состава жира, состояния мышечной ткани и ее тонуса, состояния обменных процессов. Не будет инфор-



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



кажется, что уменьшение цифр на весах — это и есть главный результат похудения. Но все не так просто: ведь на самом деле, это может означать, что выводится лишняя вода или уменьшается мышечная масса, а жир благополучно остается на своем привычном месте.

мации об этих важных параметрах — в таком случае клиент просто потратит свое время, деньги и нервы.

Многие люди относятся к необходимости иметь такую «личную» программу снижения веса несерьезно: им

Идем дальше: может ли человек сам, без обследования и анализов, понять, от какого именно жира ему нужно избавляться — подкожного или висцерального, который накапливается вокруг органов брюшной полости? В чем, собственно, разница? Дело в

«ДОКТОР БОРМЕНТАЛЬ», работающий на рынке медицинских услуг уже 16 ЛЕТ, подходит к здоровью своих пациентов ОСНОВАТЕЛЬНО.



том, что от разного вида жира и избавляться нужно абсолютно разными способами. Например, людям с висцеральным жиром нет смысла назначать массажи — они не помогут. Очень важна и информация о состоянии сосудов пациента, и понимание кому можно худеть только с одновременным наращиванием мышечной массы, а кому, напротив, стоит уменьшать объем мышц.

Обратите внимание! В центре часто проходят акции и дни открытой двери, когда томичи могут прийти пройти диагностику состава тела по сниженным ценам или бесплатно.

ЦЕНТР «ДОКТОР БОРМЕНТАЛЬ» ПРЕДЛАГАЕТ ТРИ ВИДА СОВРЕМЕННОЙ ДИАГНОСТИКИ:

Импедансометрия. На аппарате InBody — анализаторе состава тела — определяется количество подкожного и висцерального жира, состояние мышц, а также происходит ли задержка жира в организме. Эта методика способна показывать результаты реального снижения веса.

Мультисканирование. Это аппаратная оценка процессов микроциркуляции в организме, определения биологического возраста пациента, состояния сосудов, количества висцерального жира, нарушения нервно-мышечной проводимости позвоночника.

Метабологграфия. Диагностика истинного состояния обменных процессов организма в покое и при нагрузке, возможность определить количество калорий, необходимых жизненно важным органам для нормальной деятельности в состоянии покоя.

После трех этапов диагностики врачи смогут составить максимально точную индивидуальную программу (с промежуточной диагностикой) правильного питания и коррекции веса, благодаря чему можно достичь поставленных целей — нормализовать вес, улучшить здоровье, предупредить развитие серьезных заболеваний.



Правильная биоревитализация

ПРОВЕРЬТЕ СВОЕГО КОСМЕТОЛОГА!



Юлия Гуляева, директор и основательница Центра экспертной косметологии лица «Эстетик»

В прошлом номере журнала я подняла интересную тему. Она касается тенденции, сложившейся в российской косметологии. Мы говорили о частых и, видимо, необдуманных действиях некоторых косметологов, когда ради достижения быстрых результатов клиентам назначают либо агрессивные, либо бессмысленные процедуры.

После моей статьи было много откликов. Нам звонили, к нам приходили, задавали вопросы. И стало понятно, что тема — волнующая, живая. Особенно много спрашивали об инъекционных методах омоложения — в частности, о биоревитализации. И неудивительно, ведь сегодня это одна из самых востребованных услуг на косметологическом рынке.

Причины такой популярности — видимый эстетический результат и видимая простота выполнения. Казалось бы, хочу выглядеть хорошо, сама выбираю биоревитализант, ставлю (почти неважно, где и как) и... вуаля! Быстро и эффективно!

Достоинства биоревитализации трудно переоценить. Это прекрасный способ быстрого увлажнения и питания кожи. Если делать все правильно, то с ее помощью действительно можно эффективно поддержать естественные ресурсы кожи и существенно продлить ее молодость. Однако в любом деле есть свои тонкости. И биоревитализация — не исключение. Если вы решили сделать

эту процедуру, советую учесть факторы, которые могут повлиять на ее эффективность и ваше здоровье.

Итак, что нужно знать, если вы собираетесь на биоревитализацию.

Исполнитель процедуры

Процедуру биоревитализации может выполнять только врач-дерматолог, косметолог, владеющий инъекционными методами коррекции возрастных изменений и эстетических недостатков. Ведь кожа — сложный орган со своими особенностями и строением.

Вывод:

Без фундаментальных знаний, которое дает высшее медицинское образование и специальные курсы, инъекции красоты ставить нельзя.

Место проведения

Процедура предполагает нарушение целостности кожного покрова. А потому она проводится только в условиях процедурного кабинета в учреждении, имеющем лицензию на медицинскую деятельность. В обязательном порядке такой кабинет оснащен бактерицидной лампой и систематически проходит дезинфекционную и стерилизационную обработку в соответствии с нормативами СанПиН 2.1.3.2630-10. Несоблюдение санитарно-эпидемиологических норм влечет за собой риск присоединения инфекции.

Вывод:

Биоревитализация — удел косметологических клиник с медицинской лицензией.

Выбор препарата

Суть биоревитализации — введение в кожу гиалуроновой кислоты. А основная задача — качественное увлажнение кожи. Еще несколько лет назад у косметологов не было выбора — в арсенале был, по сути, единственный препарат одной марки. Сегодня их гораздо больше. У нас, например, 18 наименований биоревитализантов: все они отличаются друг от друга составом, свойством, ме-

тодом введения, а в итоге — конечным результатом.

Например, гиалуроновая кислота в сочетании с пептидами должна не только глубоко увлажнить, но и уплотнить кожу, сделать ее более эластичной и упругой. А в союзе с янтарной кислотой мы добиваемся значительного повышения иммунитета кожи. И так далее...

А теперь скажите, может ли клиент самостоятельно выбирать тот или иной препарат? Например, зайти на сайт клиники, прочитать аннотацию, определить наиболее подходящий биоревитализант. Потом прийти к своему косметологу и... реализовать свое желание.

Нет. Он это делает только в доверительном взаимодействии с врачом-косметологом. Который учитывает не только пожелания своего клиента, но и его возраст, опыт посещения косметолога, анамнез, противопоказания, наличие и качество новообразований на коже... И, наконец, самые тонкие, зачастую скрытые особенности кожи, которые выясняются не только при тщательном осмотре, но и в результате многоуровневой аппаратной диагностики.

Вы спросите, зачем такие сложности? А я отвечу вопросом на вопрос: нам нужны результаты или очень-очень хорошие результаты? Мы хотим, чтобы яблоко только внешне было гладким, блестящим или чтобы оно и внутри было сочным, спелым, сладким? Знающий косметолог может устранить не только внешние признаки старения лица. Он обязан приостановить внутренние процессы в коже, вызывающие это самое старение. Его грамотные, точные назначения и действия должны продлевать молодость кожи, так, чтобы женщина не только сегодня чувствовала себя уверенно, но и еще много лет спустя!

Вывод:

Правильный выбор препарата для биоревитализации — залог высокой эффективности процедуры.

Выбор техники введения

Классический и уже привычный способ введения препарата — папульный. 2—3 дня после процедуры женщина

ходит с маленькими бугорками на лице и шее — папулами. Это и есть гиалуроновая кислота, введенная в кожу поверхностно. Постепенно она равномерно распределяется в коже и начинает свое благотворное действие — насыщение влагой и питание.

Но с появлением новых препаратов появились новые техники введения, а значит, и новые возможности. Например, если косметолог выберет препарат с пептидами, то и техника будет другая — более глубокое введение в дерму.

Вывод:

Высокая квалификация и опыт косметолога предполагает не только умение точно выбрать технику введения препарата, но и владение ею в совершенстве, и даже возможное сочетание разных методов в одной процедуре.

Цена и качество препарата

Эти показатели напрямую взаимосвязаны. Сегодня косметологические салоны и центры нашей страны делятся на две категории.

К первой относятся авторитетные уважаемые клиники, дорожащие своей репутацией и здоровьем клиентов. Как правило, это компании с большим (более 10 лет) опытом работы. Они имеют долговременные партнерские отношения с официальными представителями мировых лидеров по производству высококачественных биоревитализантов, используют только оригинальные препараты с высокой степенью очистки. Уровень безопасности и эстетический эффект от их процедур весьма высок. Косвенным маркером такого качества служит высокая цена процедуры.

Вторая и, к сожалению, наиболее многочисленная категория представлена косметологами-надомниками, салонами и центрами, допускающими в своей практике применение дешевых биоревитализантов и подделок. Что в них плохого?

В лучшем случае они не дают ожидаемого эффекта или он невысок. Но гораздо хуже, когда из-за плохой очистки препарат вредит коже. Это может выражаться в виде аллергических реакций и других осложнений. Часто такой пре-

парат не до конца усваивается в коже, и тогда в ней образуются «болотца» — зоны плохого кровоснабжения, в которых ускоряются процессы старения.

На конечную цену процедуры влияет не только качество самого препарата. Учитывается также квалификация врача и способность клиники обеспечить высокую степень безопасности.

Вывод:

Низкая цена за процедуру (когда 1 мл стоит менее 6500-7000 рублей) может говорить о низком качестве и препарата, и квалификации врача. Это значит, что эффект от процедуры тоже может быть низким.

Соблюдение важных формальностей

Биоревитализация — ответственная процедура. Поэтому есть много формальностей, которые обеспечивают защиту прав клиента. Перечислю наиболее важные:

1. Договор на оказание медицинской услуги. В двух экземплярах, один — для вас.
2. Информированное согласие на проведение процедуры. Врач должен не только подписать с вами этот документ, но и обратить ваше внимание на ключевые пункты, о которых вам нужно знать прежде, чем соглашаться на процедуру.
3. Упаковка оригинального (настоящего) препарата имеет защиту от подделки: стикеры, наклейки, коды. Поэтому перед тем, как достать препарат из упаковки, врач должен показать ее вам. Он обязан продемонстрировать отличительные особенности упаковки, срок годности препарата.
4. Абсолютные и относительные противопоказания к проведению биоревитализации. Врач должен о них спросить, от этого может зависеть ваша безопасность.
5. Правила домашнего ухода за кожей после процедуры. Их важно соблюдать неукоснительно. Желательно, чтобы врач не только озвучил их, но и выдал памятку.

Вывод:

Чем серьезнее клиника, тем больше формальностей, гарантирующих вашу безопасность.



Подготовка к биоревитализации

Подготовка к процедуре — моя любимая тема, когда речь идет о биоревитализации. Выше я перечислила то, что так или иначе влияет на эффективность процедуры. Но все это может оказаться бессмысленным, если мы не «подготовим почву».

Приведу пример. Представьте человека, страдающего гиподинамией. Его тело копит в себе продукты метаболизма, кровообращение и обмен веществ нарушены, ткани пастозные, отекающие. Но стоит ему начать двигаться, все тело словно оживает. Мышцы работают, сосуды обеспечивают доставку питательных веществ к клеткам кожи...

Некоторая застойность и накопление продуктов распада в коже лица — неизбежность для современного человека. Даже малый стресс влечет за собой микроспазмы в тканях и, если это вовремя не исправить, нарушается кровоток, окружающие ткани «засоряются», межклеточная жидкость застаивается.

Даже если мы занимаемся спортом, эти явления снимаются только отчасти. Ткани лица нуждаются в своих «фитнес-тренировках»! Вот зачем нужны качественные уходы. И желательно, чтобы косметолог не ограничивался массажем лица, а имел в своем запасе много методик. Грамотно сочетая их между собой, он может эффективно поддерживать внутреннюю экологию кожи клиента, продлевая молодость.

А что будет, если мы, так и не очистив внутреннее пространство кожи, все же поставим биоревитализант в эту самую «трясину»? Да он там «утонет»! Потому что мы добавим к собственной застойной жидкости кожи еще и дополнительную, в данном случае лишнюю. Конечно, какой-то результат все равно будет. Но нам-то нужен не «какой-то», а хороший! И желательно, чтобы он решал не только проблему сегодня, а работал и на перспективу, на годы!

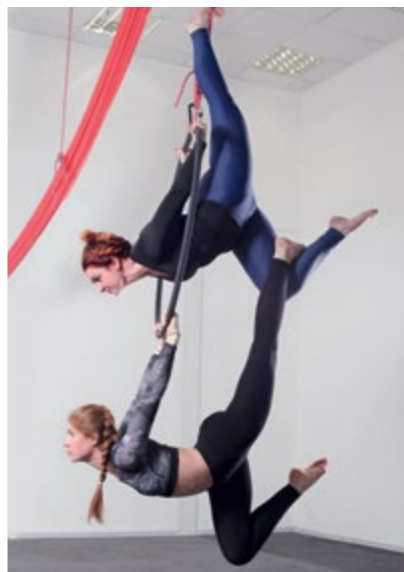
Вывод:

Если мы хотим получить 100% эффект от биоревитализации, принести себе истинную пользу, то подготовка кожи к инъекциям в виде правильно подобранного ухода обязательна.

Заключение

19 лет назад, когда мы начинали работать, а российская косметология только зарождалась, всем казалось, что это относительно просто. Но с каждым годом мы все больше убеждались в обратном. И сегодня у нас нет сомнений в том, что косметология требует серьезного, вдумчивого подхода. Она — для перфекционистов! Потому что только умные продуманные решения позволяют объединить глубокие знания с горячим желанием помочь. Я искренне желаю всем женщинам, которые уже посещают косметолога или только собираются это сделать, получать настоящую радость от своих результатов и продлевать молодость на долгие годы!

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



С самого детства мечтаете сделать красивый мостик или шпагат? Не чувствуете себя сексуальными? А как насчет красивого рельефа без набора мышечной массы? Готовы ли вы попробовать что-то экстремальное, чтобы открыть в себе и в своем теле новые возможности и резервы и даже овладеть воздушным цирковым искусством?

Тянуться к совершенству

Уникальный и единственный в своем роде проект «Sitets Studio» дает возможность взрослым и детям с 8 лет прикоснуться к абсолютно новому и очень яркому зрелищному и эмоциональному направлению — воздушной гимнастике. Его тренеры под руководством директора и идейного вдохновителя студии

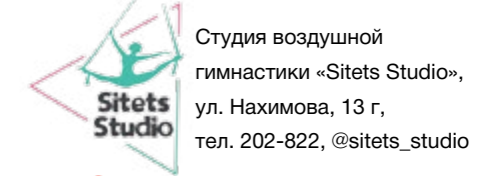
Полины Битюцкой докажут вам, что в любом возрасте возможно стать гибкими и пластичными, убрать зажимы в мышцах и комплексы из своей головы! А сделать это можно с помощью всего двух снарядов — полотна или колец, закрепленных на потолке на высоте 7 метров. Найти в Томске настолько просторное помещение, да еще в самом центре города, было очень сложно, но Полина сумела справиться с этой задачей!

Занятия воздушной гимнастикой совершенно потрясающе способны функционально изменить фигуру и подтянуть ее буквально на глазах. Координация движений совершенствуется, а походка становится просто идеальной. Воздушная гимнастика — уникальный шанс для подростков и молодежи заниматься интересными видами спорта, а для взрослых людей — это повод выйти из зоны комфорта и продолжать (или даже начать с нуля!) развивать себя и свое тело. Такой альтернативный способ работы над собой способен кардинально поменять

жизнь каждого человека в лучшую сторону, совершенствуя человека и заряжая его положительной энергией. Кроме гимнастики студия предлагает и разные направления стрейтчинг-тренировок — вплоть до растяжки для мужчин!

Тренировки «Sitets Studio» всегда проходят в позитивном эмоциональном ключе, благодаря команде креативных и профессиональных тренеров. Они — настоящая находка для всех, кто придет с желанием стать красивым и стройным. Молодая и активная команда «Sitets Studio» стремится к непрерывному развитию, поэтому всегда рада новому сотрудничеству и открыта для новых интересных проектов.

Приходите! Здесь ваши мечты воплотятся в реальность!



Спортивная форма представлена магазином «BonaFide», @bona_fide_tomsk

Страсти по маникюру

Оказывается, маникюр в его современном понимании стал доступен женщинам только в 1917 году. А уже год спустя, в 1918-м, в Нью-Йорке появился первый маникюрный салон, который помог всем женщинам, независимо от их социального статуса, стать обладательницами ухоженных и красивых рук.

Прошло 100 лет, а страсти по маникюру не утихают, более того — красота ногтей и рук в XXI веке возведена в ранг культуры.

Именно невероятная популярность этой модной процедуры у клиентов стала основной причиной, благодаря которой популярный томский салон «Бьюти» решил на расширение и обновление своей ногтевой студии. К радости ее посетителей, теперь помещение стало более красивым, светлым и комфортным.

Специалисты ногтевого сервиса мастер-студии — настоящие профессионалы своего дела, имеющие многолетний опыт работы в данной сфере и владеющие

самыми последними технологиями наращивания и дизайна ногтей. Они всегда в курсе всех мировых nail-тенденций и пристально следят за модными трендами. Так, 2018-й не принес никаких особенных революционных изменений: по-прежнему на пике популярности — максимальная натуральность и естественность. Предпочтительнее выбирать овальную или миндалевидную форму ногтя, а любителям квадратных форм предлагается закруглять кончики — так маникюр смотрится более нежно и аккуратно.

Очень важно учитывать, уверены мастера «Бьюти», что не каждый вид маникюра подойдет клиенту: нужно

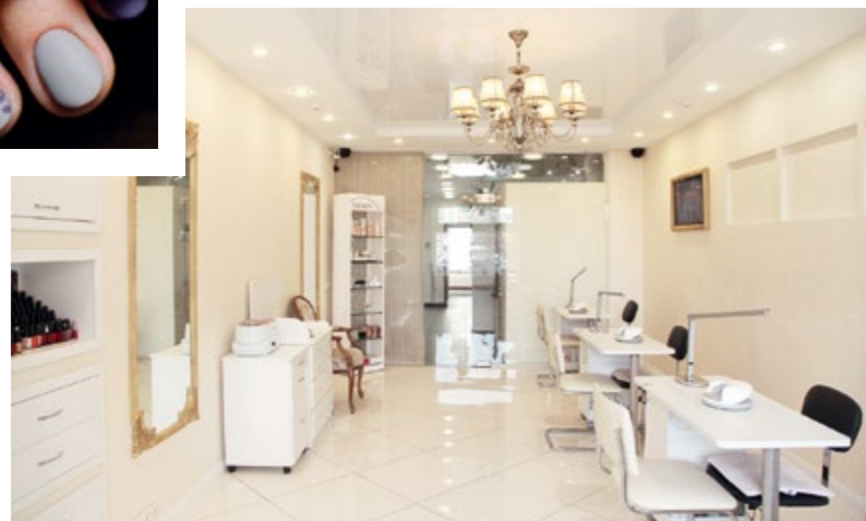
отталкиваться, прежде всего, от возраста, формы рук и строения ногтя, сферы деятельности человека, его образа жизни, цветовых предпочтений и множества других факторов. Маникюр — это настоящее искусство!

Забота о внешности рук и ногтей — не только привилегия милых дам, напоминают сотрудники ногтевой студии: популярность мужского маникюра в современном мире ничуть не уступает женскому. Бизнесмены, публичные личности, медики — для этих людей наличие маникюра стало важной составляющей регулярного ухода за собой.

Доверьтесь профессионалам и прикоснитесь к совершенству!



Мастер-студия «BEAUTY»
ул. Киевская, 15, тел. 24-99-13,
beautystudio.tomsk.ru, beautystudio_tomsk



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Новый комплекс по коррекции фигуры от Центра красоты и SPA «Melagrano» — это эффективная программа для снижения веса, устранения целлюлита и подтяжки кожи!*

суперпрограмма

«Худеем быстро!»

отличный результат за короткие сроки

ПРОГРАММА ВКЛЮЧАЕТ:

- Гидромассаж
- Антицеллюлитная программа для тела «Vertera»: пилинг, обертывание в термоодеяле, маска для лица в подарок
- Фиточай «Детокс»

Продолжительность программы 2 часа. Стоимость: 2 400 руб.

*Для достижения максимального эффекта рекомендован курс из 5-7 посещений.

ЦЕНТР КРАСОТЫ И SPA
Melagrano

пр. Фрунзе, 119 е, тел. 245-000, www.melagrano.tomsk.ru

Искусство оставаться красивыми

В современном мире желание каждой женщины — независимо от ее возраста — выглядеть ухоженной и красивой, воспринимается абсолютно естественно. Мы давно перестали экономить на дорогих кремах, отказываемся от вредных продуктов, занимаемся спортом и... ищем СВОЕГО косметолога.



Область процедур, которыми владеют косметологи, сегодня просто огромна, но велико и количество специалистов, предлагающих разнообразные услуги в сфере красоты. Поэтому, как это ни странно, выбрать действительно хорошего врача, с кем бы у пациента наладились абсолютно доверительные отношения, достаточно сложно. Ведь наша кожа — это нежная и тонкая материя, а значит, доверить ее можно лишь самым надежным рукам и квалифицированным знаниям специалиста.

Познакомьтесь с ведущими специалистами Клиники Современной Косметологии «MedicalG», которые владеют самыми актуальными методиками омоложения и коррекции внешности, и к тому же сами выглядят просто потрясающе.

СПЕЦИАЛИСТЫ

ВАЛЕРИЯ ДОБРЕЛЯ — главный врач клиники «MedicalG», врач-косметолог, ведущий специалист по инъекционным методикам. Окончила лечебное дело в НГМУ, интернатуру СибГМУ по дерматовенерологии, специализацию по косметологии в РУДН.

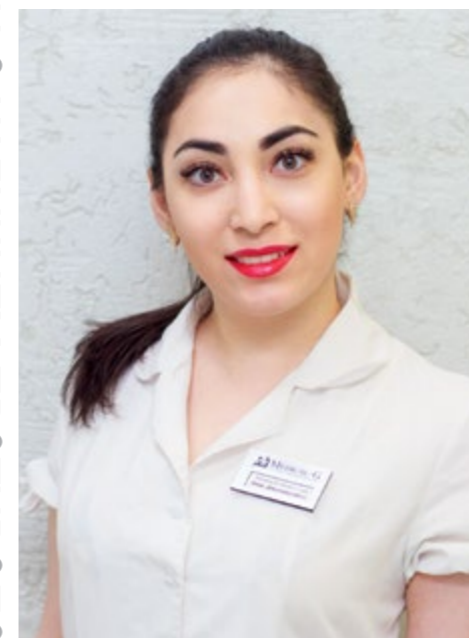


Спектр услуг:

- Аппаратная косметология;
- Инъекционная коррекция морщин ботулотоксином типа А (Ботокс, Ксеомин)
- Мезотерапия и биоревитализация кожи (классические биоревитализанты, биорепаранты);
- Контурная пластика, волюметрическая коррекция лица, исправление асимметрий.

Основные принципы в работе с клиентами: комплексный подход к решению поставленной задачи, деликатная коррекция возрастных изменений и сохранение гармонизации лица (избавление от морщин при максимальном сохранении естественного, «живого» лица без эффекта «маски»).

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

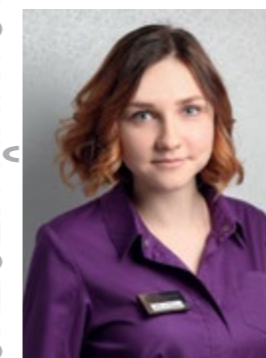


АННА ГАРЫНИНА — косметолог-эстетист клиники «MedicalG», ведущий специалист по коррекции фигуры, технолог компании «Aravia Professional». Специализация по косметологии с 2011 года.

Спектр услуг:

- Чистка лица;
- Пилинг;
- Уходовые процедуры по лицу и телу;
- Мезотерапия;
- Аппаратная косметология (RF, ультрафонофорез, микротоки и др.)
- Лазерная эпиляция;
- Плазмолифтинг.

Анна сотрудничает с клиниками, салонами красоты, обучающими центрами Томска и Северска. Проводит обучение для косметологов, массажистов и мастеров индустрии красоты, мастер-классы по уходу за лицом и телом на косметике Aravia.



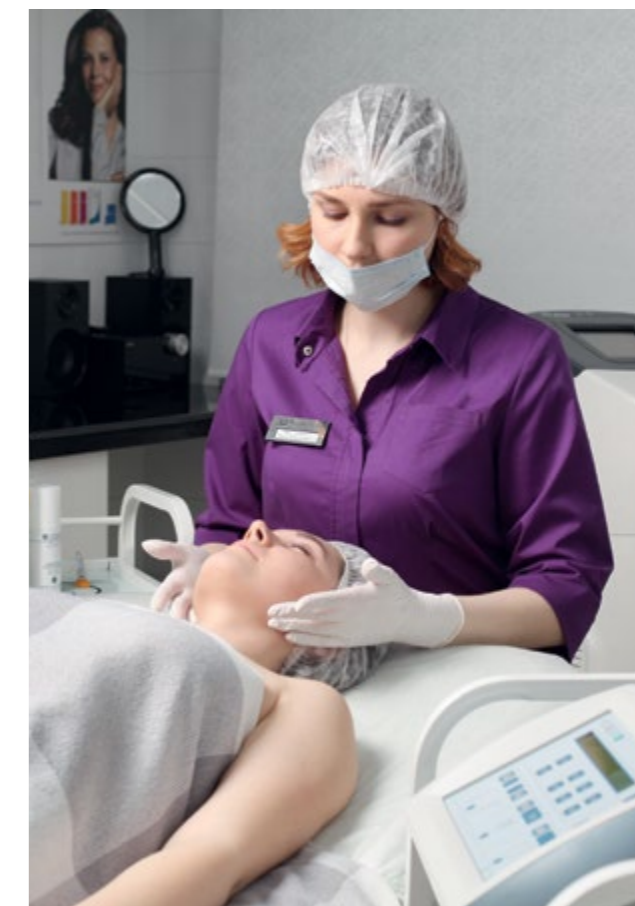
ОЛЬГА АЛЕКСАНДРОВА — врач-косметолог клиники «MedicalG», ведущий специалист по лазерным методикам омоложения. Окончила интернатуру СибГМУ по дерматовенерологии, профессиональная переподготовка по косметологии.

Спектр услуг:

- Лазерные методики (в том числе лазерная эпиляция);
- Аппаратная косметология;
- Инъекционная коррекция морщин ботулотоксином типа А (Ботокс, Диспорт, Ксеомин);
- Мезотерапия и биоревитализация кожи (классические биоревитализанты, скинбустеры);
- Плазмолитерапия и плазмолифтинг;
- Контурная пластика с интердермальными имплантатами на основе гиалуроновой кислоты;
- Волюметрическая коррекция лица.

Ольга любит работать на результат и видеть счастливые лица своих пациентов, вдохновляется возможностью помогать людям стать увереннее в себе и справляться с проблемами. Постоянное обучение — источник ее энергии и знаний. Всегда рада видеть клиентов на консультации в клинике «MedicalG».

Девиз Клиники Современной косметологии «MEDICALG» — Искусство оставаться красивыми! И мы делаем все, для того чтобы вы были красивы и **СЧАСТЛИВЫ!**



Клиника Современной Косметологии
MEDICAL·G

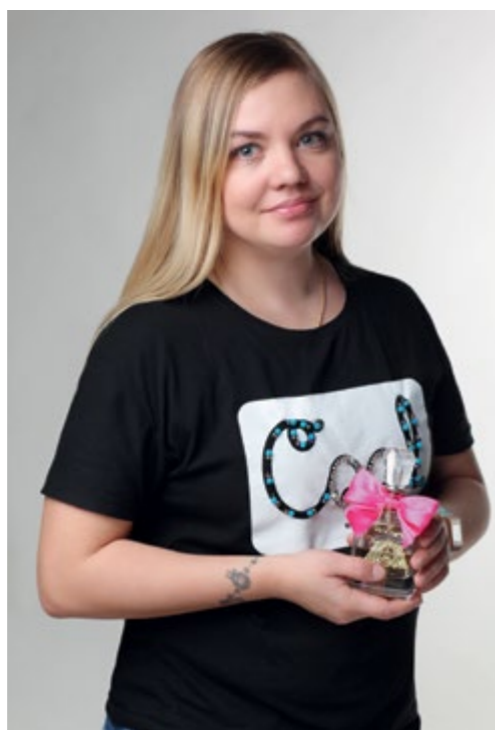
ул. Советская, 69, тел. 22-95-65
www.medicalg.ru
@medicalg



Парфюмерный гардероб

Совсем недавно в нашем городе открылся магазин «BEAUTY BUFFET №5», предлагающий новый и нестандартный подход к выбору своего аромата. Подробнее об эксклюзивном парфюмерном баре рассказывает его создатель Оксана Тунова.

Я с самого детства увлечена миром прекрасных ароматов: собирала парфюмерную коллекцию в миниатюрах и любила угадывать, какой парфюм носит человек. Мое хобби реализовалось в работе, и на протяжении восьми лет я активно занималась продажами духов через интернет. Количество людей, которые хотели прийти ко мне лично, с каждым годом росло, но достойных условий для комфортного общения и тестирования духов не было. Два года назад мне пришла идея создания Буфета красоты «BEAUTY BUFFET №5»,



Собери свою **ПАРФЮМЕРНУЮ КОЛЛЕКЦИЮ** удивительных ароматов!

где в спокойной обстановке можно было бы выпить чашку кофе, пообщаться, протестировать понравившиеся ароматы, и, что очень важно, приобрести при этом не целый флакон, а 5, 10 или 20 мл парфюма в формате «отливанта» — специальном стеклянном флаконе с металлическим спреером. 8 марта 2018 года Буфет красоты открыл свои двери для первых гостей.

— Мы предлагаем не только люксовую парфюмерию (те бренды, которые у всех на слуху), но и нишевую (селективную), которая главным образом выпускается лимитированным тиражом. Именно в таких коллекциях, не рассчитанных на массовое производство, парфюмеры не ограничиваются ни в выборе ингредиентов, ни в их стоимости, создавая свои необычные ароматы в полной свободе творчества. Как правило, они создают запахи для тех людей, кто стремится к индивидуальности и желает подчеркнуть высокий статус.

Я считаю, что гораздо интереснее иметь большую парфюмерную коллекцию — своеобразный парфюмерный гардероб, чем пользоваться одним ароматом. Определенный аромат на утро или вечер, в офис, на прогулку или на светский выход — по-моему, это разумно, а с появлением «BEAUTY BUFFET №5» это стало еще и доступно.



ТЦ Новый ГУМ, 3 этаж,
WA: +7-913-824-60-18,
@beauty_buffet_5



Решение **ВМЕСТО БОТОКСА**

прически и процедуры для волос с anti-age эффектом

ВЫБРАТЬ НУЖНОЕ

- 1) **Стрижка** — рекомендую добавить легкой небрежности в укладке, но чем лучше проработана форма, тем моложе и эффектнее выглядит женщина.
- 2) **Окрашивание** — современные красители обладают кондиционирующими свойствами, тем самым обеспечивают стойкость и яркость цвета, а также не создают четкой границы при отрастании корней.
- 3) **Домашний уход** — профессиональные средства сделают волосы не только более мягкими, блестящими и плотными, но и позволят сохранить качество и густоту волос. Не стоит забывать, что **ЗДОРОВАЯ КОЖА ГОЛОВЫ = ЗДОРОВЫЕ ВОЛОСЫ.**

СПА ДЛЯ ВОЛОС

Detox — одна из немногих спа-процедур, которая идеально подходит для очищения и регенерации кожи головы и волос. Она обладает мощным anti-age эффектом, за счет этого стимулируется рост здоровых волос.





В черной-черной комнате стоит черное-черное кресло... Нет, не подумайте, это не страшилка! Скорее наоборот — позитивный и, надеюсь, полезный рассказ о совершенно новом, очень стильном и, несомненно, неординарном салоне красоты под названием «You&Me», в котором редакции посчастливилось эксклюзивно побывать до его официального открытия.

Для тебя и для меня

Итак, в салоне «You&Me» нас абсолютно точно порадовал оригинальный дизайн интерьера цвета графита, удобные темно-шоколадные кожаные кресла, массивные люстры-канделябры... Эдакий стиль дорогого мужского клуба, но в котором уютно и комфортно почувствуют себя и дамы, уставшие от вечно розовых стен и вензелей. Если вы одна из них, то обязательно загляните сюда!

В салоне всё обустроено для того, чтобы мастера, ценящие время клиента, могли выполнять несколько видов услуг параллельно, а эргономика пространства позволяет сделать это без ущерба качеству работы. Например, пока вы находитесь на длительном окрашивании, подкатные столики и тележки позволяют подключить мастеру по маникюру и визажисту. На выходе — полностью готовый образ при минимуме временных затрат. Зона мойки тоже продумана до мелочей, ведь мытье головы, которое не может обойтись без обязательного массажа — один из неотъемлемых этапов расслабления. Кресла оборудованы специальной подножкой, что позволяет вытя-

нуть ноги во время мытья, а подголовник идеально удерживает голову и шею.

Руководство салона подумало и о тех, кто не любит щеголять в пеньюаре и фольге на виду у других посетителей, отдельно обустроив VIP-комнату, где вообще не нужно вставать с кресла. Механизм позволяет разворачивать его на 360 градусов, а пространство оборудовано так, что здесь можно получить тот же полный комплекс услуг, но в уединенной, закрытой от посторонних глаз обстановке. Такая атмосфера способствует полному расслаблению, а в дополнение к этому, как и положено в салонах премиум-класса, мужчинам предлагают стаканчик виски, а дамам — бокал шампанского.

Нужно отдать дань смелости создателям и команде салона — они всегда готовы на эксперименты, постоянно находятся в поиске новых «фишек», а все новые материалы и технологии «обкатывают» на себе, чтобы точно знать, какой результат в итоге получит клиент. Качество — всегда на первом месте, поэтому салон работает только официально и с проверенными марками — L'Oréal, Kérastase, L'uxio, а мастера имеют доступ к новому, технологически усовершенствованному

оборудованию.

Команда салона открыта к сотрудничеству и будет рада специалистам, которые активно следят за сменой трендов, за тенденциями и технологиями, тем, кто готов и любит учиться и развиваться.

И, наконец, главное «ноу-хау» нового салона: конечная стоимость процедур не станет сюрпризом для клиента благодаря четкому понятному прайсу на услуги. В нем нет цен «от», цен на «короткие, средние, длинные волосы». Единственная позиция-исключение — модное нынче окрашивание «AirTouch», но и его конечную стоимость вам всегда подскажет специалист на предварительной консультации.

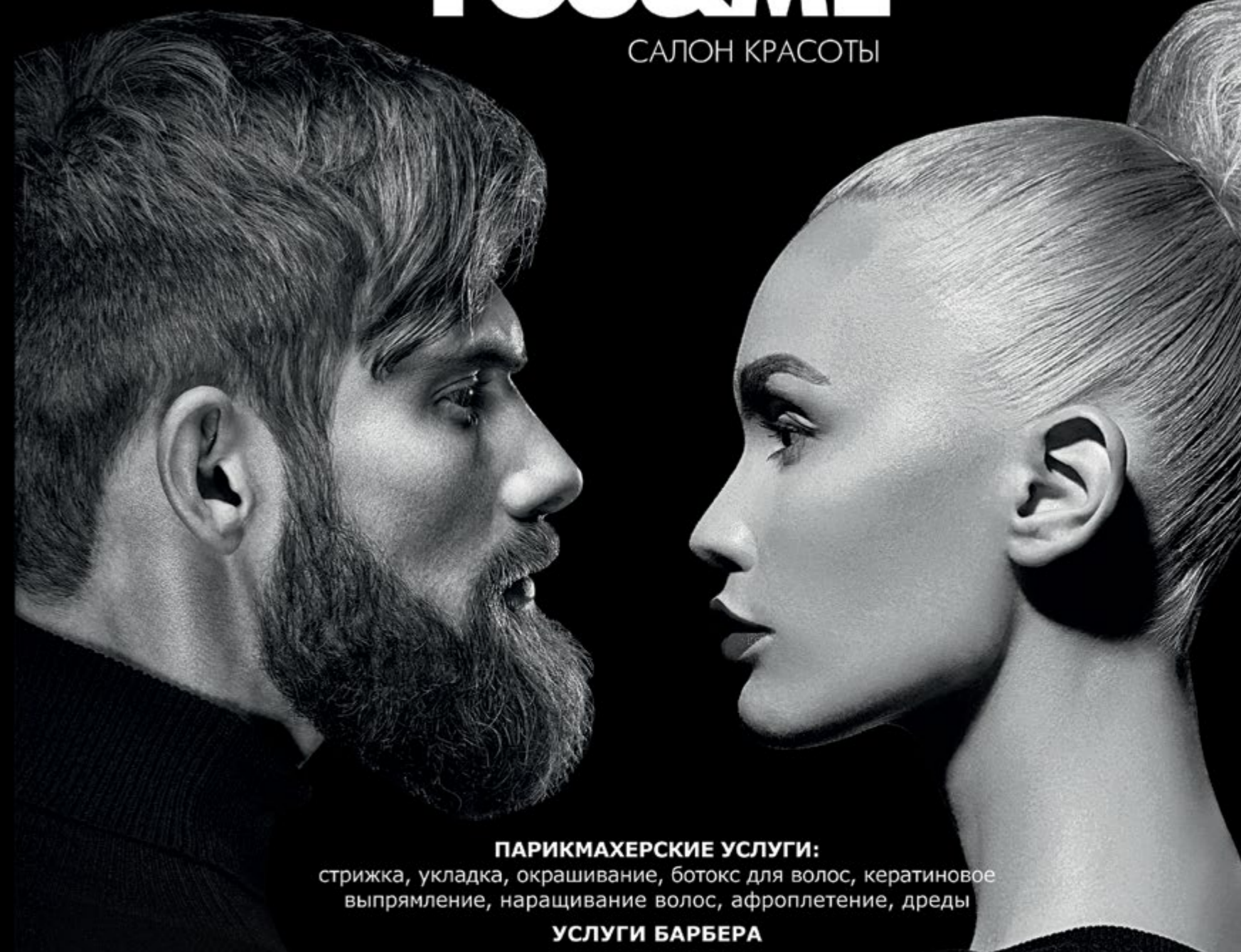
В общем, мы рекомендуем читателю хоть раз посетить салон «You&Me» — хотя бы для того, чтобы составить о нем собственное мнение... А мы сами сюда точно вернемся!

YOU&ME

Салон красоты «You&Me»,
пр. Фрунзе, 35,
тел.: 90-20-00, 8-913-855-39-39,
@youandme.tomsk youandmetomsk

YOU&ME

САЛОН КРАСОТЫ



ПАРИКМАХЕРСКИЕ УСЛУГИ:

стрижка, укладка, окрашивание, ботокс для волос, кератиновое выпрямление, наращивание волос, афроплетение, дреды

УСЛУГИ БАРБЕРА

НОГТЕВОЙ СЕРВИС:

наращивание (гель, полигель, акрил), маникюр, педикюр, спа-маникюр, спа-педикюр, покрытие гель-лаком (LUXIO), дизайн

СТУДИЯ ВИЗАЖА:

макияж любой сложности, оформление бровей, создание полного образа

УСЛУГИ VIP-КАБИНЕТА

Мы ценим ваше время, поэтому вы всегда сможете выбрать одновременное оказание нескольких услуг нашими мастерами!



Истинные ценности

Ярким примером того, как собственные принципы и желание прекрасно выглядеть, быть здоровой и ресурсной стали делом всей жизни, можно назвать Татьяну Мальцеву, сертифицированного тренера, диетолога, руководителя Студии персональных тренировок для женщин «Gymnastic». Но не в том классическом понимании этих профессий, к которому мы привыкли. Ведь Татьяна работает не по стандартным клише и шаблонам.

В основе принципов работы Татьяны лежит ресурсность — понятие, которым тренер и диетолог называет раскрытие внутреннего потенциала каждой женщины. Она абсолютно убеждена, что в каждой ее подопечной (именно так она называет своих учениц), есть скрытый ресурс к здоровью и красоте. Задача тренера-диетолога — подсказать, как его найти и как научиться его использовать не только для похудения или создания совершенной фигуры. В первую очередь, уверена Татьяна, нужно научить подопечных правильным движениям, помочь им отладить схему питания, распределив продукты так, как этого требует их организм, и получить результат. Причем кроме снижения веса, появляется и отличный «побочный» эффект — исчезают и многие другие проблемы со здоровьем. Оказывается, если вернуться к природным истокам человека (движение и грамотное питание), организм сам отрегулирует свою работу.

Вообще, знание человеком того, как ему нужно питаться, какими продуктами, как себя вести, как и сколько спать, как отдыхать, как мыслить — это целая философия, а не просто набор упражнений тренера или меню, разработанное диетологом. Очень важно максимально глубоко вникнуть в проблемы человека, понять каждого, отнестись к нему очень бережно. «Я чувствую, — говорит Татьяна, — как и чем конкретно я могу помочь каждой женщине и как вернуть ее к истинным ценностям».

Визажист: Дарья Мещикова. Прическа: Валентина Кондратьева.



Студия персональных тренировок для женщин

Само понятие «студия» означает камерность, это пространство только для женщин, закрытое для посторонних глаз. А занятия в ней могут быть как персональными (тренер-подопечная), так и проводиться в персональной малой группе (до 4-х участников). Занятия в тренажерном зале тренер проводит, основываясь на том, что человек должен не просто двигаться, но делать это правильно, в соответствии с состоянием его здоровья и целями, которых он желает достичь. Поскольку тело с точки зрения Татьяны — источник здоровья и ресурса, то соответственно, сначала нужно восстановить этот ресурс, а потом им пользоваться. «Например, — говорит Татьяна, — прежде чем качать ягодичцы (а делается это, как правило, с большим весом, который дает нагрузку на позвоночник), нужно заняться исправлением спины. И только потом давать нагрузку без вреда для человека».



НАТАЛЬЯ БАРТЕНЕВА

Я всегда в поиске методов и способов работы над своим телом для поддержания формы! Но не всегда есть результат!

От чего это зависит? Поскольку наши поведенческие стереотипы относительно образа жизни и питания часто сформированы, значит, все в руках тренера! Татьяна подобрала мне комплекс так, чтобы помочь моей спине окрепнуть и в то же время вытянуть и расслабить нужные отделы. До этого момента несколько лет я испытывала ощутимые боли в спине и много куда обращалась с этим вопросом: были и специализированные центры, и йога, и фитнес, и массажи, и даже, кстати, тренажерный зал. Но ничего не давало какого-то ощутимого эффекта. И вот привыкнув и смирившись с болью, я начала с Татьяной новый виток работы с телом



ради фигуры! А результат оказался оздоровительным! Я продолжаю выполнять упражнения, и теперь мне не приходится прибегать к каким-либо другим способам **поддержания хорошего состояния спины!** Моя большая благодарность Татьяне, что раскрыла для меня тренажерный зал и фитнес в целом с новой, оздоровительной стороны.

Закрытый онлайн-клуб истинно правильного питания

Двухнедельный закрытый онлайн-клуб основан исключительно на практических заданиях по питанию и включает в себя одно задание в день, а также легкий комплекс упражнений дома. Здесь вы не увидите привычных меню, рецептов и списков продуктов. Но в конечном итоге с помощью этих заданий вы сможете выстроить органичный природе рацион. Этот навык, полученный в клубе, можно потом использовать всю жизнь. Татьяна убеждена, что параллельно будут уходить и лишний вес, и сопутствующие проблемы: начинает работать кишечник, постепенно проходят головные боли, исчезают отеки. Именно про эти конкретные результаты с восхищением рассказывают многочисленные члены ее клуба.



МАРИНА РАЗГУЛЯЕВА

С самого детства я страдала от такой деликатной проблемы, как серьезные сбои в работе кишечника, а долгожданная беременность лишь усугубила ее. Я обратилась к Татьяне в онлайн-клуб питания по поводу лишних килограммов в надежде исправить и работу ЖКТ (об этом я слышала много положительных отзывов других ее подопечных), но говорить ей о своей проблеме не стала. В процессе работы Татьяна сама задала мне вопрос на данную тему. С первых же рекомендаций, полученных от Тани, мой кишечник без

преувеличения заработал! Параллельно со снижением веса и уменьшением объемов я получила **бесперебойно работающий кишечник**, чего раньше никогда в моей жизни не было. Важно найти такого специалиста, как Таня, который живет своим делом, а не относится к нему, как к работе!

Школа истинно правильного питания

Теория истинно правильного питания простым и доступным языком — вот чему обучают в этой школе. Татьяна даст детальное обоснование, почему именно эти продукты и именно в этой последовательности нужны организму. Подопечные школы становятся мини-экспертами по своему питанию, а полученные ими знания дают возможность грамотно отстроить свой рацион и достичь поставленных целей по снижению веса и оздоровлению.



АННА ЕЛЯСОВА

До обращения к Татьяне я испробовала много способов стать стройной: диеты, подсчет калорий, голодовки.

И уже не верила, что можно без страданий достичь хороших результатов. Татьяна стала моим тренером и наставником по питанию, и за короткое время **я сбросила 7 килограммов**. Когда я узнала, что в положении, продолжала вести ПП-образ жизни, и это значительно облегчило мне беременность и роды, а затем процесс восстановления. После родов и моего переезда в Москву я стала участницей онлайн закрытого клуба истинно правильного питания Татьяны. В результате за две недели я сбросила 5 лишних килограммов. В Москве такого же эффективного тренера и диетолога, как Таня, я пока не нашла.

GYMnastic
женская студия персональных тренировок

☎ 8-913-811-00-52, gymnastic-tomsk.ru,
@trener_dietolog 📧 rzyayka

ПРИГЛАШАЕМ В «АЛТАЙСКОЕ ЛЕТО»!

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ТУРЫ КРУГЛЫЙ ГОД:

- ЭКСКУРСИИ ВЫХОДНОГО ДНЯ
- ЦЕЛЕВЫЕ ПОЕЗДКИ ДЛЯ ЛАНДШАФТНЫХ ДИЗАЙНЕРОВ, САДОВОДОВ, ЦВЕТОВОДОВ

ЧТО КУПИТЬ?

- Саженцы с закрытой корневой системой (с апреля по октябрь)
- Продукцию компании «Биолит» (круглогодично)
- Выращиваем растения под заказ!



КТО МЫ?

ООО «Биолит» — инновационная компания с последовательными стадиями технологического процесса: выращивание, сбор, экстракция экологически безопасного растительного сырья и научно обоснованное производство функциональных продуктов, биологически активных добавок и косметикотвистики с использованием уникального технологического оборудования.

Формы выпуска: жидкие экстракты, гранулы, капсулы, порошки, чайные напитки, моноотравы и сборы, кремы и гели, шампуни и кондиционеры.

Зимний сад «Алтайское лето» — проект компании «Биолит», развивающийся с 2014 года. Питомник и оранжерея плодовых, декоративных лиственных и хвойных растений для сада и дома. Территория питомника занимает 17 га, растения в контейнерах — 2 га. Все растения, которые мы реализуем, выращены нами черенкованием или прививкой, адаптированы к сибирскому климату и хорошо переносят транспортировку и пересадку.



ГДЕ МЫ?

Мы расположены в предгорьях Алтайского края с. Алтайское Алтайского района, урочище Каменка, на въезде справа со стороны г. Бийска (80 км) и г. Белокурихи (34 км).

Климатические условия, в которых выращиваются саженцы:

- Средней максимальной температура июля — плюс 26-28°С.
- Средней максимальной температура января — минус 20-24°С.
- Абсолютный зимний минимум — минус 45-50°С.
- Количество осадков 600-700 мм в год. Высота снежного покрова 40-60 см.
- Количество солнечных дней сравнимо с Крымом. К частым весенним заморозкам в апреле и мае наши растения постепенно привыкли.

ЧТО ПОСМОТРЕТЬ?

- Чергинский хребет в миниатюре
- Оранжерею с авторской коллекцией экзотических, тропических комнатных растений
- Питомник уникальных штамбовых хвойных и лиственных растений
- Женшенариум с цветущим и плодоносящим женшенем
- Новые сортотипы плодовых и ягодных культур, адаптированных для климатических условий Сибири

После экскурсии гостям предложат продегустировать чай, настоянный на алтайских травах, попробовать новинки и популярные хиты натуральной продукции компании «Биолит»: сиропы, бальзамы, косметические линейки и т.д.

В увлекательном путешествии по оранжерее и питомнику редких растений вас будет сопровождать рассказ опытного гида.

ЧЕМУ НАУЧИТЬСЯ?

- Выбор растений для сада и интерьера
- Выращивание и уход за хвойными и плодовыми растениями в зимне-весенний период
- Мастер-класс по формированию эффектной кроны кустарников и деревьев



г. Томск, пр. Ленина, 93, тел. 8-953-927-5115;
пр. Комсомольский, 58, пав. 1., тел. 8 (3822) 320-975;
пр. Мира, 48/3 (ПЦ «Волна»), тел. 8 (3822) 320-976;
ул. Пахимова, 15, ТЦ «Детский парк», 1 этаж,
тел. 8 (3822) 320-974

У КОГО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ?

Людмила Александровна Косихина, тел. 8 (960) 954-61-54, alt.sklad2@mail.ru
Иван Васильевич Безруков 8 (913) 259-36-94, mnogovanov@bk.ru
Алена Юрьевна Шестакова 8 (960) 952-75-72, 26alena82@mail.ru

КУДА ПРИЕХАТЬ

с. Алтайское Алтайского района, урочище Каменка зимний сад «Алтайское лето»
8 (38537) 29739, 8 (983) 545 8879, biolit.ru, biolit.snop
Двери в «Алтайское лето» открыты ежедневно с 8.00 до 18.00.
Мы ждем вас в любую погоду!



Уверенность на КАЖДЫЙ день

Каждая красотка знает важное бьюти-правило: идеально оформленные брови имеют огромное значение для ее внешности. Задача команды мастеров студии «Julia Bat» — дарить всем стильным особам возможность каждое утро просыпаться красивыми и уверенными в себе.

бой двоих маленьких детей, мужа и маму, отправиться учиться в Новосибирск. Потом уже было открытие

собственной студии, а спустя полтора года Юлия поняла, что готова обучать своему делу уже других мастеров.

— Сейчас штат моих постоянных сотрудников насчитывает семь человек и есть еще мастера, работающие по приглашению. Кстати, до сих пор вместе со мной трудится и самая первая моя ученица. К сожалению, в нашу студию часто приходят люди, которым испортили брови. Я же ставлю качество во главу угла, и в буквальном смысле не отпускаю клиентов, пока не добьюсь результата, который меня устроит. Ко мне все чаще стали обращаться с вопросами другие мастера-бровисты. Вот так, решая поставленные задачи, я однажды поняла: настало время задуматься о создании школы, в которой можно будет обучить мастера с нуля или же повысить уровень его навыков. Думаю, у меня получается преподавать: теперь я уже провожу мастер-классы не только в нашем городе, но и по всей России.

Набор в школу производится раз в месяц. Чтобы попасть на обучение, нужно прийти на консультацию и рассказать о себе. Я сразу же стараюсь понять, готов ли человек учиться или нет. Дело в том, что это серьезная профессия, в которой мало просто красиво уметь рисовать, нужно чувствовать клиента, видеть его, понимать. Важно никогда не останавливать процесс своего обучения — это и есть условие того, что вы состоите как специалист. Я сама регулярно езжу на курсы самого разного уровня и стараюсь оттачивать свое мастерство.

Если у вас есть желание что-то поменять в себе, попробуйте начать с бровей!



ул. Кузнецова, 19,
@studio_juliabat

А родилась эта студия благодаря мечте одной юной девушки работать в сфере красоты. Уже с 15 лет она делала подругам маникюр, прически, макияж, подбирала платья и даже создавала свадебные образы. По ее словам, она всегда искала себя в этой области и другого пути для себя не видела. Сегодня Юлия Батрагареева, успешная владелица студии, которая носит ее имя, с улыбкой признается, что это была настоящая авантюра: занять деньги, и, взяв с со-

Если у вас есть **ЖЕЛАНИЕ** что-то **ПОМЕНИТЬ** в себе, попробуйте начать с **БРОВЕЙ!**

HOME &Design*

ВЫБЕРИТЕ СВОЕ

Клубное кресло 562 от Rolf Benz блестяще продолжает традиции бренда, предлагая многовариантность своего внешнего вида. Широкий выбор материалов обивки — более 200 тканей и 100 видов кожи, разные варианты ножек: металлические с лаковым покрытием, деревянные — из дуба или ореха — все это позволяет сделать кресла совершенно индивидуальными и подходящими к любому интерьеру. Неизменным в них будет одно: грациозные формы и абсолютный комфорт.

www.rolf-benz.com/ru_RU/

* «дом и дизайн»



Охватывая более 300 лет истории дизайна, палитра Colours of England включает в себя множество подлинных оттенков XVIII-XX веков, которые гармонично сочетаются с современными оттенками, разработанными с учетом требований к интерьерам XXI века.



Англичанин Дэвид Моттерсхед, основатель бренда красок Little Greene, называет цвет четвертым измерением. Ведь цвет может оптически менять не только размеры пространства, но и влиять на настроение его обитателей. Цветовое решение интерьера – непростая задача, а палитры красок Little Greene помогают легко составлять из цветов и их оттенков гармоничные и стильные ансамбли.

Текст: Анжелика Вин, Юлия Веселова

ЧЕТВЕРТОЕ ИЗМЕРЕНИЕ

В Англии с ее древними и незабываемыми традициями, бренд, появившийся в самом конце 20 века, можно считать новорожденным младенцем. Однако юный бренд красок Little Greene сумел совершить своего рода революцию в области интерьерного дизайна, предложив рынку оригинальную, полную и очень удобную цветовую палитру, которая позволяет создавать гармоничные цветовые ансамбли на основе всего лишь одного базового цвета. Основатель бренда Дэвид Моттерсхед сегодня – признанный эксперт в вопросах интерьерных цветовых решений. Уже много лет он неустанно анализирует настроения аудитории архитекторов и дизайнеров, а также покупателей из разных стран мира, которые творчески относятся к цвету в домашнем интерьере. И делает однозначный вывод – мода на цвет существует и постоянно меняется.

«Когда мы придумали основную палитру красок Little Greene, то были уверены, что это актуальная и универсальная коллекция для создания интерьера, – рассказывает Дэвид Моттерсхед, – Однако спустя год мы заметили, что люди все больше и больше хотят использовать серый цвет, он стал притя-

Дэвид Моттерсхед – создатель и управляющий директор компании Little Greene – живая легенда в мире дизайна. Созданная им палитра красок со множеством продуманных оттенков позволяет создавать при оформлении интерьеров идеальные цветовые сочетания.



гивать аудиторию, особенно в Англии, Польше и некоторых регионах Франции. Покупатели настойчиво выбирали серые оттенки в нашей палитре красок. И что примечательно, нам стало понятно, что люди не умеют использовать серые оттенки в сочетании с другими цветами. Тогда мы создали новую коллекцию, которая включала серые

тона и контрастные – голубой, зеленый, коричневый и розовый. Таким образом, мы помогли понять нашим клиентам, что у серого не одно измерение и что он сам не является единственным измерением пространства. Серый – это не только черный и белый, он может включать в себя множество оттенков, как минимум 2-3 или даже 4 цветовые



Триумфальное шествие серого в дизайне началось в эпоху модерна, когда сложная игра белых и серых тонов позволяла создать фон для переливов света на стенах помещения и акцентировать другие цвета. Коллекция Grey, Little Greene

Приглушенный розовый оттенок хорошо сочетается с темными цветами, создает яркий акцент в интерьере, при этом не являясь доминирующим. Pink, Little Greene



комбинации. Палитра помогает очень легко составлять правильные композиции цветов – их просто можно выбрать из предложенных нами сочетаний».

Откуда же приходит мода на цвет в интерьере? Как ни странно – с подиумов. мода на цвет – это часть общего фэшн-видения, которое задают ведущие дизайнеры мира. Новые идеи воплощаются в коллекциях ведущих брендов и тут же отражаются на страницах глянцевого журнала, а спустя короткое время приходят и в масс-маркет. Однако цвет в одежде и цвет в интерьере – не одно и то же. «Если вы купили блузку невероятного красного цвета, которая привлекла вас в витрине, и не смогли ее носить, вы просто повесите ее в шкаф. Но с



Кухни на заказ

ТЦ «Галерея»
пр. Ленина, 137 (2-й этаж)
тел. 51-66-53
stmebel.tomsk.ru

*Кухни для
вашей кухни*

**СТИЛЬНАЯ
МЕБЕЛЬ**



Палитра Colours of England, Little Greene

Ярко-красным цветом стен в доме так не выйдет: через какое-то время он утомит вас настолько, что вы просто не сможете там находиться, — объясняет Дэвид Моттерсхед, — Поэтому создавая палитру красок для интерьера, мы видоизменяем цвета: смягчаем оттенок, добавляем в него черного или белого, снижаем интенсивность. Более того, если, например, вы хотите создать гармоничную систему цвета в вашем доме на основе красного цвета — вы сможете выбрать определенную комбинацию, уже разработанную в палитре».

Важный инструмент палитры — это цветовая шкала, оттеночная линия одного цвета, его градация. Выбрав базовый цвет палитры, вы можете

«Я часто повторяю, что краска — КАК ГУБНАЯ ПОМАДА. Новой цвет помады может изменить ваш имидж. Так же и с краской - с помощью пары банок можно создать СОВЕРШЕННО ИНОЕ жилое пространство с новым настроением!»

выбирать для покраски стен один оттенок, для потолка другой, для ниши — третий, для дверей — четвертый, для окон — пятый. И все они составят единую гармоничную систему цвета в замкнутом пространстве комнаты, холла или студии.

Дэвид Моттерсхед любит работать с цветом и считает, что краска — это про-

стой и относительно недорогой способ преобразить интерьер. «Я часто повторяю, что краска — как губная помада. За десять долларов можно купить новую помаду и изменить свой имидж. Так же и с краской. С помощью пары банок краски можно создать совершенно иное жилое пространство с новым настроением!»

ВИТРИНА КАК ИНСТРУМЕНТ ПРОДВИЖЕНИЯ

ЕСТЬ ЧЕТКАЯ ГРАНЬ, ОТЛИЧАЮЩАЯ ВИТРИНУ-МАНИФЕСТ ОТ НАБОРА ВИЗУАЛЬНОГО ШУМА, - ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ

СОЕДИНЯЯ ИСКУССТВО, АРХИТЕКТУРУ И ТЕХНОЛОГИИ ПРОИЗВОДСТВА, ВИТРИНИСТЫ СОЗДАЮТ ОБЪЕКТЫ С ФУНКЦИОНАЛЬНЫМИ СВОЙСТВАМИ, КОТОРЫЕ ТРАНСФОРМИРУЮТ СТИЛЕВОЕ ПРОСТРАНСТВО ВОКРУГ

АМБИЦИОЗНЫЕ ВИТРИНЫ - ЭТО ПЕРЕДОВАЯ МОДНОЙ ВОЙНЫ

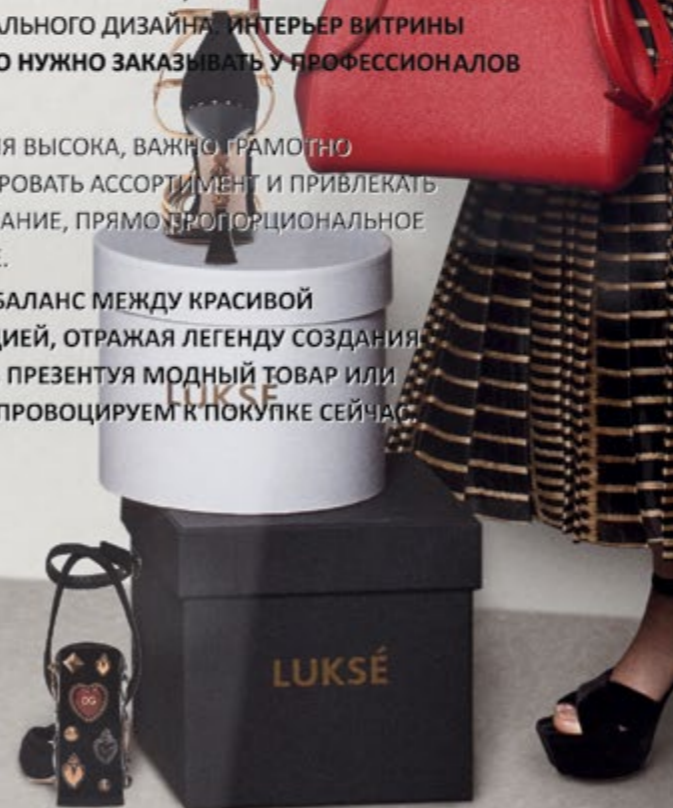
НАСМОТРЕННОСТЬ ВОЗРАСТАЕТ, МЫ МНОГО ПУТЕШЕСТВУЕМ, И ВИТРИНЫ ДАВНО УЖЕ СТАЛИ ЧАСТЬЮ КУЛЬТУРНОГО ДОСТОЯНИЯ ГОРОДОВ. ВИТРИНА КАК АРТ-ОБЪЕКТ - ЭТО МЕЧТА ДЕКОРАТОРА, ЕЕ МОЖЕТ СЕБЕ ПОЗВОЛИТЬ ОЧЕНЬ СМЕЛЫЙ БРЕНД, КРЕПКО СТОЯЩИЙ НА РЫНКЕ.

КРАСИВЫЕ, ЧЕСТНЫЕ ИНСТАЛЛЯЦИИ В ИТОГЕ ВСЕГДА ПОЛУЧАЮТСЯ ЭФФЕКТИВНЫМИ И ЭФФЕКТИВНЫМИ. ЭТО ЗАТРАТНО, НО АБСОЛЮТНО ОПРАВДАНО И ВОЗВРАТНО

ВИЗУАЛЬНЫЙ МЕРЧАНДАЙЗИНГ — ЭТО СПЛАВ ПСИХОЛОГИИ И ЭКОНОМИКИ, МАРКЕТИНГА И КОНЦЕПТУАЛЬНОГО ДИЗАЙНА. ИНТЕРЬЕР ВИТРИНЫ ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ЗАКАЗЫВАТЬ У ПРОФЕССИОНАЛОВ

КОНКУРЕНЦИЯ ВЫСОКА, ВАЖНО ГРАМОТНО ПОЗИЦИОНИРОВАТЬ АССОРТИМЕНТ И ПРИВЛЕКАТЬ К СЕБЕ ВНИМАНИЕ, ПРЯМО ПРОПОРЦИОНАЛЬНОЕ ИТОГУ В ЧЕКЕ.

СОБЛЮДАЯ БАЛАНС МЕЖДУ КРАСИВОЙ ВИЗУАЛИЗАЦИЕЙ, ОТРАЖАЯ ЛЕГЕНДУ СОЗДАНИЯ КОЛЛЕКЦИИ, ПРЕЗЕНТУЯ МОДНЫЙ ТОВАР ИЛИ УСЛУГУ, МЫ ПРОВОЦИРУЕМ К ПОКУПКЕ СЕЙЧАС



PRADA
DOLCE & GABBANA
Dior

КОЛЛЕКЦИИ
СЕЗОНА SS18
ПРЕДСТАВЛЕНЫ
В УНИВЕРСАГЕ
НА -1, 1 И 3 ЭТАЖАХ

ВИТРИНА КАК ИНСТРУМЕНТ ПРОДВИЖЕНИЯ

ЗАДАЧА ВИТРИНИСТА, СОЗДАВ WOW-EFFECT - ПРОДАТЬ МЕЧТУ, ОБЪЕКТ ЖЕЛАНИЯ. ВЕСТИ ПОКУПАТЕЛЯ, ТАРГЕТИРОВАННО ДЕМОНИСТРИРОВАТЬ НОВИНКИ И ПОСТОЯННО МОТИВИРОВАТЬ ЕГО НА ОЧЕРЕДНУЮ ЖЕЛАННУЮ И НУЖНУЮ ПОКУПКУ. СТАВ ОБЛАДАТЕЛЕМ МЕЧТЫ ОДНАЖДЫ, ПОЛУЧИВ ВЫСОКИЙ СЕРВИС И ПРИБЛИЗИВШИСЬ К SHOPPING ОЛИМПУ, ПОКУПАТЕЛЬ СТАНЕТ ВАШИМ ПОСТОЯННЫМ КЛИЕНТОМ.

ЭТО И ЕСТЬ БЛИЖАЙШАЯ ДОСТИЖИМАЯ ЦЕЛЬ ВАШЕГО МАГАЗИНА, РЕСТОРАНА, САЛОНА – СОЗДАТЬ КОМФОРТНУЮ ОБСТАНОВКУ, В КОТОРОЙ ХОЧЕТСЯ ТРАТИТЬ ДЕНЬГИ И ПОЛУЧАТЬ МАКСИМУМ УДОВОЛЬСТВИЯ ОТ ОБЛАДАНИЯ И ПРОЦЕССА.

interior designer/ stylist / set designer / window dresser 89138297839



LUKSÉ
КЕМЕРОВО, ВЕСЕННЯЯ, 14, +7 (384) 275 06 75
НОВОСИБИРСК, СЕРЕБРЕННИКОВСКАЯ, 31, +7 (383) 303 45 55

photo: Maria Zhikhareva postproduction: @vyacheslavfleur

ЗОНА КОМФОРТА

Столовая группа Ostopussy — это один из бестселлеров коллекции Dining фабрики KOINOR. Помимо стола и стульев необычной формы в нее входит «столовый диван», понятие в мебели чрезвычайно редкое. Здесь идеально продумана эргономика сидения именно за столом: высота спинки, глубина и угол сидения. Стулья повторяют линии дивана, составляя с ним гармоничный комплект. Диван и стулья можно заказать в ткани или коже, а стол — в массиве бука, ореха, беленого или балочного дуба, а также в керамике и HPL (ламинате). Можно выбрать и подходящий вам размер стола, что тоже очень удобно.



ТЕХНИКА КОМФОРТА / ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРОВ

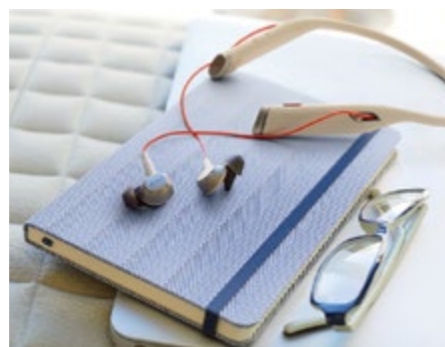
НЕ НАДО РАМОК

Смартфон Mi MIX 2S Xiaomi стал продолжением линейки MIX, положившей начало «безрамочному» тренду — моде на устройства с минимальными рамками вокруг экранов или вовсе без них. Новая модель отличается изящным дизайном с закругленными краями и керамической задней панелью, благодаря которой смартфон поддерживает технологию беспроводной зарядки Qi. Мощная двойная камера на 12Мп с оптическим зумом позволяет получить качественные снимки при слабом освещении и поддерживает технологию Dual Pixel для супербыстрой автофокусировки.



ШУМ НЕ ПОМЕХА

Новые беспроводные наушники Voyager 6200 UC Plantronics с креплением для ношения на шее призваны спасти от отвлекающих шумов тех, кто работает в условиях открытого пространства. Они оснащены технологией, обеспечивающей чистое звучание во время переговоров, четырьмя всенаправленными микрофонами, способными передать все оттенки голоса, активным и пассивным шумоподавлением, благодаря которому собеседник будет слышать именно вас, а не то, что происходит вокруг. Гарнитура может устанавливать сопряжение с восемью и одновременное подключение к двум устройствам с поддержкой Bluetooth.



В КОМПАНИИ С ЛЕГЕНДОЙ

В этом году международной компании SMEG исполняется 70 лет, и к своему юбилею она подготовила разнообразные акции и предложения. Одна из них — для поклонников легендарного холодильника FAB SMEG Russia, чьи округленные и минималистичные формы, воплощенные в ярких оттенках, сделали его визитной карточкой марки. В период до 30 июня при покупке холодильника серии FAB28 к нему будет прилагаться в подарок чайник (без регулировки) либо тостер, либо соковыжималка для цитрусовых этой же серии «Стиль 50-х».

ВРЕМЯ МЕНЯТЬ ШАБЛОНЫ



срок 45 дней



от 2 086 000 ₽

Строим современные дома, продуманные до мелочей

goldenhouse.tomsk.ru



Экскурсия по будущему дому



Строительство в режиме online

Авторская коллекция обоев Haute Couture Wallcovering от легендарного модельера Вячеслава Зайцева, идеально объединившая высокую моду и повседневную практичность, уже



представлена в торговом центре «Стройпарк». Здесь ждут всех, кто мечтает о стильном «гардеробе» для своих стен от великого кутюрье.



Обои от кутюрье

В коллекции Haute Couture Wallcovering by SLAVA ZAITSEV отражен дух нашего времени и сохранены древние традиции, чувствуется влияние характера и колорита Востока на богатейшую культуру России. Коллекция элегантна и аристократична, структура полотен создает эффект дорогой такни с драгоценным плетением золотых и платиновых нитей. Оригинальный дизайн, роскош-

ные рисунки и сочетание классических элементов с современными технологиями оставляют поистине неизгладимое впечатление на поклонников роскошной классики.

Коллекция Grande — настоящий великолепный Haute Couture! Это проект, грандиозный по замыслу и выдающийся по реализации, а главное — невероятный по качеству исполнения: уникальная проработка элементов, абсолютный визуальный и тактильный эффект до-

рогого текстиля, потрясающий объем и удивительный дизайн.

Коллекция Varosco — игривые, грациозные линии прихотливого цветочного орнамента и нежно-жемчужные оттенки создают удивительный эффект пышной дворцовой классики в сочетании с изысканной хрупкостью и легкими нотками эстетики. Смелые цветовые решения открывают дверь в мир грез и фантазий, магически преображая облик комнаты!

Коллекция Damasco-Russo — это слияние двух древних культур и технологических инноваций будущего, метафизическое единение Востока и Запада. Невидимыми золотыми нитями маэстро соединил прошлое и будущее, создав великолепный акцент в центре прекрасной Вселенной под названием Мир моды!

Коллекция Bernini — великолепие и жизненная сила стихийного природного начала, вздымающихся к небу пенных струй и всполохов огня сплетаются в лаконичном и роскошном дизайне. Коллекция отражает восхищение творениями великого скульптора и архитектора эпохи Возрождения Лоренцо Бернини.

СТРОЙПАРК
Дом. Сад. Ремонт. Счастье.

ул. Пушкина, 59,
ул. Вершинина, 76,
www.stroypark.su



Каждый человек мечтает о тепле, уюте и комфорте, которые будут окружать его в собственном доме. А это значит, что кроме пушистых тапочек и фланелевой пижамы его должна согревать самая лучшая современная система отопления. Компания «Тепло и Уют», более 9 лет существующая на томском рынке, не просто поможет обогреть ваш дом, но и справится с этой задачей на «отлично»!

Компания предоставляет своим клиентам полный спектр услуг по монтажу, проектированию и сервисному обслуживанию отопительного оборудования и систем водоснабжения загородных домов. «Тепло и Уют» — это всегда комплексный подход к установке систем отопления и водоснабжения и постоянная забота о клиенте, так как работа с ним начинается еще на стадии консультации. А дальше мы проектируем и полностью комплектуем инженерные системы тепло- и водоснабжения под ключ, осуществляем монтаж и пусконаладочные работы котельных систем, систем отопления, канализации и водоподготовки. И, конечно, после сдачи объема работ мы предлагаем сервисное обслуживание объекта.

Мы гордимся тем, что в наш ассортимент входит лишь продукция, в качестве которой можно быть уверенным на сто процентов! При этом, предлагая отличное европейское оборудование, компания заботится о том, чтобы оно было доступно покупателям с различным уровнем доходов. Специалисты компании, имеющие высокую профессиональную квалифи-

Предлагая отличное **ЕВРОПЕЙСКОЕ** оборудование, компания **ЗАБОТИТСЯ** о том, чтобы оно было доступно покупателям с различным **УРОВНЕМ ДОХОДОВ.**



Творческий подход к отоплению

кацию, проконсультируют заказчика по любому вопросу и помогут безошибочно подобрать, рассчитать и комплектовать необходимое для вашего дома оборудование.

Философия компании — всегда быть в числе лидеров сферы отопления и водоснабжения загородных домов. Мы понимаем, как важно постоянно накапливать опыт и знания, чтобы клиент получал от работы с компанией «Тепло и Уют» только позитивные эмоции, наслаждался комфортной атмосферой своего дома. Мы считаем, что отопление — это настоящее искусство, которое должно нести людям радость и эстетическое удовольствие. Чтобы всегда быть с клиентами на связи, нами специально создан сервисный центр «Тепло и Уют» — круглосуточная горячая линия, для людей, чьи дома обслуживает компания.

На счету компании «Тепло и Уют» за многие годы накопился солидный список элитных объектов, к каждому из которых мы подходили с **индивидуальными решениями в инженерных системах.** Приходите в инженерный центр компании, на Герцена, 26, чтобы в уютной, почти домашней атмосфере, за чашкой ароматного чая или кофе своими глазами увидеть идеально собранные образцы систем отопления и водоснабжения. В неторопливой беседе вы узнаете все необходимые технологические подробности, и поймете, что к оборудованию вашего дома подойдут максимально внимательно и выполнят работу на самом высоком уровне.

Вы не обязаны что-то знать о системах тепло-, водо- и газоснабжения, устройстве котла или насоса, достаточно хотеть тепло в доме, остальное — наша обязанность.



Всё для отопления и водоснабжения

ул. Герцена, 26, тел. 32-82-02,
www.teplovtomske.ru



Все дизайны выполнены с использованием материалов, которые можно приобрести в «Стройпарке»

Жить в гармонии с природой

Создание интерьера в эко-стиле — это не только осознанное и ответственное решение современного человека, но и безграничные дизайнерские возможности. Узнать, как использовать в оформлении дома или офиса натуральные материалы, мы решили у дизайнера-архитектора ТЦ «Стройпарк» Евгении Русаковой.

• **Кафельная плитка, керамогранит.** Прочный, надежный, красивый материал — один из самых чистых и безупречных с точки зрения экологии. Для его изготовления используется кварцевый песок и глинистые материалы. Подходит абсолютно для всех помещений дома. А возможность имитации этого материала под фактуру дерева, натурального камня или стекло делает его просто идеальным эко-вариантом.

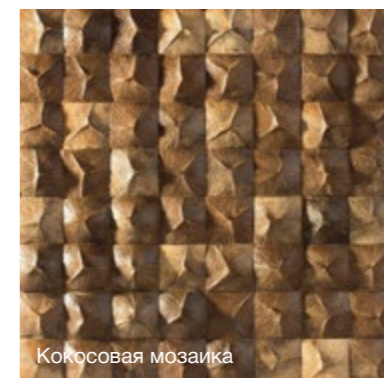


• **Деревянные ламели и 3D-мозаика.** Пластины из дерева в виде полос или квадратиков с объемным рисунком — устойчивый и долговечный материал, легкий в монтаже. С ним можно интересно зонировать помещение, отделать стены, потолок, мебель и любые другие поверхности. Неповторимые структура и цвет дерева идеально подходят для эко-стиля и делают его любимчиком дизайнеров.

• **Пробка.** Материал в виде панелей и пластин разной формы изготавливается из коры знаменитого пробкового

Разобраться с огромным богатством экологических материалов покупателям помогут специалисты дизайн-студии «Стройпарка».

- 3D-дизайн бесплатно
- Бесплатный подбор материалов
- Расчет материалов на месте
- Полный дизайн-проект
- Выезд на объект
- Чертежи и визуализация
- Авторский надзор
- Скидки на все виды услуг, материалы и доставку по дисконтной карте



вершенно не боится влаги и жары, в детских, в спальне, в коридоре.

Натуральные спицы ореха, за-

литые эпоксидной смолой, имеют самую разную фактуру и особенно подойдут для любителей экзотики.

• **Текстиль.** Ткани в эко-стиле — это, несомненно, лен, хлопок, бамбук. Грубое полотно, больше напоминающее мешковину, неяркие краски идеально сочетаются с простой тонкой тканью белого или бежевого оттенка, украшенной невероятно красивой хлопковой вышивкой.

• **Обои.** Стены в эко-стиле — это, прежде всего, обои под покраску, стеклообои и жидкие. Первые особенно оценят приверженцы натуральности. Отделка в виде жидких обоев состоит из волокон натурального происхождения

дуба. Так что 100% натуральности — гарантируются! Среди ее свойств — долговечность и прекрасная шумоизоляция. Сегодня созданы варианты ее расцветки под кожу, траву, кирпич, но при желании можно окрасить в любой цвет.

• **Бамбук.** Жалюзи или обои из экзотического материала украсят интерьер и подчеркнут дизайн любой комнаты. Об их достоинствах можно говорить бесконечно: они не вызывают аллергии, у них прекрасная природная фактура и широкая цветовая палитра — от нежно-белой до насыщенно-коричневой.

• **Кокосовая мозаика.** Сделанная из кожуры резаного кокоса, она может использоваться в ваннах, так как со-

и красителя на водной основе, к которому добавлена клеевая основа. Такое покрытие буквально позволяет стенам дышать и обладает звукоизоляционными свойствами.

Для создания интерьера в эко-стиле не обязательно использовать все предлагаемые варианты. Вполне достаточно будет оформить с помощью природных материалов кухонный «фартук» или панно в гостиной. Такой оригинальный элемент дизайна вполне способен задать настроение всего дома или общественного помещения.

СТРОЙПАРК
Дом. Сад. Ремонт. Счастье.

ул. Пушкина, 59,
ул. Вершинина, 76,
www.stroypark.ru





Ульф Мориц — один из самых влиятельных и известных профи в современном текстильном и интерьерном дизайне. Секрет профессионального долголетия Морица — в его способности изменяться и готовности бесконечно экспериментировать с материалами: медная проволока, конский волос, полимеры, драгметаллы, лазерная обработка тканей... Живет художник в Амстердаме, а томским архитекторам и дизайнерам он известен как один из создателей обоев Marburg. Разнообразие его идей просто завораживает, охватывая широчайший спектр стилей — от умеренного минимализма до роскошных творений с дерзкими притягательными узорами.



Существенное преобразование

Любите ли вы оригинальность, творчество и дальновидность, как мы? Пришло время преобразиться и обновляться после зимней «спячки». А мы готовы подкинуть вам идею для вдохновения и раскрыть ваш потенциал в совершенно новом направлении — проектировании жилого пространства, идущем в ногу со временем!

Архитектор и член союза дизайнеров России Елена Смагина рассказывает, как можно изменить облик своего интерьера с эксклюзивной линией от Orac Deco, представленной в мебельном шоу-руме «Интерьерный салон».

— Бельгийская компания по производству полиуретановых профилей, декоров и карнизов давно известна на российском рынке, поэтому нас очень заинтересовала ее совместная работа с немецким дизайнером Ульфом Морицем. Результатом этого процесса стала потрясающая креативная коллекция Ulf Moritz for Orac Décor, позволяющая создавать 3D-орнаменты в помещении.

В различных моделях, которые можно эффектно комбинировать, все детали выглядят легкими, как будто выполненными воздушными мазками художника. Многофункциональные профили, карнизы, плинтусы с подсветкой и органичные декоративные элементы обладают магической способностью превращать плоские стены в динамичные сочетания изогнутых линий, в игру света и тени.

Карнизы с подсветкой в современном стиле из серии Antonio, которые можно монтировать на потолке и стенах, способны создавать уникальные оптические эффекты и выстраивать дизайнерское пространство. Изысканные формы позволяют легко включать эти элементы, например, в интерьер хайтек. Такой декор с легкостью позволит создать впечатляющий и оригинальный облик любых помещений.



Елена Смагина, архитектор-дизайнер проектно-производственной фирмы «Дизайн-А»



Шкафы-купе

Кухни

Гардеробные



Детские

Прихожие

Интерьерный Салон
мебель • свет • декор • подарки
KARE
ул. Никитина, 37 а,
тел. +7 (3822) 44-60-98

Новый тренд, предлагающий полное использование растительных продуктов — от стеблей до корней, набирает обороты. Шефы ресторанов придумывают рецепты с корнем петрушки и овощной ботвой, которые грозятся стать последним пискom гастрономической моды.

Текст: Лейсан Камилева

Вершки и корешки: перезагрузка

С ЛЮБОВЬЮ К ПРИРОДЕ

На одном из крупнейших в мире гастрономических конгрессов Madrid Fusion Manila в прошлом году осознанное потребление стало главной темой. Молодая звезда филиппинской кухни — шеф-повар Джош Бутвуд — в рамках форума одним из первых рассказал и показал на деле воплощение концепции безотходного потребления. В его кулинарных изысках корень фенхеля и морковная ботва правили бал, а демонстрация каждого его блюда сопровождалась бурными аплодисментами.

Осознанное потребление завоевывает все большую популярность. В мире современной гастрономии оно сначала



Суп с корнем петрушки, ресторан BAMBOO.BAR



Карамелизованный дальневосточный гребешок с телячьим языком и корнем сельдерея, ресторан «Карлсон»

воплотилось в тренде «с головы до хвоста», когда при приготовлении мяса или рыбы повара стремились максимально использоваться все их части. Для рестораторов и шефов это стало своеобразной данью уважения по отношению к натуральным продуктам и демонстрацией ответственного обращения с ними.

Свое логическое продолжение эта идея получила и в обращении с растительными продуктами. Недавно появившееся гастрономическое движение под названием «от корня к листу» предлагает полное использование овощей и фруктов, тем самым открывая новые горизонты для кулинарных экспериментов.

«Это прекрасный тренд! Например, в корне галангала, петрушки, сельдерея содержится много витаминов и минералов. Грех это все выбрасывать. Многие шеф-повара задумываются сейчас о том, насколько витаминизированным может быть то или иное блюдо для гостей. Листья и корни растений идеально подходят для того, чтобы сделать блюда максимально вкусными и полезными», — отмечает шеф-повар столичного BAMBOO.BAR Сергей Кожиков.



Ризотто из корня сельдерея с утиной фуа-гра и бульоном, Le Restaurant



Салат с цыпленком, ресторан «Шинок»

Недавно появившееся ГАСТРОНОМИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ под названием «ОТ КОРНЯ К ЛИСТУ» предлагает без остатка использовать у зелени и овощей не только привычную нам часть, но и корни и даже ботву.

магний, кальций и йод. Шеф-повар московского ресторана «Шинок» Елена Никифорова

выделяет среди прочих ботву редиса, отмечая, что в листьях редиса витамина С намного больше, чем в самом корнеплоде.

«Она обладает пряным вкусом с легкой горчинкой, которая отлично «играет» в различных салатах или супах, например, щав или борще. Вообще, ботва редиса подходит ко всем блюдам, от рыбных и мясных до вегетарианских».

НАЙТИ СВОИ КОРНИ

Для тех, кто в разгар сезона зелени хочет познакомиться поближе с такими полезными частями зелени и овощей, но не знает, с чего начать и что приготовить, шеф ресторана «Шинок» делится рецептами из запущенного недавно «зеленого» меню. В нем ростки гороха и черешки шпината и черемши оказываются отличным

гарниром к котлете из баранины, а ботва редиса и молодые уже ростки черемши прекрасно себя чувствуют в салате с цыпленком на гриле.

Впрочем, не ботвой единой! Корень сельдерея, который в свое время совершенно незаслуженно оказался в опале, недавно вполне триумфально из нее вышел. С ним произошла типичная для русской кухни история, когда верхки затмили корешки. Он также очень богат витаминами и минералами плюс обладает неповторимым пряным ароматом. Корень сельдерея, также как и исключительно полезный корень петрушки, активно используют в приготовлении разнообразных первых блюд, особенно уместны они в супах-пюре. Если хочется «выжать» из корней максимум полезности, можно приготовить зеленый RAW-суп. Шеф-повар BAMBOO.BAR Сергей Кожиков его готовит из авокадо, огурца, корня и зелени петрушки и кокосового молока. И никакой термической обработки — в знак уважения к нежным и таким полезным растениям.



пр. Ленина 60/1, БЦ «Гринвич», тел. 46-77-00
@soho_tomsk Sohotomsk

БАНКЕТНЫЙ ЗАЛ ДО 60 ЧЕЛОВЕК | ЕЖЕДНЕВНО В БИЗНЕС-ЗАЛЕ — НОВОЕ МЕНЮ С НАЦИОНАЛЬНОЙ КУХНЕЙ
ФЕРМЕРСКИЕ ПРОДУКТЫ СОБСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА | ДРОВАЯ ПЕЧЬ ДЛЯ ВЫПЕЧКИ | БОЛЬШАЯ ВИННАЯ КАРТА



Искусство за крафтом

О том, что есть какое-то «другое» пиво, в России узнали относительно недавно. До нас тренд на крафтовое пиво дошел всего пару лет назад. Что же такое этот крафт? Это пиво яркое, самобытное, авторское, созданное вручную в ограниченном количестве.

Можно ли назвать пивоварение искусством и почему нельзя пить больше двух бокалов пива за раз, «Дорогому удовольствию» рассказал пионер томского крафтового пивоварения, известный томский фотограф, а с недавних пор и пивовар Максим Печерский.

Плоды творчества

Уже около года на полках томских крафтовых магазинов, во многих барах и ресторанах можно увидеть пиво Fun Craft Brew. Сейчас Печерский выпускает уже около 8 сортов — от светлого лагера до темного тягучего эля.



«Крафтовое пиво очень похоже на блюдо от шефа в ресторане. Когда его пробуешь, то сначала чувствуешь один вкус, потом другой, потом еще какой-то оттенок. И вот пока это блюдо у тебя во рту, ты ощущаешь целый букет ароматов, и это большое удовольствие. И на первом, втором, третьем глотке настоящего крафтового пива вкус понемногу должен раскрываться. Рецепт каждого сорта я придумываю лично — что-то добавляю, меняю состав. Раз в два-три дня я стараюсь снимать пробу, чтобы оценить, что делать с пивом дальше. Все это — не менее творческий процесс, чем, например, фотографирование — в этом я убежден. И там, и там необходима интуиция, чувство вкуса, мастерство», — поясняет Максим.

Один из интереснейших сортов Fun Craft Brew — Рождественский, выпущенный к Новому году. Это темное пиво, сваренное со специями и медом. О нем Максим говорит как настоящий творец-художник: «Вот представьте это темное, бархатистое пиво, на которое наслаиваются оттенки корицы, бадьяна, меда... Изумительное сочетание! Сейчас я делаю индийский эль с фруктовым соком. В первый раз добавлял сок грейпфрута, сейчас сок манго! При этом для меня крайне важно не заигрывать в эту историю с добавками и оставлять в первую очередь вкус самого пива».

Наши потребители

Часто под определение крафтового пива попадают какие-то экстремальные сорта — пиво с томатным соком, с горьким или кислым вкусом. Безусловно, на них также находятся свои ценители. Пи-

вовар Печерский убежден: его авторские сорта должны быть интересны широкой публике. «Я постоянно провожу дегустации нашего пива для самой разной аудитории, — рассказывает Максим. — Среди них и гости дорогих ресторанов, и посетители магазинов крафтового пива. Я понял из общения с людьми, что рисковать, пробовать суперэкстремальные сорта согласны далеко немногие. Так вот, мое пиво как раз для таких людей — тех, кто уважает традиционные вкусы, но легко идет на небольшой риск».

Гастрономическая единица

Кажется, что о своем деле Максим Печерский может говорить бесконечно: «Мне очень хочется, чтобы мода на крафтовое пиво научила россиян относиться к этому напитку по-новому. Его можно смаковать, им можно наслаждаться. В этом смысле изумительный пример — Бельгия. Бельгийцы первыми начали делать фрутбиры — то самое пиво с соком винограда, вишни, других фруктов, стали выдерживать пиво в бочках, варить кислые сорта. У них идет уже 4-й или 5-й виток развития пивоварения. Приезжая в Бельгию, вы найдете для каждого сорта пива свой бокал. Этот замечательный пример говорит о настоящей культуре, о том, что для людей важно не просто пить пиво, но наслаждаться этим процессом.

У Fun Craft Brew сегодня в Томске около 60 точек продаж. Его можно встретить в крафтовых магазинах, во многих барах, ресторанах, в некоторых разливных у дома — там, где есть крафтовые холодильники. Крафтовое пиво от Максима Печерского уже оценила почти вся Сибирь, знают о нем и в столице.

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ПИВА ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Fun
craft
brew
КРАФТОВАЯ ПИВОВАРНЯ

АВТОРСКОЕ ПИВО



VK.COM/FUNCRAFTBREW

INSTAGRAM.COM/FUNCRAFTBREW

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ АЛКОГОЛЯ ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

ЖАРКОЕ ЛЕТНЕЕ МЕНЮ



ОТКРЫВАЕМ СЕЗОН БАРБЕКЮ

ВМЕСТЕ С ЖАРКИМ ЛЕТНИМ МЕНЮ :)

НЕ ЗАБУДЬ ШАШЛЫК И КОЛБАСКИ НА ГРИЛЕ ОТ МЕЖЕНИНОВСКИХ ПРОДУКТОВ



Новинки от Межениновской ПТИЦЕФАБРИКИ – шашлык из белого и красного мяса и колбаски для жарки. Проведи время вкусно с хорошей мясной компанией!

WWW.МЕЖЕНИНОВСКАЯ-ПТИЦЕФАБРИКА.РФ





Светлана Хандогина,
владелица компании

Все сливки в сыре

Сыроварня «СветочЪ & Ко» уже второй год посвящает своих покупателей в культуру потребления ремесленного сыра, в его составы и производство, и наш журнал не остался в стороне, тем более что в майском номере мы с удовольствием погрузились в тему здорового питания и спортивного образа жизни.

своей сыроварне и о правилах потребления замечательного эко-продукта нам рассказывает владелица компании Светлана Хандогина.

— **Ремесленный сыр** — это в первую очередь эксклюзивный продукт ручной работы, которого в принципе не может быть много. Поэтому мы его производим только вручную из профессиональной закваски итальянского, французского, а также российского производства.

Все наши сыры:

- сделаны на 100%-м микробинальном ферменте растительного происхождения, таким образом, его могут есть даже лактовегетарианцы;
- халяльны, то есть являются абсолютно чистыми продуктами, изготовленными по всем стандартам качества.

Сырами мы занимаемся уже три года и официально представлены на рынке Томска второй год. Сыры «СветочЪ & Ко» есть в нескольких магазинах города, а наша фирменная точка представлена на областном рынке. В будущем планируем открыть еще несколько своих точек в регионе.

Что касается **сырья** — это только фермерское молоко из лучших

хозяйств Томской области. К тому же мы используем только сыропригодное молоко, которое подбирается по определенным показателям: белки, жиры, кислотность и др.

Наши покупатели — это люди, которые, конечно же, очень любят сыр. Многие из них пробовали настоящий ремесленный сыр в зарубежных поездках, и когда они приезжают сюда и дегустируют наши образцы, то остаются в абсолютном восторге. У нас много постоянных клиентов из области, а сыры компании часто покупают в качестве оригинальных подарков для друзей и родных в других городах России.

Среди наших сортов представлены самые разные: твердые, полутвердые, а также мягкие сыры, такие как рикотта, моцарелла. У нас есть сыры премиум-класса: с белой плесенью, знаменитый камамбер, шаурс, кроттен — 100% козий сыр. Также сыры с голубой плесенью, фурум д'Амбер и горгонзола.

Мы первыми в Томске начали делать кипрский сыр для жарки халлуми —

невероятно вкусный, очень быстрый в приготовлении и страшно полезный. Молодой молочный сыр, который выдерживается всего лишь ночь в морской соли, — прекрасная альтернатива любому приему пищи, потому что в нем нет быстрых углеводов, приводящих к появлению лишнего веса.

Наши ценности

- Мы продаем только то, что производим!
- Мы развиваем сырную культуру!
- Мы сохраняем сливки в сыре!

Большинство наших сыров сделаны из цельного молока — мы не снимаем и не сепарируем сливки. Все богатство вкуса остается в продукте. Это важно, потому что сыр в этом случае становится более питательным и полезным. Натуральные животные жиры являются природным усилителем вкуса, поэтому наши сыры придется по вкусу всем!



Фирменная точка «СветочЪ&Ко»,
пр. Фрунзе, 119/5, Томский областной рынок
(молочный отдел)

Также сыры можно приобрести:
магазин «Эколавка», ул. Учебная, 34 а;
магазин «Сибирский Кедр»,
ул. Алексея Беленца, 9/1, тел. 22-61-62;
хлебопекарный клуб «Зерно»,
ул. Розы Люксембург, 4 в;
кафе «Кафетериус», пр. Ленина, 113



НОВОЕ ИМЯ В МИРЕ ВЫПЕЧКИ



Слоеное тесто!
Готовить теперь проще
и вкуснее со слоеным тестом
от Межениновских продуктов.
Легкий круассан с чашечкой кофе
или сытный пирог для всей семьи.



www.межениновская-птицефабрика.рф

Для томских любителей пенного напитка совсем недавно открылся новый крафтовый бар «ПивГрад». Среди его ассортимента имеются уникальные сорта темного и светлого пива, которые можно попробовать только здесь, а гостеприимная атмосфера этого чудесного места прекрасно подойдет для дружеских встреч.

В поисках необычных вкусов

Открытие собственного крафтового бара — не просто бизнес-проект, а давняя мечта Алексея Крюкова, которая смогла осуществиться благодаря огромной поддержке его друзей. Рассказывая о «ПивГраде», он объясняет нам, почему сегодня заведения, где подают крафтовое пиво, пользуются большей популярностью, чем обычный пивной бар. На самом деле секрет такого успеха прост! Крафтовое пиво варится на частных пивоварнях, обладает яркой индивидуальностью и сделано по старинным традиционным рецептам, часто с использованием необычных добавок. Такое пиво рекомендуется пить по правилам: небольшими глотками, чтобы максимально насладиться его необычным вкусом.

По утверждению Алексея, в «ПивГраде» жители и гости города смогут

Оригинальная фишка данного заведения — возможность сделать предзаказ на любимый напиток.

найти напиток на любой вкус. Цитрусовые, молочные или фруктово-ягодные ароматы, солоноватый или сладкий вкус — выбирайте, дегустируйте, оценивайте! Гостеприимный хозяин считает, что даже самых искушенных посетителей его заведения приятно удивит необычное бельгийское пиво с медово-цветочными нотками, приготовленное по рецепту монахов XVII века. А еще здесь большой выбор пива российского и американского, ассортимент которого постоянно обновляется и пополняется с учетом вкусовых предпочтений клиента, разнообразных закусок — чипсов, орешек, вяленого мяса и колбасок, есть даже фирменное горячее блюдо — мясо на шпажках по-болгарски.

Те, кто уже побывали в баре, смогли оценить и его продуманный интерьер: барная стойка, электрогитара на стене, мебель ручной работы, в том числе — красивый круглый стол, исполняющий сольную партию. В большом вместительном шкафу постоянные клиенты могут оставлять свои личные бокалы — их полная сохранность гарантируется!

А вот за эмоциональную разрядку гостей отвечает хо-

рошая музыка — идеальный «фон» и для вкусного бокальчика крафтового, и для занимательной настольной игры. Подумали здесь и о спортивных фанатах — для них проводятся прямые трансляции соревнований. В приятной компании так классно поболеть за любимую команду!

В выходные дни в «ПивГраде» действуют различные акции — скидка на разливные сорта крафтового пива или же вкуснейшие орешки «Planters» в подарок при покупке двух литров пива линейки «Gletcher». Часто вкуснейшие напитки привозят от производителя вместе с необычными бокалами, которые раздаются клиентам в подарок. А в самом скором времени каждому посетителю будет предлагаться карта клиента со скидкой в 5% на весь ассортимент.



«Крафтбар», ул. Р. Люксембург, 20,
тел. +7-913-857-15-31,
Instagram Facebook VK kraftbarpivgrad

ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ПИВА ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ



Разнообразие закусок, богатое десертное меню, авторские предложения — такой ассортимент блюд способен угодить приглашенным с любыми вкусовыми пристрастиями. Тарталетка с морепродуктами и устричным соусом, блинный мешочек по-царски с муссом из семги и икрой, сыр Камамбер в трех видах панировки, груша с хамоном и сыром Дор блю, песочная корзинка с кремом из Маскарпоне и клубникой... Пусть ваши воспоминания о празднике обязательно сопровождаются приятными гастрономическими впечатлениями!



В формате фуршета

В последнее время набирает популярность такой современный вид организации свадебного торжества, выпускного или юбилея, как фуршет. Организованное со вкусом и изыском, такое мероприятие без труда сможет затмить даже самый роскошный банкет! Ресторан «Барвиха», способный принять в своих стенах до 60 гостей, предлагает оригинальные и очень вкусные фуршетные сет.



Подарки для молодоженов

- Номер «Люкс» для сборов невесты на 1 сутки
- 1 час сауны
- Караоке с профессиональной звуковой системой и вокалист
- Проектор для презентации
- Рассрочка оплаты свадебного банкета
- Организация Wellcome зоны и Candy Bar'a



Комплекс «Барвиха»,
пер. Марининский, 44, тел. 90-70-70



Шить никогда не поздно!

Успешный проект начинается с детской мечты и твердого желания воплотить ее в жизнь. Оксана Пьяных, основатель, преподаватель и практикующий мастер собственной школы шитья, делится с журналом рассказом о том, как у нее получилось реализовать то, о чем мечталось. Читайте и вдохновляйтесь!

— В моей семье шили все — и бабушка, и мама... Видимо, моя страсть к шитью — это наследственный фено-

мен. (Улыбается.) Первым моим учителем была бабуля: она сразу учила меня работать на взрослой ручной швейной машинке, так что, когда я ходила еще в 3-й класс, у моей куклы уже было личное ателье, которым заведовала я. Самые приятные воспоминания моего детства и юности — атмосфера профессионального ателье, которое возглавляла моя мама. Не имея специального образования, она, тем не менее, была одним из лучших портных города в то время. Визит на ее работу — это был всегда праздник для души, там я училась всем тонкостями швейного производства, которые позже так пригодились мне. Но на мое желание связать



УНИКАЛЬНЫЕ ПРЕИМУЩЕСТВА

- Кроме базового курса для начинающих с нуля, есть мастер-классы и обширная программа обучения для более продвинутых мастеров
- Школа дает выпускникам колоссальные возможности реализовать себя, открыть свое дело, найти или расширить круг друзей-единомышленников
- Учебные материалы и программы очень доступны и понятны благодаря авторским методикам преподавания
- Индивидуальный подход к каждому ученику, перспектива повышения квалификации выпускника
- Персональные курсы в удобное время, с индивидуальным подходом по выбору тем
- Обучение иностранных студентов и мужчин

с эти занятием свое будущее мама отреагировала протестом: «Хватит нам в доме швей и портных! Сама тебя научу шить и кроить!» И я, как послушная дочь, стала педагогом-физиком. (Смеется.)

Со временем я все же сделала окончательный выбор: решила профессионально заниматься своим любимым делом — наверное, еще и из-за моей привычки носить индивидуально сшитые вещи. Окончила хорошие курсы и потом там же стала учить других, так с 2013 года началась моя преподавательская деятельность.

Следующим этапом для меня станет открытие в июне этого года Школы шитья Оксаны Пьяных, и я думаю, это событие просто не могло не случиться в моей жизни. Своя авторская школа даст возможность приобщить многих людей к этому невероятно интересному творческому процессу: шить, кроить, моделировать!.. Я счастлива от того, что многие люди наконец-то смогут сами одевать себя, помогать своим близким, реализуя свои таланты и мечты побыть в роли дизайнера одежды.

Оксана Пьяных, тел. 8-923-428-12-60,
 sews.school  sewschool

Образ @mariya_beauty_1992, студия «Ника», ул. Вершинина 17 г



МЕРОПРИЯТИЯ ЛЮБОГО ФОРМАТА: СВАДЬБА, ЮБИЛЕЙ, КОРПОРАТИВ
 3 ЗАЛА ВМЕСТИМОСТЬЮ 50, 200 И 500 ЧЕЛОВЕК | 2 ЗАЛА КАРАОКЕ | VIP-ЗАЛ
 БЛЮДА РУССКО-СИБИРСКОЙ КУХНИ | ЭКОПРОДУКТЫ ИЗ ФЕРМЕРСКИХ ХОЗЯЙСТВ
 ГОСТИНИЦА С НОМЕРАМИ КЛАССА «ЛЮКС» | «МОРСКОЙ» РЕСТОРАН И ЛЕТНЯЯ ВЕРАНДА
 ТРИ БАНИ С БАССЕЙНОМ И ФИНСКОЙ САУНОЙ

ул. Мичурина, 88/2 | тел. 220-880 | gostinica-tomsk.ru
 restoranshanson  shanson_restoran

*Все мы хотим жить в мире — светлом и добром.
Но что каждый из нас делает для того, чтобы мир
вокруг стал хоть на капельку добрее? Мы сетуем, что
сегодняшние дети и подростки — закрытые, нечуткие,
не интересующиеся ничем, кроме цифровых игрушек и
виртуального мира.*

Из капли рождается море

Но разве не мы сами делаем их такими, когда вместо старой доброй книги или совместной игры с ребенком, пишем ему в руки очередной планшет или телефон — лишь бы дитя было чем-то занято.

Подойти «играючи» к вопросу воспитания ответственности и сознательности в молодом поколении предлагает Детский фонд им. Алены Петровой, запустивший новый социальный проект «Капля Добра». Основные цели проекта — привлечение детей и молодежи к совершению добрых дел и поступков, а также внедрение нового, удобного способа делать пожертвования в помощь детям.

Принять участие в инициативе могут абсолютно все — совсем юные томики, подростки и их родители. Любой человек, совершая покупки в магазинах нашего города, может на кассе приобрести Каплю Добра — небольшую красивую наклейку, стоимость которой всего 20 рублей. Все средства с продажи Капель направляются в Детский фонд им. Алены Петровой в помощь детям с онкозаболеваниями. Наклейка имеет небольшой размер и стильный дизайн: ее можно приклеить на смарт-



ПРИОБРЕСТИ КАПЛИ
ДОБРА МОЖНО
В МАГАЗИНАХ-ПАРТНЕРАХ
ПРОЕКТА:

- Сеть магазинов «Абрикос»
- Сеть магазинов «ИнтерСпар»
- Сеть магазинов «ФудСити»
- Сеть магазинов «Золушка»
- Сеть магазинов «ТомЛад»

фон, планшет, холодильник, рюкзак, в машину и т.д.

Вторым важным направлением в проекте является привлечение детей и молодежи к совершению добрых дел. Приобретая Капли на кассах в магазинах-партнерах, вы можете бесплатно получить Книгу бойца, которая вручается ребенку. В дальнейшем, когда ребенок совершает доброе дело — про-

сто награждаете его Каплей Добра, которую он будет вклеивать в Книгу бойца. И при накоплении определенного количества Капель (добрых дел) — ребенок получает звания: Рядовой добра, Ефрейтор добра, Старшина добра и т.д. После присвоения звания ребенок может бесплатно получить соответствующий значок в Пункте выдачи призов.

За какие добрые дела ребенок будет награждаться Каплей Добра — каждая семья решает самостоятельно: это может быть уборка в комнате, самостоятельная подготовка уроков, хорошая отметка в школе, помощь благотворительному фонду, участие в социальной акции и многое другое.

Организаторы проекта надеются, что постепенно у ребенка выработается привычка помогать другим. К тому же полученные им звания будут мотивировать его к поддержанию определенного статуса, которого он добился своим трудом.

Таким образом, одним из важных результатов проекта станет возможность для детей немного оторваться от виртуальных игр и увлечений и заняться реальными хорошими и полезными делами.



наши игрушки
это
**мудрость
из дерева**

ЛЮБИМЫЕ ВСЕМИ ДЕРЕВЯННЫЕ ИГРУШКИ
СДЕЛАНО В РОССИИ
ЭКОЛОГИЧНО И ГИПОАЛЛЕРГЕННО
ЯРКИЕ И СОВРЕМЕННЫЕ ДИЗАЙНЫ



доставка
по всей России

РАЗВИВАЮЩИХ
МИР ИГРУШЕК
wood-toys.ru

+7 (3822) 444-888
+7-953-913-53-75
пр. Фрунзе, 119 г



ГРАНИ ОТДЫХА
ДУБАЙ, ОАЭ

Панорама города, лазурные воды Аравийского залива и знаковые небоскребы Дубая — отель Rixos The Palm Dubai, расположенный в восточной стороне острова Пальма Джумейра, может похвастать действительно захватывающими видами. А инфраструктура курорта, в которую входит SPA-центр, частный пляж, детский клуб, рестораны, бары и конференц-залы, позволяет объединить пляжный и семейный отдых с деловой активностью. В мае при бронировании на сайте отеля минимум трех ночей предоставляется 20%-ная скидка на проживание по системе «Все включено».

Кто куда...

**ПУТЕШЕСТВИЯ, ОТЕЛИ, КУРОРТЫ, СПА,
РАЗВЛЕЧЕНИЯ, ПРИКЛЮЧЕНИЯ**

Fun&Toys ОАЭ Fun&Toys АВСТРАЛИЯ Fun&Toys АВСТРИЯ Fun&Toys ИТАЛИЯ Fun&Toys КИПР Fun&Toys

ОСТАНОВИТЬ МГНОВЕНИЕ
ГОЛУБЫЕ ГОРЫ, АВСТРАЛИЯ

Австралийский эко-курорт Emirates One&Only Wolgan Valley организует этим летом для своих гостей мастер-классы по фотографии с амбассадором Саоп, фотографом Джошуа Смитом. Занятия по фото искусству пройдут с 17 по 19 августа 2018 года среди прекрасных горных ландшафтов Австралии. В двухдневную программу войдет дневная съемка пейзажей и дикой природы и ночная — звездного неба.



МУЗЫКА В САДУ
ВЕНА, АВСТРИЯ

Каждый год в саду дворца Шёнбрунн — летней резиденции австрийских императоров династии Габсбургов — проходит летний ночной концерт Венского филармонического оркестра, партнером

которого традиционно выступает марка Rolex. На концерт под открытым небом могут попасть все желающие, вход — свободный, ежегодно здесь собирается более ста тысяч человек. В этом году 31 мая оркестр выступит со специальной программой под руководством российского дирижера Валерия Гергиева.

Квас

Бабушкин лётчик

Светлый квас, приготовленный по-домашнему



ЖИТЬ СО ВКУСОМ
КАПРИ, ИТАЛИЯ

Бутик-отель Capri Palace — это воплощение итальянской Dolce Vita. Неудивительно, что ресторан отеля Il Riccio отмечен звездой гида Мишлен. На открытой кухне ресторана, декорированной яркой средиземноморской майоликой, готовят деликатесы из устриц, лобстеров, осьминогов, кальмаров и различных видов рыб. А для ценителей десертов в Il Riccio есть «Комната соблазнов» — с неаполитанской выпечкой, пирожными с ягодами и фруктами, эклерами и многим другим. Здесь знают толк в сладкой жизни!

Ялта возглавила рейтинг самых популярных российских направлений для поездок на майские праздники. Рейтинг составил сервис для путешественников Triv.ru на основе данных бронирования отелей с 29 апреля по 10 мая. В тройку лидеров также вошли Сочи и Санкт-Петербург.



ЗЕЛЕНАЯ ЗОНА
ЛИМАССОЛ, КИПР

На Кипре цветущая весна в самом разгаре, а в Four Seasons Cyprus открыли свои двери номера Garden Studios. Четырнадцать номеров люкс расположены на двух уровнях обновленной в 2017 году зоны «только для взрослых». Особое внимание здесь уделено деталям — от нестандартных дизайнерских решений до пышного зеленого оазиса за панорамными дверями, ведущими на частную веранду. В каждом номере-студии есть своя гидромассажная ванна или доступ к бассейну-реке с личным джакузи.

WORLD & Travel*

ШВЕЦИЯ

«В детстве я "прожила" в Швеции столько насыщенных событиями и приключениями лет, что, оказавшись там во взрослом возрасте, отчетливо помнила эту страну: многие названия мест на географической карте, запах булочек с корицей и гвоздикой, вкус мясных фрикаделек с брусничным соусом, звук деревянных башмаков по мощеным улицам, шум крыльев диких гусей, тепло вязаных пледов...» (Анна Иванова)



В ГАРМОНИИ С СОБОЙ
АБАНО-ТЕРМЕ, ИТАЛИЯ

Восстановить баланс души и тела, гармонизировать свое состояние — в отеле Hotel Terme Metropole для этих целей предусмотрен целый комплекс «инструментов». Прекрасный парк площадью 33000 кв. метра — для созерцательных прогулок на свежем воздухе, четыре тер-

мальных бассейна с гидромассажами и бассейн с пресной водой для спортивного плавания — для приверженцев более активного отдыха. И большой выбор восточных массажей и процедур в спа-центре Oriental Thermal Spa: Абянга, Широдара, Шиаци, китайская рефлексотерапия. Их здесь сочетают с занятиями спортом и йогой. Каждый месяц в отеле проводятся недели йоги для всех уровней подготовки.



Комната для завтрака в одном из шведских отелей в глубинке

City guide



Блистательная элегантность

В бутике «Loriblu» — новое поступление обуви и аксессуаров, которые сделают ваш образ ярким и незабываемым! Безупречные туфли-лодочки и ультрамодный клатч Loriblu, украшенный россыпью кристаллов Сваровски, — словно олицетворение слов кутюрье Джорджио Армани: «Элегантность — это не то, что бросается в глаза. Это то, что остается в памяти». Стилисты Loriblu советуют сочетать богато декорированные клатчи с платьями более лаконичного дизайна и, наоборот, к роскошным нарядам подбирать сумочки с более сдержанным декором. Носите туфли и аксессуары Loriblu с удовольствием!

Бутик итальянской обуви и аксессуаров LORIBLU, пр. Фрунзе, 90, ТЦ «Форум», (1-й этаж) @loriblu_tomsk, тел. 8 (961) 098-19-33



Как сделать незабываемый подарок

Превосходный бельгийский шоколад, изысканные начинки и роскошное оформление, имитирующее драгоценные камни и инкрустацию золотом — все это авторские конфеты ручной работы от Saarest Chocolate. Эти сладкие драгоценности станут незабываемым подарком для самых близких людей.

Авторские конфеты ручной работы Saarest Chocolate, тел. +7-953-913-91-91, @saarest.chocolate



Идеальный вариант на все случаи жизни

Уникальный инновационный продукт DAVINES — маски для волос линии THE CIRCLE CHRONICLES уже можно приобрести в томских салонах-партнерах знаменитого итальянского бренда. Впервые созданы маски, которые подбираются не по типу кожи головы или волос, а под ваш ритм и образ жизни в данный момент. Всего в серии пять масок разного предназначения, отличные по аромату, цвету и направленности действия, но с мгновенным косметическим эффектом. The Spotlight Circle — маска для невероятного блеска волос; The Purity Circle со свойствами детоксификации; The Wake Up Circle — анти-стрессовая; The Renaissance Circle — восстанавливающая сильно поврежденные волосы; The Quick Fix Circle — многофункциональная маска мгновенного действия.

Представитель марки Davines в Томске и Томской области, тел. +7-913-816-13-55, www.davines.ru



CITY Guide НОВОСТИ



Красивый проект

Ольга Ляховская, стилист по прическам и визажист, всего год работает в сфере красоты, создавая нежные и изящные свадебные и вечерние образы. Благодаря любви девушки к творчеству и ее таланту за это время она многого успела добиться. Поэтому два месяца назад Ольга вместе со своей подругой и коллегой Анастасией Корчугановой приняла решение создать собственную студию красоты, в которой бы молодые мастера смогли воплощать все свои задумки и идеи. Так на свет появился «Проект №1», где девушки колдуют над волосами, превращая их в оригинальное дополнение женского имиджа, делают красивый макияж, оформляют брови, а также проводят обучение созданию причесок и макияжа. Студия красоты «Проект №1», ул. Нахимова, 8 ст. 37, оф. 203, тел. 8-923-405-00-44, @olga_lyakhovskaya

«Эликсиры молодости» своими руками

Симптомы нездоровья — слабые ногти и волосы, проявления на коже, лишние складки на теле — у каждой женщины есть свои секреты маскировки этих проблем. Однако лучше попробовать решить проблему радикально — очистить организм и возобновить работу системы саморегуляции. Детокс-терапию при наличии необходимых знаний может проводить любой желающий в домашних условиях. Доктор-эндокринолог и нутрициолог Валерия Метлина на мастер-классе медицинского центра «СКЭНАР Прайд» поделится своими рецептами и лайфхаками, расскажет о правилах и периодичности приготовления сонов, грамотном комбинировании компонентов, противопоказаниях и показаниях. Каждый гость приготовит себе сам зеленый смузи, который регенерирует клетки, выводит шлаки и токсины, омолаживает организм в целом. Мероприятие состоится 19 мая в 13:00 в кофейне «PRADO», ул. Яковлева, 15.



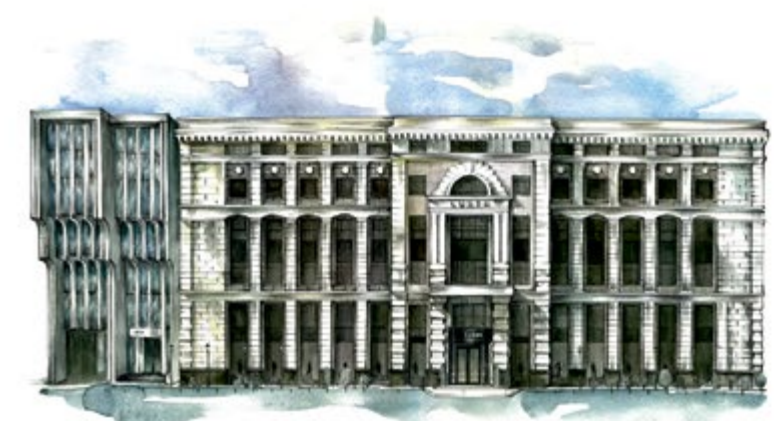
В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Шопинг-тур семейный

В НОВОСИБИРСК



РАЗМЕЩЕНИЕ В MARRIOTT HOTEL
4 БИЛЕТА В НОВОСИБИРСКИЙ ДЕЛЬФИНАРИЙ
В ПОДАРОК ПРИ ПОКУПКЕ ОТ
150 000₽



ПОДРОБНЫЕ ПРАВИЛА ПРОГРАММЫ ШОПИНГ-ТУР:

- ПРЕДЛОЖЕНИЕ НЕ ДЕЙСТВУЕТ ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ ГОРОДА НОВОСИБИРСК
- УНИВЕРМАГ НЕ НЕСЁТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ЗА ОТСУТСТВИЕ СВОБОДНЫХ НОМЕРОВ В ЗАПРАШИВАЕМЫХ ОТЕЛЯХ В СЛУЧАЕ ОТСУТСТВИЯ НОМЕРОВ, ЗАСЕЛЕНИЕ ВОЗМОЖНО В ТЕЧЕНИЕ 3 ДНЕЙ С МОМЕНТА ПОКУПКИ (ВКЛЮЧАЯ ДЕНЬ ПОКУПКИ)
- БИЛЕТЫ В ДЕЛЬФИНАРИЙ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫ В ТЕЧЕНИЕ 2 НЕДЕЛЬ С МОМЕНТА ПОЛУЧЕНИЯ
- ПОСЕЩЕНИЕ КАБИНЫ КРАСОТЫ И ГОСТЕВОЙ ВИЗИТ В WORLD CLASS ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫ В ТЕЧЕНИЕ 2 НЕДЕЛЬ С МОМЕНТА ПОКУПКИ

ЗАПИСЬ ПО ТЕЛЕФОНУ: +7 (383) 303 45 55



LUKSÉ



КЕМЕРОВО, ВЕСЕННЯЯ, 14, +7 (3842) 75 06 75
НОВОСИБИРСК, СЕРЕБРЕННИКОВСКАЯ, 31, +7 (383) 303 45 55



Вместе отметим День Победы

День Победы — это святой праздник! Команда Хлебопекарного клуба «Зерно» чтит память ушедших и ныне здравствующих ветеранов, к тому же и в семьях сотрудников клуба тоже есть герои, причастные к столь значимому событию. Весь коллектив «Зерна» обязательно примет участие в торжественных общегородских мероприятиях! Для комфорта томичей, на площади Новособорной специально будет организована зона фудкорта. Пекарне выпала честь готовить угощения в этот день, поэтому она приглашает горожан воспользоваться такой возможностью, чтобы поближе познакомиться с их вкусной продукцией. И хотя метеослужбы обещают совсем не майскую погоду 9 мая, «Зерно» гарантирует, с ними этот день точно будет теплым и вкусным!

Хлебопекарный клуб «Зерно»,
ул. Р. Люксембург, 4 в; ул. Нахимова, 8 ст. 2,
тел. 47-92-40, @bakingclubzerno

Ароматы, каких еще не было!

Demeter Fragrance Library — это, пожалуй, самая большая в мире коллекция «повседневных» моноароматов родом из Нью-Йорка. Аромат солнца, мороженого, дождя, помидора — более 250 самых разных запахов на каждый день, которые можно смешивать между собой. Познакомиться с этими уникальными парфюмами можно в «BEAUTY BUFFET №5», — месте, где вас ждут самые чудесные открытия и ощущения.

Буфет красоты «Beauty Buffet №5»,
ТЦ Новый ГУМ, 3 этаж,
WA: +7-913-824-60-18,
@beauty_buffet_5



Дотянемся до мечты вместе

Студия «Sitets Studio» — это прекрасная возможность приобщиться к таким спортивным направлениям, как: гимнастика на воздушных полотнах, гимнастика на воздушном кольце, художественная гимнастика для взрослых, разные направления стретчинга, аэростретчинг, растяжка для мужчин, детские группы по воздушной гимнастике. Здесь также проводятся регулярные двухмесячные марафоны по растяжке «Дотянись до мечты» — для тех, кто хочет сесть на шпагат и просто поработать над своей гибкостью и пластичностью. Ждем всех, кто мечтает оторваться от земли, чтобы подняться над суетой и обыденностью.

Студия воздушной гимнастики «Sitets Studio», ул. Нахимова, 13 г, тел. 202-822



Легенда Флоренции в Томске

Новая коллекция от легендарного флорентийского мастера Джампьеро Алнозера ждет всех любителей необычных авторских украшений в Арт-бутике «Русский Шарм». Уже четверть века ювелирный бренд Alcozer & J создает изделия из латуни и полудрагоценных камней. Вдохновляясь творчеством эпохи Ренессанса, дизайнер придумывает новые формы и виртуозно смешивает стиль прошлого с самыми современными приемами и технологиями. «Каждое украшение являет собой признание в любви, грации и жизни, — говорит мастер. — Жизнь, мечта и творчество следуют друг за другом неразрывно».

Арт-бутик «Русский Шарм»,
пр. Фрунзе, 90, ТЦ «Форум», тел. 8-961 098-19-33



Родион К., ноябрь 2015 г. р.



Родик уже больше года находится в организации для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Сначала мама и папа поместили мальчика в учреждение временно, по своему заявлению, но не смогли вернуть его в семью, а затем были лишены родительских прав. Родственников, желающих принять ребенка в свою семью, нет.

Сотрудники учреждения характеризуют мальчика только с положительной стороны. Ребенок очень спокойный, усидчивый и любознательный. Родион пока мало говорит, но с удовольствием слушает сказки, любит смотреть мультики, самостоятельно играет

в развивающие игрушки, собирает мозаику, шнуровки. Родик хорошо спит, сам кушает, пьет, ходит, частично одевается, у него развиты гигиенические навыки (сам ходит на горшок, умывается и чистит зубки).

У мальчика вторая группа здоровья, к которой, как правило, относят большинство современных детей — это большая редкость для ребят в учреждениях нашего профиля. Поэтому мы очень надеемся, что в самое скорое время у Родиона появятся любящие мама и папа, которые смогут осчастливить этого сероглазого крепыша!

Если вы заинтересовались этим ребенком, обращайтесь в отдел опеки и попечительства администрации Ленинского района города Томска по адресу: ул. Карла Маркса, д. 34, каб. 5. Как стать опекуном, приемным родителем или усыновителем, а также о формах и размерах денежного содержания за воспитание несовершеннолетних, оставшихся без попечения родителей, вы можете узнать в отделе опеки и попечительства по месту вашего проживания. На любые вопросы мы можем ответить и по телефону: 8(3822)51-71-31, а также по электронной почте: oplen@family.tomsk.gov.ru, Pae@admin.tomsk.ru.

Кроме того, вы можете просто помочь этому или любому другому малышу в Доме ребенка, подарив им развивающие игрушки, мячики, книжки, памперсы, пеленки, ползунки, влажные салфетки по адресам: ул. Карла Маркса, д. 52 и ул. Вершинина, д. 40. Но просим обратить внимание на то, что мягкие игрушки Дома ребенка не принимает, в соответствии с санитарными нормами.



Модные тенденции европейского дизайна в Томске

Новинки с ноябрьской международной выставки «Мебель. Интерьер. Дизайн», на которой собираются производители, дизайнеры и специалисты по интерьеру, уже представлены в багетном салоне «Господин Оформитель». Это репродукции картин на холсте из коллекции «Венеция» по эскизам итальянских дизайнеров, а также эксклюзивная цифровая печать на фотобумаге с последующей накаткой на плиты МДФ. Купить репродукцию картины — это всегда прекрасное решение для эффектного декорирования интерьеров.

Багетный салон «Господин Оформитель»,
ул. Герцена, 72 б, тел. 52-34-39
@baget_go



Диваны, доступные всем

Салон «KARE design», представляющий в Томске популярные модели европейских диванов Infinity и Panini, заключил договор с российской фабрикой по производству мягкой мебели. Теперь удобные и стильные предметы мягкой мебели станут еще доступнее томскому покупателю и при этом не потеряют знаменитое немецкое качество. Современные модели с мягкими подушками, выполненные в модных оттенках, идеально впишутся в стиль лофт, скандинавский или классический, и позволят с комфортом расслабиться и отдохнуть на них.

Салон мебели и аксессуаров для дома «KARE», ул. Никитина, 37 а,
тел. 52-63-89





Вернуть красоту — реально!

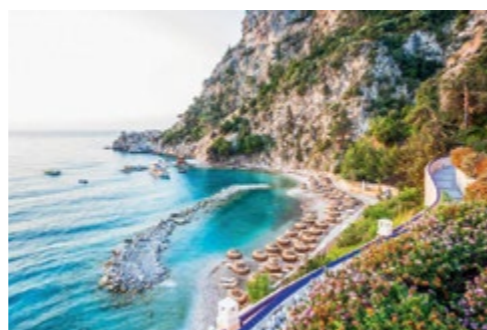
Акне, наверное, одно из самых частых заболеваний доставляющее дискомфорт при общении с людьми. Прыщи и следы от них смотрятся очень некрасиво, заставляя наносить большое количество маскирующих средств, которые только усугубляют проблему. Но благодаря грамотному лечению и косметологическим процедурам акне можно ввести в состояние ремиссии. Для этого необходимо обратиться к врачу-косметологу, который назначит домашний уход, процедуры глубокого очищения лица, а при необходимости — курс пилингов. В результате нормализуется работа сальных желез, улучшается состояние ножных покровов, укрепляются стенки сосудов и кожа приобретает здоровый и сияющий вид. Вместе с «Medical G» чистая и красивая кожа — это реальность, а не миф! На курс «Лечение акне» в клинике действует скидка 25%.

Клиника современной косметологии «Medical G», ул. Советская, 69, тел. 22-95-65, medicalg.ru

Старт продаж новых летних направлений

Компания «ANEX Tour» рада сообщить клиентам, что начиная с апреля, из Новосибирска осуществляются вылеты по совершенно новым эксклюзивным направлениям — в Тунис и на Эгейское побережье Турции (Даламан, Мармарис, Фетхие). Для бронирования и приобретения туров по этим направлениям можно обращаться к официальному представителю туроператора «ANEX Tour» в Томске — компании «Коллекция Путешествий». Пусть лето-2018 оставит о себе самые неизгладимые воспоминания!

Туристическое агентство «Коллекция Путешествий», пр. Ленина 166, оф. 12 а, тел.: 211-811, 211-888, collectiontravels.ru



Время для часов

Часовой салон «Эра» предлагает большой выбор часов — от образцов бюджетных марок до моделей элитных брендовых фирм. Любители ретро и классики найдут здесь множество вариантов настенных и настольных часов, часов с боем. В салоне представлены популярные марки наручных часов Casio, Romanson, G-shock, Hanova, Gant, Diesel, Fossil, Orient, Swiss Military, Skagen, DKNY, Roberto Cavalli, а также новинка — марка Lee Cooper. Из отечественных марок имеются «Русское время», «Вектор», «Слава», «Восток», большое количество детских часов фирмы «Тик-так». Порадует клиентов и огромный ассортимент ремней. В салоне есть собственный сервис-центр, который занимается заменой элементов питания и ремонтом часов любой сложности. Для именинников месяца всегда предлагается скидка 10%.

Часовой салон «Эра», пр. Ленина, 96, тел. 54-14-81, era.tomsk.ru



EMS-тренировки специально для мам

Программа «Я мама!» — специальный проект для восстановления женщин после родов. В программу входит 15 персональных тренировок и 5 лимфодренажных массажей в EMS-костюме. Аренда нательного костюма уже включена в данную программу, также каждая мама при покупке комплексной программы получит возможность подарить одну тренировку подруге или другому близкому человеку. Записывайтесь на пробную тренировку!

Студия EMS-тренировок «FIT-N-GO», ул. А. Беленца, 9/1, Деловой центр «Горизонт», тел. 232-232

ПРОДАМ

КОМПЛЕКС НЕДВИЖИМОСТИ
производственного назначения

по ул. Парковая, 30, города Томска:

земельный участок 10030,30 кв. м, железнодорожный тупик на 2 вагона, двухэтажное здание 2208,1 кв. м на 2 цеха (высота потолков 4,5 – 9 м) и офисные помещения, одноэтажная пристройка 259,5 кв. м; холодный склад 500 кв. м, резервуар пожарный. Электричество 160 Квт, тепло 0,27 Гкал/час.



© +7-909-545-91-29, 220-533



ИСПАНСКАЯ ДЕГУСТАЦИЯ В «TWO CHEFS»

11 апреля в ресторане «TWO CHEFS» прошел винный вечер, на котором гостям было предложено продегустировать пять позиций вина от легендарного испанского производителя. Закуски, оригинально дополняющие процесс дегустации, позволили в полной мере ощутить вкус представленных вин. Знакомство с Испанией и с винами самого почитаемого бренда провела позитивная и общительная бренд-амбассадор компании Мирейя Прим Фернандес, которая очень любит приезжать в Россию и общаться с поклонниками испанских вин.

Фотографии предоставлены порталом Desperado.



АЛЕКСАНДРА РАДЧЕНКО ОТМЕЧАЕТ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ

14 апреля в ресторане «In Vino» прошло празднование дня рождения Александры Радченко — директора клиники «Пластика» и просто прекрасной девушки. Это мероприятие стало приятной традицией для именинницы и ее близких друзей, которые уже третий год выбирают это место, чтобы замечательно провести там время. «Дорогое удовольствие» присоединяется к поздравлениям Александры в честь ее 24-летия и желает ей сохранять весеннее настроение в течение всего года. Александра благодарит за помощь в проведении праздника «Jam Cafe», Агнию Бабенко (мейкап) и ресторан «In Vino».





5 ИДЕАЛЬНЫХ ЛЕТ

15 апреля свой первый юбилей — 5 лет отмечала клиника «Идеале». В адрес директоров и научных руководителей Ивана и Ирины Хохловых звучали бесчисленные тёплые слова благодарности и поздравления от гостей вечера — пациентов и партнёров.

Море цветов, подарков и музыкальных экспериментов от DJ Sherie, барабанщика Ивана Легушева и вокалиста группы Rocking Radio Семёна Багирова создали незабываемую атмосферу. Главным же украшением вечера стало выступление самих врачей — они рассказали о главных секретах anti-age медицины, долгой и успешной жизни. Праздник по-настоящему удался и получился невероятно душевным, весёлым и запомнился всем участникам не только яркими эмоциями, но и приобретёнными бесценными знаниями.

Фотографы: Алексей Почеревный, Дмитрий Кузьменков, Дмитрий Скотников, Вячеслав Смирнов





ВСЕМ, КТО ЛЮБИТ ПИЦЦУ!

15 апреля сеть Додо Пицца проводила уникальное для нашего города мероприятие — «День пиццы». С 9 утра каждый томич, пришедший в пиццерию, смог получить пиццу по цене всего 95 рублей за штуку. Нужно ли говорить, что мероприятие вызвало невероятный ажиотаж — многие занимали очередь еще до открытия! «День пиццы» превратился в настоящий праздник — гостям не давали заскучать обаятельный ведущий, диджей, а также розыгрыш подарков среди присутствующих. Непрерывный поток желающих попробовать свежеприготовленную ароматную Пепперони растянулся на 6 часов! А всего за это время было приготовлено и продано 1000 пицц.



С ЗАБОТОЙ О ВАШЕМ ЛЮБИМЦЕ

GROOM BAR

ПАРИКМАХЕРСКАЯ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ

СТРИЖКА КОШЕК И СОБАК
КОМПЛЕКСНЫЙ УХОД
ВЫЗОВ МАСТЕРА НА ДОМ
РАБОТАЕМ ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАПИСИ

БЕЛИНСКОГО, 38,
ТЕЛ.: 500-544, +7-913-820-05-44

LIUBIMETS_GRUMING_TOMSK



Топ-стилист центра
«Подружка невесты» Анна Шеррер



Партнерами вечера стали бар-винотека «In Vino», студия цветов и декора «Мята», а также фотограф Дмитрий Кузьменков. Все средства от вечера были перечислены в Фонд Алены Петровой. Вы всегда можете поддержать фонд, сделав быстрый перевод на карту: 4276 8640 2922 4662 (Елена Алексеевна Петрова или Elena Petrova).



дизайнер-модельер
Светлана Ким



ПОДРУЖКА ПО-ФРАНЦУЗСКИ

19 апреля центр моды и красоты «Подружка невесты» провел благотворительный вечер во французском стиле. Специальный гость из Парижа, дизайнер-модельер Светлана Ким, автор курса «Стиль с Душой», рассказала о секретах шарма француженок. «Сохраняйте непринужденность даже в вопросах «шика». Если вы себя ощущаете уютно и хорошо в одежде, то, скорее всего, она будет отлично смотреться на вас!» — завершила свою беседу Светлана. Топ-стилист центра «Подружка невесты» Анна Шеррер познакомила гостей с трендами SS2018, а амбассадор L'Oréal Professionnel Оксана Сорокина научила простым элементам в элегантных укладках.



КОНЦЕПТУАЛЬНЫЙ ВЕЧЕР В «SOHO, КОТОРЫЙ ХОЧЕТСЯ ПОВТОРИТЬ»

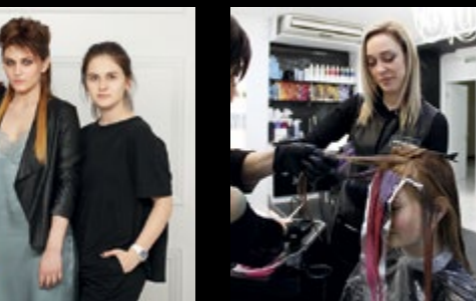
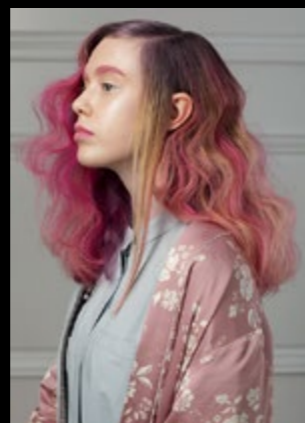
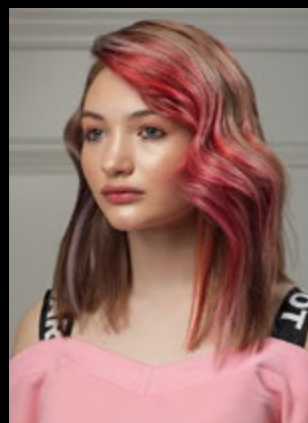
20 апреля в ресторане «Soho» состоялся концептуальный винный вечер Casino Royale. Красивые гости в вечерних нарядах, фуршетный стол, фишки, ставки, крупье и джекпот, дегустация большого ассортимента вин... Атмосферу вечера создавали профессиональный сомелье Ambassador L'Wine Николай Мищенко, фокусник-иллюзионист Сергей Баскаков, музыкальное сопровождение от DJ Yuriy Shmidt, ведущий вечера Ярослав Астраханцев, приятные подарки от «Must Have» — партнеров вечера. Команда ресторана приготовила бомбически интересную развлекательно-познавательную игру с дегустацией вин разных народов. Сразу после окончания вечера все гости заведения в ультимативной форме потребовали от руководства ресторана повторения мероприятий подобного формата.



ОТКРЫТИЕ НОВОГО САЛОНА «YOU&ME»

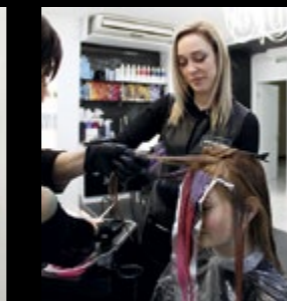
21 апреля состоялось официальное открытие салона «You&Me» по адресу Фрунзе, 35, которое прошло в формате закрытой вечеринки. На это время стойка ресепшен превратилась в барную, гостям был предложен фуршет от компании «Каприз-кейтеринг», а развлекали их ведущий мероприятия Семен Рупп и диджей. На вечере разыгрывались сертификаты и различные скидки, и, конечно, гости получили подробную информацию об услугах салона и его преимуществах, получили тестеры продукции L'Oréal и Kérastase. Весь вечер параллельно с развлекательной программой в салоне работали мастера «You&Me», которые делали гостям макияж, укладки и даже стрижки.





SEBASTIAN PROFESSIONAL И ЭВОЛЮЦИЯ ЦВЕТА

10 и 11 апреля имидж-студию Sebastian Professional в качестве специального приглашенного гостя посетила Любовь Чигирёва, директор парикмахерского искусства компании Wella Россия. Целью ее мастер-класса было желание научить стилистов студии творчески мыслить, видеть в клиенте личность, стирать границы условностей, ценить природу, наполнять свежим дыханием вековые традиции компании Wella... А уже на следующий день вдохновленные мастера приступили к созданию нового фэшн-проекта, которому они сами дали креативное название «Нонтуринг. От Эволюции цвета к Пью-хрому».



Адреса в Томске



ПОДАРКИ

Арт-бутик «Русский Шарм», пр. Фрунзе, 90, ТЦ «Форум», тел. +7-961-098-19-33 / Часовой салон «Эра», пр. Ленина, 96, тел. 51-14-81, era.tomsk.ru / Пространство красоты и стиля «Цветочница Агнесса», ул. Белинского, 32 б, тел. 307-397, @flowers_AGNESSA / Премиальные аксессуары из Сибири «Antonio Bassa», ул. Нахимова, 13 а, тел. +7-423-443-37-33



ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Салон сумок и чемоданов «Глобус», пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235 / Multibrand store «Forum», пр. Фрунзе, 90, тел. 260-540, факс 266-294, www.forum-store.ru / Салон мужской одежды «Premier-V», ул. 79 Гв. дивизии, 24, ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1, тел.: 305-307, +7-913-850-53-07 / Обувной магазин «Vasconi», пр. Комсомольский, 13 б, ТЦ «Изумрудный город» (1-й этаж), ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СМАЙЛcity» (1-й этаж) / Магазин детской дизайнерской одежды «Stilnyashka», ТЦ «Изумрудный город», пр. Комсомольский, 13 б (3-й этаж), тел. 255-990, @stilnyashka.tomsk / Бренд женской одежды «Daisy», ул. Беленца, 9/1, тел. +7-952-888-66-69 / Салон модной женской одежды «Наряжаться красиво», пр. Ленина, 60, тел. +7-923-920-19-27 krasota-plus.tomsk.ru / Шоурум женской одежды «Masterskaya», ул. Беленца, 9/1 (2-й подъезд, 1-й этаж), тел. +7-923-425-86-08 / Шоурум-ателье модной женской одежды «Alexandra Showroom&Atelier», ул. Красноармейская, 96, арка 2, оф. 310, тел. +7-913-884-56-88 / Школа шитья Оксаны Пьяных, тел. +7-923-428-12-60, @sews.school



КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Центр семейной офтальмологии «EYEclinic», ул. Нахимова, 13 а, тел. 900-200, eyeclinic.pro / Clinic & Spa «Живой стиль», ул. Гоголя, 55, тел. 468-468, живойстиль.рф, livelystyle.ru / Клиника современной косметологии и диетологии «Идеале», пр. Ленина, 110, тел. 908-988, www.ideale70.ru / Центр эстетической медицины и лазерной косметологии «Дамский клуб», ул. Дзержинского, 20/1, тел. 433-300 lc.tomsk.ru / Центр моды и красоты «Подружка невесты», ул. Гоголя, 55, тел. 444-777 / Студия красоты Ксении Хмелевской, ул. Соляная, 6, стр. 16, тел. 979-672 / Сеть фитнес-клубов «Фристайл Сити», ул. Красноармейская, 114, ул. Сибирская, 43 б, Иркутский тр., 56, тел. 609-629 / Медицинская клиника «Dr. Merker», ул. Гоголя, 65, тел. 502-102, www.merker.ru / Официальный представитель профессиональной косметики в Томске «Davines», тел. +7-913-816-13-55 / Сеть оптик «Живой взгляд», ул. Красноармейская, 103, тел. 554-124, живовзглядвтомске.рф / Клиника современной косметологии «Medical G», ул. Советская, 69, тел. 22-95-65, medicalg.ru / Студия EMS-тренировок «FIT-NGO», ул. Беленца, 9/1, тел. 232-232 / Мастер-студия «BEAUTY», ул. Киевская, 15, тел. 24-99-13 / Центр интеллектуальных медицинских технологий «СКЭНАР Прайд», ул. Яковлева, 15, тел. 777-100 / Клиника «Пластика», ул. Учебная, 7, тел. 23-55-66 / «Доктор Борменталь», ул. Карла Маркса, 13, тел. 90-60-90 / Имидж-студия «Sebastian Professional», пр. Фрунзе, 90, тел. 550-255 / Йога-клуб «Твоя йога», ул. Учебная, 22 а, стр. 1, тел. 22-60-03 / Медицинский центр «Эстетик», ул. Никитина, 15 а, тел. 533-100 / Центр кос-

метологии и коррекции фигуры «Melagrano», пр. Фрунзе, 119 е, тел. 245-000 / Оздоровительная продукция «Биолим», пр. Ленина, 93, с. 6, тел. 25-02-67 / Магазин косметики и парфюмерии «Beauty Buffet №5», ТЦ Новый ГУМ (3-й этаж), тел. +7-913-824-6018 / Центр воздушной гимнастики «Sitets studio», ул. Нахимова, 13 г, тел. 222-822 / Студия макияжа Julia Vat, ул. Кузнецова, 19, тел. +7-961-888-81-18 / Косметолог Дарья Ланай, тел. +7-913-889-09-39 / Салон красоты «You&Me», пр. Фрунзе, 35, тел. 90-2000



ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Интерьерный салон «Maestro», ул. Красноармейская, 18, тел. 99-88-01, maestro.tomsk.ru / Магазин товаров для дома «Стройпарк», ул. Смирнова, 1 ж, ул. Вершинина, 76, ул. Пушкина, 79/1, тел.: 900-017, 413-707, 724-794 / Салон мебели и декора «Стильная мебель», пр. Ленина, 137, ТЦ «Галерея» (2-й этаж), тел. 51-66-53 / Мебель, свет, декор, подарки «Интерьерный салон», ул. Никитина, 37 а, тел. 44-60-98 / Строительная компания «Голденстрой», ул. Гоголя, 33, тел. 60-92-22, goldenhouse.tomsk.ru / Все для отопления и водоснабжения «Тепло и Уют», ул. Герцена, 26, тел. 32-82-02, teplovtomske.ru / Салон мебели «Mr. Doors», пер. 1905 г., 14, тел. 25-55-02, @mrdoorsrussia



ОБРАЗ ЖИЗНИ

Немецкая химчистка «BÖWE», ул. А. Иванова, 3, тел. 424-098, www.bowe.ru / Аэропорт, пос. Богашево, тел. 93-27-00 / Туристическое агентство «Коллекция Путешествий», пр. Ленина, 166, оф. 12 а, тел.: 21-18-11, 211-888, +7-913-812-94-94, collectiontravels.ru / Финансовая группа «БКС Премьер», пр.

Ленина, 63, тел. 8-800-500-40-40 / Сеть магазинов деревянных игрушек «Мир развивающих игрушек», пр. Фрунзе, 119 г, тел.: 444-888, +7-953-913-53-75 / Гостевой дом «Kazanka Holiday», мкр. «Набережный», окр. д. Казанка, д. 26, тел.: 32-33-33, 8-983-232-33-33 / Салон груминга «Groom Bar», ул. Белинского, 38, тел. 500-544, @liubimets_gruning_tomsk



РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Магазин натуральных продуктов «Территория тайги», тел. 202-582, Территориятайги.рф / Ресторан-бар «SOHO», пр. Ленина, 60/1, тел. 46-77-00, vk.com/sohotomsk / Эко-фабрика «Сибирский кедр», тел. 8 (800) 100 3822 / Развлекательный комплекс усадьба «Шансон», ул. Мичурина, д. 88/2, тел. 220-880 / Натуральные продукты «Межениновская птицефабрика», п. Светлый, 40, тел. 98-34-91, межениновская-птицефабрика.рф / Ресторан европейской кухни с пакизатскими вкраплениями «TWO CHEFS», ул. Набережная реки Ушайки, 16, тел. 995-996, twochefs.chefsgroup.ru / Федеральная сеть пиццерий «ДОДО Пицца», пр. Ленина, 26, тел. 8-800-302-00-60, dodopizza.ru / Хлебопекарный клуб «Зерно», ул. Р. Люксембург, 48, ул. Нахимова, 8, стр. 2, тел. 47-92-40, @bakingclubzerno / Комплекс отдыха «Барвиха», пер. Мариинский, 44, тел.: 90-70-71, 90-70-70 / Частная сыроварня «СветочЪ», пр. Фрунзе, 119/5, Томский областной рынок (молочный отдел) / Крафтовый бар «ПивГрад», ул. Р. Люксембург, 20, тел. +7-913-857-15-31 / Ресторан-пивоварня «Йохан Пивохан», пр. Кирова, 58, пр. Ленина, 41, ул. Нахимова, 8 б, тел.: 25-22-22, 900-445, www.yohan-pivohan.ru / Авторские конфеты ручной работы «Saarest Chocolate», тел. +7-953-913-91-91, @saarest.chocolate

Астропрогноз



Двусторонняя подвеска
Aqua, Carrera y Carrera,
желтое золото, перламутр,
оникс, бриллианты

Телец

20.04 – 20.05

Майские праздники — не лучшее время, чтобы сосредоточиться на работе. А действовать вопреки обстоятельствам — не самая любимая ваша стратегия. Зато вы отлично умеете договариваться с собой. Попробуйте и на этот раз, тогда за развлечениями первой декады мая последует прорыв, который может дать отличный финансовый результат.

БЛИЗНЕЦЫ 21.05 – 20.06

Лучший способ избежать соблазна — поддаться ему. Если вас искушает взглядом симпатичный незнакомец в ресторане за столиком напротив или тянется в ваши объятия новое платье в любимом бутике — соблазняйтесь не мешкая. В мае ваши «да» открывают вам новые возможности.

РАК 21.06 – 22.07

Раки чувствуют необходимость радикальных перемен, и даже точно знают, каких именно, но опасаются, что у них не хватит на это сил и настойчивости. Попробуйте добавить адреналина в кровь — решитесь на прыжок с парашютом или на любительский марафон. Вызов, брошенный себе, придаст вам небывалой уверенности.

ЛЕВ 23.07 – 22.08

Если вдруг мужчина из прошлого вознамерился попасть в ваше будущее, прислушайтесь к интуиции, удалившись на безопасное расстояние, долетев, к примеру, до Бали. Оттуда будет проще трезво взглянуть на романтические поползновения «экса» и решить, что с этим делать.

ДЕВА 23.08 – 22.09

Весна действует на вас особым образом — Девы уже не готовы соглашаться с чужими директивами. Вас ждет приятное открытие: ваше мнение имеет немалый вес среди окружающих. Так что если вы готовы взять инициативу на себя, то смелее в бой.

ВЕСЫ 23.09 – 22.10

В этом месяце ваши тылы заботливо прикрыты любимым мужчиной. Пользуясь случаем, укрепите их спортом — это лишним никогда не бывает. Тренажерный зал, пилатес, длительные пешие прогулки с любимым — и к лету будете во всеоружии.

СКОРПИОН 23.10 – 21.11

В жизни Скорпионов настал этот неловкий момент, когда старое уже ушло, а новое еще не пришло. Наслаждайтесь передышкой — скоро вас закрутит в вихре новых знакомств, знаковых событий и решающих жизненных поворотов.

СТРЕЛЕЦ 22.11 – 21.12

Май просто обязывает больше времени проводить на свежем воздухе. И вообще: вам показано больше динамики. Поводов развлечься и не сидеть на одном месте у вас будет предостаточно — начните с шопинга и не забудьте выехать с друзьями на природу.

КОЗЕРОГ 22.12 – 19.01

Пришло время для ревизии летнего гардероба. Если вдруг ваша фирменная практичность уступит место легкой взбалмошности, и вам захочется чего-то экстравагантного, разрешите себе это. Смена образа поможет сделать то, на что давно пора решиться!

ВОДОЛЕЙ 20.01 – 18.02

У вас месяц общественных инициатив. Вы просто фонтанируете идеями, каждая из которых, кажется, требует воплощения. Отдайте их на передержку другу, которому доверяете. Если через пару месяцев они покажутся вам столь же гениальными, приступайте к их реализации.

РЫБЫ 19.02 – 20.03

В самый разгар романа Рыб могут начать одолевать сомнения: а нужны ли им эти отношения? Расслабьтесь и отдайтесь чувствам. Все сложится так, как должно сложиться. И звезды предсказывают, что в вашу пользу.

ОВЕН 21.03 – 19.04

Ретроградный Меркурий может усилить вашу природную вспыльчивость, а вы не поддавайтесь! Во второй половине месяца ваша сдержанность будет вознаграждена интригующим знакомством, которое может открыть большие перспективы.

КА
ZANKA
HOLIDAY

ДНИ РОЖДЕНИЯ • КОРПОРАТИВЫ • СВАДЬБЫ • ВЫПУСКНЫЕ • БАНКЕТЫ

Гостевой дом «Kazanka Holiday»

☎ 32-33-33

📷 kazanka_holiday

🌐 www.kazanka-holiday.ru

📍 Томский р-н, окр. д. Казанка, мкр. «Набережный», д. 26

SEBASTIAN_PROFESSIONAL

IMAGE STUDIO

SEBASTIAN

ПР. ФРУНЗЕ, 90, ТЦ ФОРУМ
8 (3822) 55-02-55
8 909 543-30-32
SEBASTIANTOMSK.RU

PROFESSIONAL



NEW!
КРАСИТЕЛЬ
WELLA
#COLORFRESHCREATE

МАНИКЮР
& МАКИЯЖ:
ТРЕНДЫ 2018

КРЕАТИВНАЯ
КОМАНДА

ACADEMIE:
УХОД ЗА ЛИЦОМ
И ТЕЛОМ

МИРОВЫЕ БРЕНДЫ
ИНДУСТРИИ КРАСОТЫ

ПАРИКМАХЕРСКОЕ
ИСКУССТВО

