

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

СЕНТЯБРЬ 2022
ТОМСК

ПРИЗВАНИЕ
КСЕНИЯ
БАБУРИНА

МОЛОДЫЕ
ЗВЕЗДЫ
БИТ БОМБИТ

ЛИЦО
С ОБЛОЖКИ
НИДЖАТ
МУСТАФАЗАДЕ

ДОКТОР N

СТОМАТОЛОГ-ПЕРФЕКЦИОНИСТ
УВИДЕТЬ ВСЁ ДО МЕЛЬЧАЙШИХ ДЕТАЛЕЙ

16+





ПОЛНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ КУЛЬТОВОГО БРЕНДА DIEGO M

NEW COLLECTION



Luxury
Kashemir

ул. Красноармейская, 120/1
тел. 8 (3822) 55 70 60
luxury.tomsk.ru





Baldinini



пр. Ленина, 15 / 42-73-20
sv-center.ru



SPORTMAX



пр. Ленина, 15 / 42-73-20 / sv-center.ru

МОДНЫЙ БУЛЬВАР



MARELLA



МОДНЫЙ ЦЕНТР
СВ. СВЯТЫХ
СЛАВЫ

пр. Ленина, 15 / 42-73-20
sv-center.ru





Здесь есть все, чтобы наслаждаться жизнью

Яркие и продвинутые зоны для детей — таких детских площадок в Томске еще не было. Для родителей есть беседки для отдыха и тропинки для прогулок с колясками.

Во дворе Salt Park вам будет комфортно находиться и днем, и вечером. Активно играйте с детьми на территории или отдыхайте после насыщенного дня — здесь проводить время всегда приятно. А также на территории есть специальная площадка для прогулок и у вашего четвероногого друга.

По всему периметру комплекса расположены беговые и велодорожки, также здесь есть зоны воркаута и поля для игры в футбол и стритбол.



-  Кирпич от фасада до межкомнатных стен
-  Большие панорамные окна и потолки до 3 м
-  Закрытая территория и видеонаблюдение
-  Безбарьерная среда на территории

Эксклюзивные парадные холлы

Холлы выполнены из натуральных отделочных материалов: дерева и камня. Современные лифты быстро и бесшумно доставят до дверей квартиры или в подземный паркинг.






Теплый подземный паркинг рассчитан на 127 машино-мест.

Также здесь есть 197 удобных кладовых для хранения вещей и не только



SALT
PARK
жилой комплекс

Экокомплекс в 5 минутах от Белого озера

-  2 дома и всего 6 этажей
-  Подземный паркинг с лифтом
-  Квартиры от 32 до 164 м²
-  Собственный тихий сквер для прогулок
-  Срок сдачи дома: 3-й квартал 2022 года



Одна из лучших локаций города

Salt Park строят в пешей доступности от улицы Ленина. Рядом главные автомагистрали и удобная транспортная развязка. В паре шагов от вас будут как памятники культурного наследия города, так и новая инфраструктура, необходимая для повседневной жизни.



Подписывайтесь на наш телеграм-канал. Сканируйте QR-код камерой своего телефона

 8 (3822) 90-02-79

 saltpark.ru
sdgroue.ru

 vk.com/saltpark



Фото: Ольга Попова
Fashion студия Ольги Бузыцкой

Елена Бальбурова,

Главный редактор
Федеральной сети журналов
«Дорогое удовольствие»
balburova@mail.ru

БКС МИР
ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера

Когда, отчаявшись найти что-то стоящее среди свежих киноновинок, мы с мужем беремся пересматривать добрую старую классику. Например, фильмы с Леонардо ДиКаприо. Наблюдать за тем, как от картины к картине расцветает его талант – отдельное удовольствие. Но речь не об этом.

«Титаник» я не пересматривала с 1997-го. (Вы тоже удивлены, что ему больше 20 лет?) Так вот, когда в самый драматичный момент команда стремительно меняла курс, чтобы избежать столкновения с айсбергом, я поймала себя на том, что мысленно кричу: «Ну же, ну! Давайте!» Как будто все еще может обойтись. На «Титанике»...

Можете смеяться, но уверена, что не одна я такая. Надеяться на лучшее – заложено в человеческой натуре. Что бы ни происходило вокруг, нами во всем руководит именно эта надежда. С ней мы запускаем бизнесы, вступаем в новые отношения и берем ипотеку. С ней рассылаем свое резюме и даже просто встаем по утрам. Самые заядлые скептики по своей человеческой природе – оптимисты. Ведь иначе жизнь бы просто остановилась...

В сентябре мы начинаем новый деловой год и, конечно, с новыми надеждами. И многие из них оправдаются! Конечно, если подкрепить надежды правильными действиями. Я искренне в это верю.

Ну а поверить, пусть и на мгновение, в то, что на «Титанике» все обойдется, не такая уж и глупость. Вот Тарантино в «Однажды в Голливуде» взял и переписал историю Шерон Тейт совсем другими красками. И мы, пусть и на мгновение, в это поверили. А верить в хорошее полезно, потому что мысль в конечном итоге – материальна.



Коллекция 2022

до 56 размера

Салон «Березка»

ул. Красноармейская, 122 г, тел. 8 (3822) 56-15-39

ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

Главный редактор **ЕЛЕНА БАЛЬБУРОВА**

Дизайнер **ТАТЬЯНА СМИРНОВА**
Редактор раздела Home&Design **ВИКА МАРКОВА**
Редакционный директор в Санкт-Петербурге **ИРИНА ТИХАНОВСКАЯ**
Редактор раздела Культура **ВАЛЕРИЯ КЛИМЕНКО**

РЕДАКЦИЯ «ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ В ТОМСКЕ»

Главный редактор **НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР**
Литературный редактор **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ**
Выпускающий редактор **МАРИЯ НОВИКОВА**
Главный дизайнер **ЕЛЕНА БУЙКИНА**
Дизайнер **АНТОН РОССЕЙКИН**
Продакшн-редактор **ДАРИНА КОВАЛЕВСКАЯ**
Редактор **ЛАРИСА ГНЫРЯ**
Фотограф **АЛЕКСЕЙ ПОЧЕРЕВНЫЙ**
Авторы **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ, МАРИЯ НОВИКОВА**

Журнал «Дорогое удовольствие» издается в городах:

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

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

Президент Издательского дома «Русская Азия»

ОЛЕГ ГАРЕВСКИХ

Департамент рекламных продаж: медиаменеджеры

АННА БОНДАРЕНКО

НАТАЛЬЯ КОМАРОВА

ИРИНА СТЕПАНОВА

Ассистент дирекции **ИРИНА ТИХАНОВСКАЯ**

Адрес: 127083, Москва, ул. В. Масловка, 25, к. 1, оф. 6
tel./fax (495) 617-39-81, welcome@dorogoe.ru, www.dorogoe.ru

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 ООО «ДЕАЛ». 630033, г. Новосибирск, Брюллова, 6 а, +7(383) 3-340-270, www.dealprint.ru

Дата выхода в свет 8 сентября 2022 года. № 9 (152). Тираж 2 500 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+.



DIESEL®
FOR SUCCESSFUL LIVING



ТАЙМБЕРРИ

ТАЙМБЕРРИ.РФ

пр.ФРУНЗЕ, 40



Сентябрь — начало бархатного сезона, один из наиболее благоприятных периодов для отдыха и релакса. В начале XX века «бархатным сезоном» называли несколько весенних недель в апреле-мае, «когда двор, переезжая вместе с царской фамилией из Петербурга в Крым, сменял меховые одежды на бархатные», ведь на юге в это время было еще свежо. Позже, после революции, бархатным сезоном почему-то стали называть осенние месяцы.

Практически для любого бизнеса осенний сезон максимально продуктивный и горячий. Вот и наш томский бизнес «разгорячился», стал активнее реагировать на разные проекты, которых в городе стало заметно больше. Работа в журнале дает мне возможность очень быстро сканировать эти настроения, которые моментально отражаются на рекламных кампаниях, в текстах и визуале наших компаний-партнеров. Уверена, что вся осень будет такой же яркой. На страницах наших изданий точно. Так что если нас и ждет отдых, то только динамичный, больше напоминающий бег с препятствиями или прыжки с парашютом, покорение вершин или дайвинг...

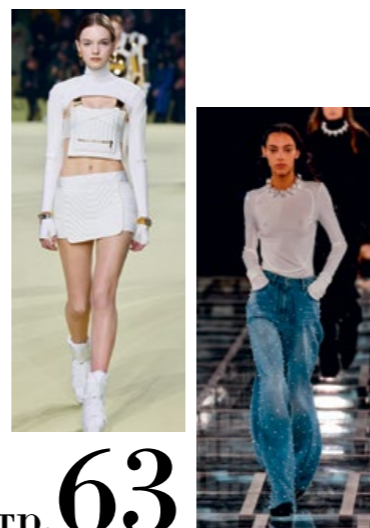
Но я все равно оставляю для осеннего сезона это определение — «бархатный». Очень уже приятное слово, да и по-релаксировать нам непременно удастся! Чтобы вкус от проектов был максимально насыщенным! ©

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

стр. **22**



стр. **63**



CICLÓN
1998

РУССКИЙ ШАРМ NEW COLLECTION
ART БУТИК

ул. Никитина, 99 (Модная галерея ante prima), тел. 8-961-098-19-33



107



БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера

116



стр. 116

ФРЕШ

14 Письмо редактора

ЛЮДИ

24 Лицо с обложки
Ниджат Мустафазаде

28 Призвание
Ксения Бабурина

34 Событие
Дмитрий Лизунов

44 Брейкинг
Школа «Бит Бомбит»

48 Звезда
Звездный ЗОЖ

52 Фреш

20



На обложке: стоматолог Ниджат Мустафазаде
Куртка: «Меховой центр в ГУМе»
Украшения: «Русский шарм»
Платок: «Пеплос»

Клубный дом делюкс-класса

ул. Белинского, 48



Уникальный Клубный дом, в котором всего 17 квартир, расположен в самом живописном и престижном районе города. Парадный просторный холл с мраморным полом демонстрирует современное прочтение классической стилистики.

Срок сдачи: 4 квартал 2022

- Собственный сад на приватной территории с зонами отдыха
- Подземный паркинг
- Бесшумный лифт «Копе» с уникальной отделкой
- Квартиры с высокими потолками, большими окнами и повышенной звукоизоляцией
- Огороженная территория
- Видеонаблюдение
- Консьерж

Разрешение на строительство № 70-301000-041-2021 от 19.08.2021

тел. +7 913 820 80 08

Сентябрь

2022

БКС МИР
ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера



117

LOOK&STYLE

- 60 Обзор
Время открытий
- 68 Фэшн-стори
TENDER FLAME
- 76 Модные новости
- 78 Новинки сезона
Бархатный сезон
- 86 Спецпроект
Я - Бренд
- 96 Спецпроект
Проверено временем



61



стр. 64

FUN&TOYS

- 104 Комфорт
Хиты комфорта
- 108 Кто куда
- 112 Хочу сюда
До Луны и обратно
- 114 Вкус жизни
Клевый сезон



стр. 78

В каждом номере

- 120 Светская хроника
- 125 Визитки
- 126 Гороскоп
- 127 Модные адреса



НОВАЯ ОСЕННЯЯ
КОЛЛЕКЦИЯ

Avelon

ТРЦ «Лето», ул. Нахимова, 8, стр. 13, тел. 8-913-811-19-05
ул. Герцена, 68, стр. 10, тел.: 320-015, 8-913-104-26-02

Avelon_tsk Chat

Стилист Наталия Шипицына





ДЛЯ НЕЕ

Элегантную женскую модель Oyster Perpetual Day-Date 36 с циферблатом из розового опала Rolex представил в корпусе из белого золота с инкрустацией бриллиантами по ободку и часовым меткам. Нежный аксессуар обладает 70-часовым запасом хода и сохраняет водостойкость на глубине до 100 метров. А знаменитый браслет President с полукруглыми трехрядными звеньями и элегантной скрытой застежкой Crownclaps подчеркнет изящество женского запястья.



БЕСКОНЕЧНОЕ ЛЕТО

Представьте теплый абрикосовый, почти золотой, свет заката – миг, когда небо раскрывает свои тысячу и один оттенок и дарит ощущение бесконечного лета. Такова идея Круизной коллекции Bvlgari 2022. Эксклюзивные сумки, текстиль, солнцезащитные очки, украшения и часы приглашают насладиться идеальным мгновением – Эдемом на закате. Представленная в коллекции практичная и изысканная сумка-тоут Bvlgari Logo из бежевой рафии с деталями из телячьей кожи цвета кораллового сердолика сочетает расслабленную элегантность с богатством деталей в актуальном силуэте.



ДИАЛОГ С ПРИРОДОЙ

Карла Бруни на премьере картины «Les Amandiers» режиссера Валерии Бруни-Тедески появилась в ожерелье из новой высокоювелирной коллекции Bulgari Eden The Garden of Wonders. Ультрасовременная палитра колец Color Fantasia отражает жизнерадостный и оригинальный подход ювелиров Bulgari к ярким и цветным драгоценным камням. Новая коллекция бренда – целая вселенная, в которой величие матери-природы встречается с изысканными творениями рук человека в непрерывном и плодотворном диалоге.



СОКРОВИЩА КОРФУ

В мае 2023 года на греческом острове Корфу откроется курорт Ikos Odisia – шестое дополнение изысканной коллекции Ikos Resorts. Новый пляжный отель с территорией в 60 акров предложит гостям авторскую концепцию отдыха Infinite Lifestyle, в которую входит неограниченное посещение ресторанов а-ля карт с меню от шеф-поваров, отмеченных звездами Мишлен, ультрасовременный фитнес-центр и занятия различными видами спорта на открытом воздухе: от тенниса и катания на горных велосипедах до виндсерфинга и гребли на каноэ.

ДОКТОР N.

Интервью с героем обложки — это всегда радостный и волнительный момент. Тем интереснее вновь встретиться с тем, кого уже знаешь и, кажется, довольно неплохо... Но потому он и герой, что всегда имеет в рукаве пару неожиданных «козырей».

Интервью: Мария Новикова. Фото: Алексей Почеревный

За прошедший год у главного врача, практикующего стоматолога клиники «ЗубОК» Ниджата Давудовича Мустафазаде случилось глубокое погружение в одно из современных направлений стоматологии — комплексную тотальную реабилитацию, а вместе с ней, по признанию нашего героя, и в саму профессию.

— Ниджат, обладая множеством профессиональных стоматологических навыков, вы вдруг выбрали для себя одну сферу интересов и решили «копать» ее вглубь?

— Да, если раньше я еще занимался непосредственно терапией и санацией полости рта, то сейчас, действительно, нырнул с головой в тотальную (эстетико-функциональную) реабилитацию зубочелюстной системы. Она представляет собой работу с верхней и нижней челюстью, с прикусом пациента — мы находим оптимальное положение суставов, создаем дизайн улыбки. Это комплексный междисциплинарный подход, который предполагает тесную работу стоматолога-терапевта, хирурга, ортодонта и ортопеда. Этим направлением я занимаюсь последние 2—3 года, но именно сейчас мне стало особенно интересно досконально разбираться в нюансах такой работы. Хочется в этом совершенствоваться. Тем более, у меня появилось новое мощное оборудование — специальный макрообъектив, с помощью которого можно увидеть всё до мельчайших деталей. Поэтому сейчас мое хобби — фотографировать каждого пациента (с его согласия, конечно) и далее глубоко анализировать проделанную работу на мониторе компьютера.

— То есть, вы себе не изменяете — перфекционизм, стремление к самосовершенствованию, несмотря на опыт и профессиональное признание, никуда не ушли?

— Я думаю, постоянное развитие необходимо, особенно врачу. Специалист, полагающий, что он достиг вершины, будет только регрессировать. Я с удовольствием езжу на обучения, сейчас планирую поездку на специализированные клинические офис-курсы в Петербург. А заодно смогу и Петергоф посетить — развиваться важно во всех сферах. (Улыбается.) Считаю полезным не только изучать свои работы, но и смотреть на них сквозь призму других докторов. Поэтому с удовольствием участвую в чате профессионального сообщества, где стоматологи делятся друг с другом советами. Насмотренность необходима в любой профессии.

— Наверняка, пациенты с удовольствием вам «позируют»!

— Иногда бывает трудно сделать так, чтобы человек полностью расслабился в кабинете стоматолога, и его улыбка была естественной, а для работы нам необходимы определенные технические фотографии (фотопротокол), чтобы анализировать дизайн. Поэтому ищу подход к каждому, шучу, чтобы снять напряжение, тогда и улыбка у пациента выходит «что надо».

— А как выглядит «стандартная» реабилитация? Что это за процесс?

— Обычно человек приходит со словами «Доктор, я решил заняться зубами!». (Улыбается.) Мы проводим осмотр, компьютерную томографию и диагностику, на основании которых составляется подробный план лечения. Я объясняю пациенту нашу тактику и все этапы работы. Их три. Первый — терапевти-

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Костюм: «HIS STORY»,
пр. Фрунзе, 26,
тел. +7-913-820-01-95,
vk.com/hisstory.tomsk

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

ческий: полная санация полости рта и лечение зубов. На втором этапе подключаются коллеги-хирурги, так как чаще всего речь идет о восстановлении отсутствующих зубов с помощью имплантатов. Третий этап — ортопедический, его провожу я, выполняя протезирование. В некоторых случаях, если неправильная высота прикуса, кроме прочего, привела к «проседанию» овала лица и углублению носогубных складок, мы деликатно рекомендуем дальнейшее обращение к косметологу, чтобы достичь эффекта «тотального омоложения». На протяжении всего процесса я держу все под своим контролем, веду пациента на каждом этапе.

— *Сложные случаи требуют междисциплинарного подхода?*

— Это всегда командная работа. И начинается она с администратора, который, во-первых, записывает пациентов так, чтобы день визита прошел для них максимально полезно, во-вторых, встречает каждого доброжелательной улыбкой, помогает справиться с тревожностью. Далее — ассистент, который очень помогает врачу в работе, затем специалисты терапевтического, хирургического и ортодонтического профилей. У нас замечательный сплоченный коллектив, который работает на общий результат.

— *Мы часто слышим, что красивая улыбка меняет судьбы людей. Вы следите за успехами своих пациентов? Ведь это тоже, своего рода, результат вашей работы.*

— Да, конечно, мы поддерживаем контакт, поздравляем друг друга с праздниками. И есть, конечно, истории, которые невероятно вдохновляют. К примеру, одна моя пациентка, сотрудница госслужбы, пришла на первый прием крайне серьезной. А после того, как мы поработали над ее улыбкой, она стала замечать, как изменился и омолодился овал лица. На каждый контрольный осмотр она приходит в приподнятом настроении, стала улыбчивей и жизнерадостнее. Теперь у меня появилась идея связаться с пациентами, прошедшими реабилитацию, чтобы они на видео рассказали, как изменилась их жизнь, поделились своими эмоциями, своими успехами.



Куртка: «Меховой центр в ГУМе», 1 этаж
Украшения: «Русский шарм», ул. Никитина, 99, тел. +7-961-098-19-33
Платок: «Пеплос», perpos.ru

— *А что еще, кроме таких историй, вас заряжает в работе? Что не дает случиться эмоциональному выгоранию?*

— Я стараюсь не замыкаться только на работе. Пытаюсь постоянно пробовать себя в чем-то новом — вот хотел бы еще раз прыгнуть с парашютом, например, или куда-то полететь. Такое разнообразие мне необходимо. Наверное, оно нужно вообще каждому, но, учитывая специфику нашей работы и то, что мы постоянно находимся в четырех стенах, как-то особенно хочется душу отвести. (Улыбается.)

— *Простите, что вновь о работе, но вы уже выбрали для себя следующий профессиональный челлендж?*

— Мне нравится работать с эстетикой улыбки. Но практика показывает, что эстетика — это не просто белые зубы, здесь необходимо погружение в функционал. То есть нехотя будешь углубляться и в ортопедическую стоматологию тоже. В целом, мне нравится эстетика, я хочу развиваться именно в этом направлении, мне оно на данный момент близко.

пер. Урожайный, 29/1, пр. Кирова, 58,
тел. +7 (3822) 708-707, skzubok.ru




СЕМЕЙНАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

профессионально • оперативно • комфортно • по доступной цене



- Терапевтическая и эстетическая стоматология
- Профессиональная гигиена
- Ортопедическая стоматология
- Хирургическая стоматология
- Ортодонтия
- Детская стоматология
- Высокоточная рентген-диагностика

Квалифицированная и эффективная помощь без боли, максимальный комфорт для пациента и стремление к результату, которым останутся довольны все, — вот главные постулаты нашей деятельности. Мы позаботимся о здоровье и красоте ваших улыбок.

пер. Урожайный, 29/1, пр. Кирова, 58, тел. +7 (3822) 708-707, skzubok.ru  skzubok

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

«Мне интересно жить в процессе», — говорит Ксения Бабурина, руководитель аутсорсинговой компании «Профессиональный стандарт». И судя по всему, именно это ее стремление к постоянному саморазвитию, желание находить правильные ответы при решении сложнейших задач, твердое убеждение, что самое главное — состояться как специалист, стало основой успеха ее бизнеса.

Текст: Софья Ломовская. Фото: Алексей Почеревный

Мы выбираем, нас выбирают...

Хотя в случае с Ксенией справедливым было бы сказать, что и как личность она обладает особенным «магнитным» притяжением. В ней есть позитив и уверенность, открытость и талант находить общий язык даже с самыми сложными клиентами. А еще она — обладательница чудесной искренней улыбки, которая так идет этой обаятельной молодой женщине.

О том, как открыть собственное дело и почему сейчас ее компания сосредоточена на узкоспециализированном направлении, зачем благополучному бизнесу понадобилось создавать бухгалтерскую онлайн-школу — в интервью с героиней сентябрьского номера.

— Ксения, люди, решающие создать собственный бизнес, в качестве стимула для себя называют финансовые причины, возможность

быть независимыми, реализовать свои амбиции... Что вас подтолкнуло к этому шагу?

— Мне было скучно. (Смеется.) Дело в том, что в 2011 году после окончания факультета экономики ТГУ по направлению «бухгалтерский учет», я попала в аутсорсинговую компанию. Это был мой первый профессиональный опыт — меня многому там научили, дали отличные навыки и умения. Затем я решила продолжить карьеру уже в качестве главбуха в строительной сфере. Работа оказалась достаточно масштабной, но меня постоянно преследовали мысли о том, что амбиций и знаний у меня много, а реализовать их не получается. Пошла снова учиться в ТГУ, получила второе высшее образование — юридическое. Но развивать себя по-прежнему было негде, и я захотела самостоятельности в бизнесе.

На тот момент у меня уже были клиенты, которых я вела из дома параллель-



Фотостудия: «Поталь»,
ул. Красноармейская, 101 а, 302 офис,
тел. +7-952-159-62-76



Фотостудия: «Поталь»,
ул. Красноармейская, 101 а, 302 офис,
тел. +7-952-159-62-76

но с основной работой. Так и пришла идея создать организацию по оказанию бухгалтерских услуг на аутсорсинге. Официальное открытие ООО «Профстандарт» состоялось 22 августа 2019 года. Набрала в штат первых сотрудников и начала искать клиентов из самых разных сфер — оптовая торговля, розница, общепит, строительство, бытюи... Такой разброс по направлениям в то время был для нас огромным плюсом, давая возможность получить богатый опыт и знания. Чем больше отраслей деятельности, тем больше у меня и моей команды практики, ведь каждый клиент — это новый интересный запрос.

— Тем не менее, сейчас ваша компания основное внимание уделяет более узкой сфере — аутсорсингу частных медицинских клиник. С чем связано это желание и такой выбор?

— В какой-то момент мы поняли, что клиентов стало много: сейчас их более 100, их обслуживают уже два филиала компании, в том числе в Новосибирске. К сожалению, чем больше людей и организаций приходят к нам, тем сильнее мы вынуждены расплываться. А нам хотелось бы сейчас максимальной узконаправленности. Уже полтора года мы занимаемся аутсорсингом медицинских учреждений. Созданная несколько лет назад Единая государственная информационная система в сфере здравоохранения (ЕГИСЗ) поставила перед медицинской отраслью много важных задач: регистрация, учет оборудования, кадровые вопросы, франчайзинг. В данное время деятельность этой площадки только начинает активно внедряться в практику, а у «Профстандарта», в отличие от многих наших коллег, уже имеется опыт работы на ней. Думаю, грамотный и квалифицированный подход нашей компании будет привлекателен для медиков. Мы берем на себя вопросы управления и учета, даем руководству ясное понимание, что происходит на предприятии, куда уходят деньги и так далее. У нас создана полноценная рабочая группа, разделенная по всем участкам и направлениям бухгалтерской и кадровой деятельности организации: есть специалист, который занимается банком и кассами, отслеживает задолженности; сотрудник по зарплате и кадрам; главбух держит на контроле все изменения в законодательстве; отдельный человек занимается первичным внесением документов. Именно за счет прекрасного понимания специфики работы в здравоохранении и за счет того, что у нас большая команда, мы и можем быть полезны клиентам в области частной медицины. В таком случае им не надо содержать приличный бухгалтерский штат — выходит гораздо дешевле и, соответственно, выгоднее.

Мы обеспечиваем руководство медицинского учреждения всей имеющейся на данный момент бухгалтерской информацией. За свои действия отвечаем целиком и полностью.

— Значит ли это, что теперь вы полностью сосредоточитесь на медицинской отрасли?

— Хочу отметить, что мы продолжим работать на аутсорсинге со всеми организациями, которые в течение трех лет доверяли нам ведение своей бухгалтерии. Но все же на данный момент наша главная задача — создать ядро из клиентов-медиков. Такое решение связано не только с тем, что врачебные услуги всегда будут востребованы на рынке. Для меня еще очень важно чувствовать свою причастность к их благородной миссии — возвращать людям здоровье, спасать человеческие жизни. Это тоже определяющий фактор моего выбора.

ЗА СЧЕТ прекрасного понимания СПЕЦИФИКИ работы в здравоохранении и за счет того, что у нас БОЛЬШАЯ КОМАНДА, мы и можем быть полезны клиентам в области частной медицины.

Мой большой опыт и накопленные знания позволяют гарантировать каждому клиенту, что с нами комфортно и спокойно работать. Обратившихся ко мне с запросом, я понимаю с полуслова и могу разложить все аспекты нашего сотрудничества так, что человек без труда поймет, что именно ему надо. А за счет того, что мы решили уйти в узкое направление, думаю, наша помощь теперь будет максимально эффективной. Пусть даже это будет несколько организаций, с которыми мы будем точно сотрудничать. Тем более, что я планирую реализацию еще одной своей идеи-фикс — образование в области бухгалтерских знаний.

— У бухгалтеров действительно есть потребность постоянно повышать уровень своей компетенций?

— Обучение коллег — мое личное желание, связанное с тем, что на профессиональном рынке уровень специалистов сегодня невысок. Я сама тяжело подбирала команду: встречалось много тех, у кого хорошо с теорией, но недостаточно практики, или людей с практическими знаниями, не соответствующими требованиям времени.

Пока я занимаюсь образовательным онлайн-процессом лишь с отдельными учениками. В ближайших планах — создание мини-групп, в которых также в онлайн-формате я буду продвигать идеи практической бухгалтерии. В школе можно повышать квалификацию работающих сотрудников, либо готовить кадры для сферы бухучета с нуля. На эти цели в рамках поддержки молодых предпринимателей мы получили субсидию от Администрации города Томска.

— **Насколько часто вообще бухгалтеру необходимо проходить такие курсы?**

— Раз в год специалист обязательно должен повышать уровень компетенций. На примере компании «Профстандарт» могу сказать, что мы всегда в теме, знаем, что происходит на рынке, быстро отслеживаем и внедряем все новшества. Я часто общаюсь с бухгалтерами, которые искренне не понимают, как можно работать на аутсорсинге. Мне всегда хочется немного расширить кругозор таких людей. За аутсорсингом — будущее. А у нас большинство кадров слабо подготовлены, несмотря даже на хорошие теоретические знания. Вот почему я нацелена, в первую очередь, на практику: будем брать с учениками программу, чтобы разобраться в ней от и до. Пока идет апробация, я только нащупываю потребности людей и преподаю самостоятельно, позже надеюсь подготовить помощников. Сейчас на различных сайтах по поиску работы много вакансий бухгалтера, но при этом многих претендентов пугает аутсорсинг. Хочу изменить эту ситуацию.

— **Откуда в вас такая любовь к своей профессии? Можно ли сказать, что вы выбрали ее по призванию?**

— Я не выбирала профессию. В свое время просто послушала маму — и прошла учиться на бухучет. И сделала правильно. (Улыбается.) Учеба, правда, мне сначала вообще не нравилась, зато потом все заиграло новыми красками. Да, сейчас в своей работе применяю и знания по юриспруденции, но все же она мне менее интересна. Зато две эти специальности прекрасно взаимодополняют друг друга, особенно с учетом возросшего контроля со стороны государства. У клиентов возникают какие-то вопросы, а я знаю, как им все объяснить.

— **Такой насыщенный темп жизни вас не утомляет? На себя и личную жизнь время остается?**

— В первую очередь меня заботят интересы моих клиентов. И думаю, они продолжают работать с нашей компанией именно потому, что понимают это. Мне всегда

НА ПРИМЕРЕ

компаний «Профстандарт» могу сказать, что мы всегда **В ТЕМЕ**, знаем, что происходит на рынке, быстро **ОТСЛЕЖИВАЕМ** и внедряем все **НОВШЕСТВА**.

хотелось развиваться, двигаться вперед, я понимала, что у меня есть потенциал — и максимально пыталась его реализовать. Да, был период, когда не было никаких целей, я просто плыла в потоке, не понимая, зачем я всем этим занимаюсь. Все изменилось, когда появилось собственное дело и конкретное понимание, как я могу применить себя в жизни. Мне хочется решать задачи, так что не удивительно, что даже сейчас я одновременно на трех учебах: мне необходимо постоянно прокачивать свои знания.

Одно время, начиная выстраивать процессы, я буквально жила на работе. Сейчас стало проще, поэтому у меня и появились свежие идеи о создании новых направлений. Даже на себя время остается теперь. (Улыбается.) Иногда удается не только сочетать учебу и отдых, но и уезжать специально, чтобы набраться сил и энергии, отключив телефон. Конечно, в планах есть и создание семьи, но в любом случае я не собираюсь выпадать из рабочего процесса.

— **Как руководитель считаете, что вам повезло с командой?**

— У меня подобрался очень классный коллектив. Хотя набирать первых сотрудников было страшно: невольно пыталась из каждого сделать свое второе «я». До сих пор за их ошибки сильно переживаю, стараюсь все сразу же исправить. Зато сейчас мне комфортно и хорошо, хочется видеть в команде еще больше людей. У нас небольшое предприятие, поэтому в первую очередь важны человеческие качества всех ее членов. Важно друг другу подходить, ощущать позитив, знать, что всегда тебе окажут помощь и поддержку. Несмотря на то, что себя я считаю довольно сильным и волевым человеком, авторитарности во мне нет, мы с сотрудниками на равных. Я не над ними, а вместе с ними.

г. Томск, ул. Кулева, 3, офис 5;

г. Новосибирск, ул. Бориса Богаткова, 210/1, офис 404;

тел. 8-952-897-59-99, profstandart70.ru, buhtsk



ПрофСтандарт

БУХГАЛТЕР ДЛЯ ВАШЕГО БИЗНЕСА

Ведем бухгалтерский и налоговый учет для компаний
малого и среднего бизнеса с 2011 года

**СТАНЕМ НАДЕЖНЫМ ПАРТНЕРОМ ДЛЯ КОМПАНИЙ
ЛЮБОГО МАСШТАБА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ**



Получить бесплатную
консультацию

- Более **5 миллионов** переплаченных налогов возвращено клиенту из бюджета
- В период пандемии каждый клиент получил полагающуюся ему **субсидию**
- Более **10 миллионов** сэкономили на оплате НДС, за счет оптимизации договоров и применения льготы
- Помогаем получить **льготные кредиты на развитие бизнеса**, субсидии, участвуем в гос. программах по поддержке бизнеса
- Более 1 миллиона рублей сэкономили наш клиент за счет **выгодной стоимости наших услуг**

ИМЕЕМ ОСОБЫЙ ОПЫТ В ОТРАСЛЯХ:

МЕДИЦИНА / УСЛУГИ / СТРОИТЕЛЬСТВО / САЛОНЫ КРАСОТЫ / IT И DIGITAL АГЕНТСТВА / ТОРГОВЛЯ



ОТДАЙТЕ РУТИНУ СПЕЦИАЛИСТАМ



ЗАБУДЬТЕ ПРО ОТЧЕТЫ



НАЧНИТЕ ЭКОНОМИТЬ С ПОЛЬЗОЙ

г. Томск, ул. Кулева, 3, офис 5

г. Новосибирск, ул. Бориса Богаткова, 210/1, офис 404

☎ 8 952 897 59 99 🌐 profstandart70.ru 📠 buhtsk

Обретение СМЫСЛОВ

Для управляющего партнера юридической фирмы «LL.C-Право» Дмитрия Лизунова и его команды служение ближнему — краеугольный камень профессиональной деятельности. Пять лет назад, в поездке на Афон, на территорию уникальной монашеской республики, Дмитрию в голову пришла идея выяснить, кто из почитаемых православных святых имел отношение к юридической деятельности. Мог ли герой этой публикации предположить тогда, что начатое им исследование станет первой ласточкой для нескольких важных и неординарных творческих проектов?

Истории жизни канонизированных юристов прошлых веков — Иоанна Златоуста, трудившегося на адвокатском поприще, основоположника римского законодательства Юстиниана, а также известного православного юриста Иоанна Шанхайского и других — вылились в выставку «Святые юристы», прошедшую в 2017 году в Томске, а через год, по благословению Патриарха Московского и всея Руси Кирилла, — и в Москве. Мероприятие получившее широчайший отклик в профессиональной среде, вылилось в дискуссию вокруг понятия «святости» как максимальной открытости перед Богом, а также служения в профессии через помощь ближнему. Оказалось, что такая этическая планка очень востребована: юристам, как и любым другим специалистам, в профессии нужны свои нравственные ориентиры.



Логичным продолжением просветительского проекта стала книга «Последнее письмо святого юриста Юрия Новицкого», посвященная событиям века XX — Петроградскому процессу 1922 года, в результате которого в организации волнений были обвинены более 86 человек, близких к петроградскому православному духовенству. Четверо: архимандрит Сергей (Шеин), адвокат И. М. Ковшаров, профессор юридического факультета Ю. П. Новицкий и митрополит Петроградский и Гдовский Вениамин — были расстреляны советской властью. В начале 90-х гг. все четверо были реабилитированы за отсутствием состава преступления и причислены к лику святых мучеников.

«Последнее письмо» — книга особенная во многих отношениях. Во-первых, она интересна уникальностью самой темы, ведь до сих пор о новомучениках никто в подобном художественном жанре не говорил, во-вторых, она сразу же запоминается своим необычным дизайном. О том, какие смыслы нашли в ней воплощение, — в интервью с автором идеи создания книги.

— Дмитрий, о чем «Последнее письмо»?

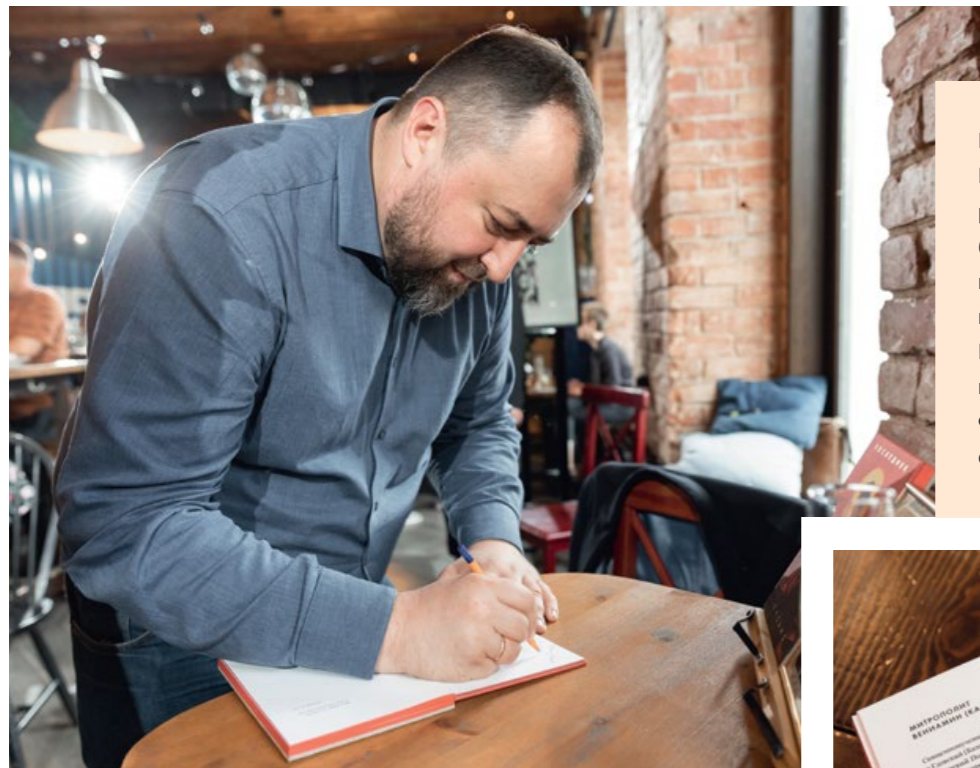
— Это история о судебном процессе 1922 года, когда под видом кампании по изъятию церковных ценностей в пользу голодающих, советской властью велась борьба с самим институтом Церкви. История в высшей степени драматическая, запечатленная во множестве фотографий, материалов, протоколов допроса и судебных заседаний. Но как рассказать читателю о таком большом процессе, о расстреле, о новомучениках коротко? Мы с издательством «Никея» пригласили замечательного, талантливого автора Екатерину Федорчук, у которой получилось легко и доходчиво об этом написать. В основу повести легла отправленная перед казнью записка Юрия Новицкого к матери, в которой он, православный христианин, ее прощает (по неподтвержденным данным именно мать выдала советским властям точное местонахождение сына — прим.



ред.). Лично для меня это вдохновляющая история о свободе и о подвиге веры, о верности своему решению до последнего вздоха. Ведь каждый в жизни должен, во-первых, сделать свой осознанный выбор, что довольно сложно. А второе — еще сложнее — этот выбор отстоять. Так человек, решив однажды служить Богу, — например, в своей профессии — отстаивает этот выбор рутинно, своим бытом каждый день. История жизни новомученика Юрия Новицкого становится живым примером отношения к профессии юриста как к высокому служению Богу и народу.

— Особой идеей ведь пропитано не только содержание издания, дизайн книги, иллюстрации — неотъемлемая часть этой большой истории?

— Да, перед нами не стояло задачи соригинальничать, но, как и любую полиграфию, хотелось сделать книгу осмысленной и запоминающейся. Дизайн разрабатывался при очень активном участии издательства. Открытый корешок — символ открытости перед Богом. Красные нити, которыми прошит переплет, — элемент крови. Еще одно очень интересное решение дизайнеров — фотопортреты расстрелянных,



Благотворительная юридическая служба «Pro Deo» — еще один успешный проект, инициированный Дмитрием Лизуновым. Ее команда безвозмездно оказывает систематическую квалифицированную юридическую помощь гражданам на платной и бесплатной основе. Бесплатные консультации обеспечиваются победой в грантовых конкурсах (в том числе Фонда Президентских грантов), а также внесением частных пожертвований.



выполненные на кальке, — знак того, что все люди, запечатленные на них, мертвы. Предисловие напечатано на крафтовой бумаге, напоминающей папку с судебным делом, а вот сама повесть с потрясающими красочными иллюстрациями, которые выполнила 22-летняя художница из Санкт-Петербурга, исполнена на плотной мелованной бумаге. Несмотря на драматичную фабулу этой истории, мне показалось важным визуально подчеркнуть мысль о том, что она — все же о торжестве духа над обстоятельствами. Эти люди победили всё, они стали святыми. И мы реализовали эту мысль в плотной обложке, выполненной методом шелкографии, напоминающей икону.

— Кому, по-вашему, будет особенно интересна и полезна эта книга?

— Мне хотелось бы, чтобы она попала в руки к тем, для кого данная тема действительно важна. Конечно, это и православные христиане, потому что это история про новомучеников, подвиг которых мы еще не осознали. Говоря о праведном пути, мы скорее вспомним Николая Чудотворца — вот он святой. В сравнении кажется: как я, простой человек, живущий в Томске своей обычной жизнью, могу к этому приблизиться? А

Юрий Новицкий — это практически наш современник, профессор Петроградского университета, овдовевший за несколько лет до ареста, у него осталась несовершеннолетняя дочь. И были сложные взаимоотношения с матерью. Довольно обычная житейская история. При этом человек идет до самого конца и становится святым. Значит и все мы в своей будничной жизни призваны стать святыми, и, может, пример новомучеников заставит кого-то что-то переосмыслить в своей жизни, по-другому расставить в ней приоритеты. Вторая аудитория — это юристы, в некотором роде эта история может послужить им нравственным подспорьем, привнести новые смыслы в понимание своих целей в профессии.

— Планируете ли вы допечатать тираж, и что ждет этот проект в дальнейшем?

— Мы намеренно сделали тираж ограниченным — всего 500 экземпляров, и в таком дизайне книга уже точно не повторится. На сентябрь запланирована ее презентация в Санкт-Петербурге. Что касается судьбы проекта, скажу, что изна-

чально мне хотелось рассказать эту историю в виде театрального спектакля, мы даже нашли драматурга, который написал прекрасную пьесу, изучив исторические материалы. Однако пандемия внесла свои коррективы, осуществить постановку не представлялось возможным — поэтому и появилась идея переработать сценарий в художественную повесть. Недавно ко мне обратились представители одного из московских театров, попросили прочитать эту пьесу. Поэтому, кажется, предпосылки для продолжения этой истории есть. Впрочем, не будем загадывать наперед. (Улыбается.)

Заказать книгу можно на сайтах book.pro-deo.ru и nikeabooks.ru.

Социальная юридическая служба «Pro Deo»,
ул. К. Маркса, 48/1, оф. 223, продео.рф,
тел. +7 (495) 109-35-79 (Москва),
тел. +7(3822) 904-346 (Томск)

PREMIER V

салон мужской одежды



VALENTI MASIMAR LEXMER BOREN PULLTONIC

ул. 79-й Гв. дивизии, 24 | ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1 | тел. 8-913-850-53-07

БОЛЬШЕ ЧЕМ ЦВЕТЫ

Не секрет, что большую часть информации об окружающем мире человек получает с помощью зрения. Впервые оказываясь на новом месте, мы осматриваем пространство вокруг себя, словно расшифровываем его код, — и понимаем, будет ли нам здесь комфортно, захочется ли в нем остаться и вернуться.

Вся эта цельность и гармония создается руками декоратора, именно в его задачи входит создание эстетически завершенного образа пространства — с учетом назначения помещения, стиля и концепции заведения и, конечно, вкусов клиента.

О том, какие нюансы поджидают новичков в этой интересной профессии, о развитии сухоцветной флористики и трендах в оформлении, о том, как важно вкладываться в создание «лица» города и о личном видении эстетики мы поговорили с Россаной Шульгиной, дизайнером, декоратором, основателем студии сухоцветной флористики FLOWERtomsk.

— *Россана, ты одной из первых в Сибири начала работать с сухоцветами — еще когда это не было мейнстримом. Почему именно эти цветы?*

— Для меня сухоцветы — это неисчерпаемые возможности для творчества. Разнообразие их видов, палитр, текстур позволяют вписать их практически в любой интерьер и воплотить любые задумки. (Улыбается.) Но сухоцветы еще и обладают еще двумя важными пре-

имуществами перед живыми цветами и «срезкой» — во-первых, они гипоаллергенны, поэтому очень удобны для использования в любом помещении. Во-вторых, почти не требуют специального ухода — сухоцветы обладают природным антистатиком, поэтому пыль на них практически не оседает. Таким образом вполне достаточно обдуть композицию холодным феном пару раз в год, и она снова будет как новая.

— *Тебя такая популярность сухоцветов радует? Насколько сложно с ними работать в сравнении со «срезкой»?*

— Пять лет назад, когда мы только начинали, многие коллеги смотрели на нас косо. Кто-то предостерегал, что это мимолетная мода и она быстро пройдет. Но, к счастью, интуиция нас не под-

вела, и сухоцветы только набирают обороты. Как и в случае с живыми цветами, нужно понимать, какие из них подойдут для дома, а какие — для офиса. Некоторые из них и после высыхания выделяют эфирные масла, обладающие успокаивающими свойствами. Например, эвкалипт или лаванда положительно влияют на состояние человека.

Собирать маленькие, тоненькие, хрупкие цветы в композицию, действительно, гораздо сложнее, чем срезку. Это дотошная, кропотливая работа со множеством нюансов, которая может занимать более 15 часов в сутки. Но в плане декораторства, конечно, сухоцветы практичны, удобны и невероятно многогранны. Это и интерьерные композиции, и оформление фотозон, и свадебная сервировка, и букеты невесты.

— *Кто сегодня задает тон в сухоцветной флористике и оформлении? На кого ты равняешься в своем творчестве?*

— Сегодня корейцы делают во флористике что-то просто невероятное! Не знаю, как у них рождаются настолько оригинальные, ни на что не похожие идеи. В Европе и Австралии популярно использование сухоцветов в интерьере — в основном пампасной травы. В России, на мой взгляд, сухоцветная флористика только набирает раскочку. Я могла бы отметить такой проект, как «Лавандовый замок», а также работы Марии Герман. Это человек, который делает просто фантастическое оформление, и чье понимание красоты я полностью разделяю.

— *А как быть с теми, кто не разделяет твоё виденье красоты, особенно если это клиенты? Ты берешься за такие проекты?*

— Я убеждена, что объяснить людям то, как ты видишь, а тем более переучить кого-то — невозможно. Соглашусь с тем, что у каждого свое понимание красивого. Я благодарна, что мне попадаются клиенты, которые, не зная меня лично, но зная мое творчество, видя наши фотозоны, букеты, оформления, приходят и говорят: «Я не знаю, что хочу, сделайте на свой вкус. Мне ваше видение нравится». Сейчас я действительно могу себе позволить брать те проекты, которые мне интересны с творческой точки зрения, и не так важно, сколько они стоят. У меня принцип: сделать максимально красиво, даже при ограниченном бюджете. Но если я не разделяю концепцию или идею — не берусь.

— *Почему оформлением должен заниматься профессионал?*

— Оформление, сделанное своими силами, может выглядеть интересно, но работу профессионала ничем не заменить. Потому что декоратор — это не про вырезать журавликов из бумаги и везде их развешать. Наша задача — максимально выгодно и логично использовать пространство, зачастую — еще и с меньшими затратами. Да, вы заплатите декоратору, но он поможет вам сэкономить за счет каких-то решений. Мне нравится, что постепенно предприниматели начинают это понимать. Когда я еду по городу и вижу интересно и профессионально оформленные витрины, вижу, что собственник действительно вложил, «заморочился» — мне становится очень радостно. Значит, бизнес понимает свою ответственность в том числе и за «лицо» Томска. И ведь это просто приятно — делать что-то, что порадует взор не только твоих клиентов, но и большинства томичей и гостей города. Хочется, чтобы такое отношение встречалось чаще.

пер. Сакко, 2,
тел. +7-913-108-20-02,
vk.com/flower_tomsk
t.me/flowertomsk

Одежда: магазин женской одежды DAISYKNIT, daisyknit.ru

Локация: оранжерея Института оптики атмосфер им. В.Е. Зуева СО РАН

СУХОЦВЕТЫ обладают
природным **АНТИСТАТИКОМ**,
поэтому пыль на них практически
НЕ ОСЕДАЕТ

Сегодня каждое утро ты просыпаешься в новом мире и совсем не знаешь, как тебе придется меняться завтра. Хвататься за внешнее (работу, супруга, деньги, детей и т. д.) больше невозможно, там нет устойчивости, остается одно — научиться опираться на себя и доверять себе, жить свою суть. И здесь открывается дверь в мир психологии. Это то место, где «высветят» путь к тебе.

Открывая свою суть...



ЯНА ЧАПЛИНСКАЯ

психолог, преподаватель ТГУ

Макияж и укладка: Алина Фатихова, vk.com/alinafn13
Одежда: магазин женской одежды DAISYKNIT, daisyknit.ru

Именно такую миссию в своей профессиональной деятельности несет психолог Яна Чаплинская. Ее путь в этом направлении начался с интереса к синдрому профессионального выгорания. В 2014 году об этом мало говорили и писали в России, но так получилось, что девушка получила приглашение на обучение от университета прикладных наук Людвигсхафена (Германия). Заняв денег у друзей и закрыв глаза на все страхи, она отправилась туда, чтобы проводить свои первые исследования синдрома выгорания. Вернувшись обратно, Яна погрузилась в научно-преподавательскую деятельность, но столкнулась с непреодолимым внутренним напряжением...

— Считаю свое мнение абсолютно субъективным и не претендую на вселенскую истину (Улыбается.), из раза в раз я получала подтверждение того, что наука и практика в России идут разными путями. Я никогда не понимала: в чем смысл моей высокорейтинговой статьи, если человеку из ненаучной среды не понять и половины того, что там написано. Настал момент, когда мне пришлось признаться себе, что мне мало науки и преподавания, я могу больше. Эта точка перехода была очень болезненной, но необходимой. Казалось бы, ученая степень уже есть, поступают предложения от кафедры, но я не чувствовала отклика, импульса. Для моей сути в этом нет жизни. И я ушла работать корпоративным психологом в томскую IT-компанию, оставив несколько часов преподавания.

Сейчас я безмерно благодарна этой организации. Здесь у меня получилось максимально раскрыть и реализовать свои профессиональные качества. В мой кабинет приходили с разным: выгорание, утраты, личные падения, разводы. Мы снимали психоэмоциональное напряжение сотрудника со «всех фронтов», и это давало реальные плоды. А потом сотрудники стали рекомендовать меня своим друзьям и близким — заработало «сарафанное радио». Примерно полгода назад я ушла оттуда, потому что «штанишки стали малы». Сейчас у меня

Каждый СОТРУДНИК — это ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ профессиональные ценности, МОТИВЫ и психологические ХАРАКТЕРИСТИКИ

личные консультации и проекты (честно, не люблю это слово, в нем нет жизни, но так как оно понятнее, то пока использую его), которые я называю своим психологическим творчеством. Рассказом о них мне и хочется поделиться.

Профессиональное выгорание и психомотивационный портрет

Когда я пришла работать в IT-компанию, у меня был четкий запрос: разобраться в специфике выгорания, но обернулось все куда интереснее. Я увидела, что каждый сотрудник — это индивидуальные профессиональные ценности, мотивы и психологические характеристики. Придерживаясь своего «портрета», сотрудник становится эффективным, но в случае отдаления от него скатывается в эмоциональное истощение при лучшем раскладе, а в худшем — в выгорание. Например, человек с ценностной ориентацией на служение будет регулярно терять мотивацию и уходить в истощение, если не будет видеть четкой линии: «Какую пользу приносит моя деятельность компании, другим людям?». Человек с ориентацией на интеграцию сразу же потеряет свою эффективность в работе, если она будет занимать большую часть времени, а другие важные сферы жизни (у каждого они свои) придется отложить на потом. Так появился психомотивационный портрет. Эту диагностику я провела более чем у 200 человек. Психомотивационный портрет позволяет понять, как именно тебе «конструировать» эффективную профессиональную деятельность. Для компании это возможность понять, как мотивировать и раскрывать потенциал конкретного сотрудника.

Книготерапия

Мой первый психолог — книга. Однажды я поняла, что это реальный и доступный рабочий инструмент работы над своим психологическим благополучием, который я несу сквозь года и который может помочь другим. Так я придумала книготерапию.

Книготерапия — психологическая групповая работа. До встречи участники читают книгу (психологическая литература). После мы собираемся в небольшой группе до 6 человек и на 4-5 часов уходим в практические психологические упражнения. На выходе все получают дневник книготерапии, благодаря которому могут повторить весь «сценарий» решения запроса.

Сейчас проходит книготерапия по книге Б. Уайнхолда и Дж. Уйнхолд «Освобождение от созависимости». В этой группе мы решаем запрос психологической зрелости. Когда она в дефиците, мы попадаем в созависимые отношения, мечемся в бесконечных поисках себя. По факту формирование психологической зрелости должно завершиться к 29 годам, но, как показывает практика, люди «застревают» в психологических мальчишках и девочках и после этого возраста. На книготерапии мы прокладываем «тропу» к взрослой сути каждого члена группы.

Исцеление внутреннего ребенка

Самое мое юное психологическое детище — группа «Исцеление внутреннего ребенка». Это цикл встреч продолжительностью 3-4 месяца. Наш внутренний ребенок отвечает за влюбленность в жизнь и нашу энергию. Но это прекрасное ощущение приходит к

нам только в том случае, если все его потребности закрыты. Например, вы были маленьким и вам предъявлялись требования не соответствующие возрасту: уберите квартиру, следите за младшими и т. д. В случае вашего отказа родители давали эмоциональную реакцию. В тот момент ваш раненый внутренний ребенок считал, что его не любят и не принимают. Во взрослом возрасте у такого человека будут постоянные дела и задачи, его будет преследовать ощущение «мне этого много», но он все равно будет продолжать так же выстраивать свою жизнь, пока не услышит заветные слова: «Я тебя люблю таким, какой ты есть. Тебе можно остановиться».

Я как психологическое творчество

В своей профессиональной деятельности я интегрирую разные психологические подходы, так как вижу в этом эффективность. Мне не интересно быть «костылем» на много лет для своих клиентов. Моя задача — наиболее безопасным и быстрым способом решить запрос. Я работаю с тремя уровнями: тело, сознание и бессознательное, используя инструменты телесно-ориентированной терапии, когнитивного подхода и арт-терапии. Моя политика такова: не человека встраивать в подход (инструмент), а подбирать подходящие инструменты под человека.

Мой роман с психологией привел меня к жизни других людей... Здесь моя суть.

Встречи с клиентами:
в очном формате — по адресу
ул. Никитина, 10, строение 1,
в онлайн-формате — [id54967211](https://www.instagram.com/id54967211)



тел. 8-923-408-61-18

СПОРТ → НОРМА ЖИЗНИ

В 2004 году Константин Синеглазов был среди тех, кто впервые увидел место, где в будущем должен был построен один из лучших за Уралом бассейнов. Когда в 2015 году его пригласили переехать в Томск из Новосибирска, чтобы развивать в Центре водных видов спорта «Звёздный» водное поло, он не раздумывая согласился. За несколько лет ему удалось создать замечательную команду, которая сегодня готова сражаться за звание лучшей в России среди юношей.

← КОНСТАНТИН СИНЕГЛАЗОВ

старший тренер сборной юношеской команды по водному поло Томской области, президент региональной общественной организации «Томская Областная Федерация Водного Поло»

← ДАНИИЛ МИРОНОВ

тренер сборной юношеской команды по водному поло Томской области.

ДАНИЛ АЛЕКСАНДРОВ
подвижный нападающий.

ДАНИИЛ ЧЕРЕПАНОВ
подвижный нападающий.

ТИХОН ХОМЯКОВ
вратарь.

ЛЕВ ЕНАЛИЕВ
вратарь

АРСЕНИЙ АНИСИМОВ
центральный защитник.

АЛЕКСАНДР КАРМАНОВ
центральный защитник.

ДЕНИС БАЗАЕВ
капитан команды, подвижный нападающий.

ДМИТРИЙ СЕМИПИЛЕНКО
центральный защитник.

НИКИТА ТЕРЕХИН
центральный нападающий.

МАКСИМ ФОЛЬМАН
центральный нападающий.

ДМИТРИЙ ШАШОВ
вратарь.

Сборная команды юношей до 16 лет по водному поло Томской области →

Денис Мазаев, капитан сборной Томской области среди юношей по водному поло

— На Первенстве России по водному поло среди юниоров, которое прошло в Томске в апреле, мы заняли 2-е место, проиграв команде из подмосковного Чехова. Да, это было обидное поражение, но оно позволило осознать: нам есть к чему стремиться. Призовое место дало возможность сыграть в июне на Спартакиаде учащихся в Астрахани — очень престижном мероприятии. В итоге мы получили возможность попасть на переходный тур в первую лигу — высший уровень водного поло, а также на получение первого взрослого разряда для спортсменов нашей команды. Сейчас наша задача — выиграть Первенство России по водному поло в сезоне 2022-2023. Команда максимально готова, все проблемные аспекты исправлены. Настроены на победу, максимально заряжены и подготовлены на то, чтобы занять первое место.

Даниил Миронов

— Когда водное поло пришло в Томск, наш первый тренер Константин Анато-

льевич Синеглазов набрал ребят 11-13 лет, среди которых был и я. Начинать с азав и спустя 2 месяца тренировок выступили на своих первых соревнованиях. Нас всех захватил шквал эмоций, было здорово, мы все радовались, что такой вид спорта появился в нашей области. Позже я три года отыграл в команде Ростовской области по водному поло, где набрался опыта для дальнейшей тренерской работы. Когда вернулся назад, уже сам, как тренер, стал помогать развивать в Томске водное поло. Заметно, что у молодежи есть интерес к нему. Мы работаем всегда только на результат. Главное — показать начинающему спортсмену, что он может многого добиться. Если у него глаза горят, мы все сделаем, чтобы этому человеку было комфортно, и он смог показать хороший результат в команде.

Константин Синеглазов

— Водное поло — очень зрелищная и захватывающая игра, которая аккумулирует в себе игровые виды спорта + циклические виды спорта + единоборства + виды спорта для развития мышления. И все это, что очень важно, происходит в водной стихии.

Мой профессиональный тренерский принцип — я никого не выгоняю из команды, даю раскрыться каждому. Если и уходят ребята, то только в команду мастеров.

Сегодня мы развиваемся и одерживаем победы во многом благодаря поддержке Департамента молодежной политики, физической культуры и спорта, Томской областной спортивной школы олимпийского резерва. Наш комплекс «Звёздный» — единственный за Уралом, где есть две чаши на 25 и 50 м. Это позволяет нам работать со спортсменами разных возрастных групп, реализовывать еще больше своих проектов, увеличивать число соревнований. Мы ориентированы все-таки на результат, на Первенство России, на то, чтобы вывести наш регион на самый высокий уровень — это главное. У нас есть потенциал.





Брейк — это свобода

Год назад группа «NewName» вышла в полуфинал танцевального шоу Первого канала «Dance Революция» и получила звездный статус. Но этот успех не мешает им развивать в Томске собственную танцевальную школу «Бит Бомбит», в которой уже более 400 учеников!



Дмитрий Титов, Андрей Бахтин, Владимир Ли — создатели и участники известной группы, руководители и тренеры школы брейка, с 2024 года включенного в программу Олимпийских игр. Говорим с ними о том, почему они решили создать собственный коллектив, что помогло выиграть битвы в шоу, что значит для них любовь к брейкингу и чем сегодня живет «Бит Бомбит».

— Ребята, история вашей школы началась с того, что однажды вы увлеклись танцами?

Дмитрий Титов: Мы с самого детства с ними связаны. Я с трех лет занимался народными танцами, у меня красный диплом хореографа. Как в три года вышел на сцену, так она и по сей день — мой «наркотик». Я — танцевальный наркоман! Зависим от сцены, эмоций, от зрительских аплодисментов, энергетики. Ребята тоже танцуют всю жизнь. Причем с Андреем Бахтиным знакомы с детства: учились в одной школе.

Андрей Бахтин: Наше детство пришлось на время, когда культура хип-хопа в Томске только зарождалась. Конечно, у нас были разные интересы — мы катались на скейте, прыгали сальтухи в снег. Изучали многое, причем опытным путем — интернета у нас не было. И огромной частью нашей жизни были танцы. Кто-то в футбол играл, кто-то за гаражами курил, кто-то с девчонками гулял, а мы тренировались, пропадали в зале, а когда у родителей не было денег платить за занятия, то отрабатывали движения на улице. На Кирова, где теперь «Космос», раньше были деревья, трава... Мы там тренили. Приходилось искать возможность незаметно оттачивать мастерство.

Дмитрий Титов: Нас спасали уроки физкультуры. Приходили в зал пораньше, на перемене, и начинали тренироваться, пока учитель не видит. Он нам запрещал такую самостоятельность, поскольку боялся травм. Ты на голове крутишься, а на нем — ответственность...

Владимир Ли: Я не понимал учителей. На переменах прыгать нельзя, а как праздник, тебя просят выступить, подготовить номер.

Андрей Бахтин: Мы стремились стать артистами и очень хотели попасть «в телевизор». И у нас получилось — мы выиграли приз зрительских симпатий в «Томских талантах», после этого нас заметила знаменитая группа «Юди». Они пригласили нас как коллектив, и мы 13 лет отдали этой дэнс-команде.

— Чем для вас стали эти годы?

Дмитрий Титов: Мы не только танцевали там, но и многое сделали для ее продвижения. Были тренерами, создателями новых программ, организовывали концерты, вече-



ринки, баттлы, мероприятия. Участвовали во всех передачах — «Вечерний Ургант», «Минута славы», «Britain's Got Talent», «America's Got Talent», побывали на шоу в Италии, Германии, Швейцарии, Китае... Видео с нашим английским номером собрало около 50 млн просмотров на ютубе.

Наша история в «Юди» закончилась после масштабных грандиозных туров в 2019 году. Конечно, расставаться всегда сложно, но, думаю, и опыт, и ошибки, которые допустили и наши наставники, и мы, в будущем всем поможет. Мы желаем ребятам только процветания. А в нашей жизни началась эпоха группы «NewName» и школы танцев «Бит Бомбит». Буквально через 5 дней набрали первых учеников. Верили, у нас все получится. Первый год было очень сложно: не было денег, туманное будущее... Боялись, что после большого взлета спустились на самое дно, еще и пандемия началась... Но, как оказалось, самый яркий рассвет после самой темной ночи. И вся жизнь как скалолазание — забираемся на гору, видим гору другую, повыше, только чтобы на нее забраться, сначала надо спуститься вниз...

В полуфинале на первом

— Когда дела пошли на лад?

Дмитрий Титов: Когда в 2020 году мы случайно увидели рекламу о кастинге на новое танцевальное шоу Первого канала и отправили туда заявку.

Владимир Ли: Мы ждали ответа, параллельно работали с детьми, постепенно забывая про проект. А в ноябре 2020-го внезапно получили ответ. У нас была неделя на подготовку номера, который мы сочинили за ночь до окончания срока, и в концертном зале ТГПУ минут за 30 сняли видео. Нам написали: «Ждем нас в Москве на кастинг».

Андрей Бахтин: Дальше началось самое сложное — надо было собрать деньги на поездку. На кастинг искали своими силами, потом нам помогли разные люди и Департамент по молодежной политике, физической культуре и спорту Томской области.

Дмитрий Титов: В передаче участвовало более 3000 артистов. Нашей задачей было пройти в проекте как можно дальше,



чтобы заработать себе новое имя... После того, как мы рассказали свою историю, у Первого канала появилась пиар-идея: в четвертьфинале мы сошлись в поединке с «Юди». Это было настоящее шоу и по словам жюри — энергетический взрыв! Обе команды показали себя хорошо, но мы были больше настроены на танец, на расслабление и вайб. Нам хотелось подарить зрителю наслаждение от номера. Думаю, нам помогла выиграть наша детская наивность, искренность, чистота. Проект дал нам известность как новой самостоятельной группе «NewName», открыл нам новые горизонты. В Томске наш успех привлек внимание, и нас стали приглашать выступать на многие мероприятия и в другие сибирские города.

Проект «NewName» стал для нас стартом в будущий танцевальный мир. Мы видим его как группу компаний, которая объединяет самых разных артистов. А сейчас мы снимаемся в кино. Фонд региональной поддержки кинематографа России третий месяц снимает документальный фильм о нас. Наши ролики популярны, у Дмитрия, участника нашей команды, более 50 миллионов просмотров.

Школа чемпионов

— Проект «NewName» живет параллельно со школой?

Дмитрий Титов: Да, «Бит Бомбит» существует с 2015 года. Ее учеников я тренировал лет с 5—7. Вкладывал в них душу, старался, чтобы они выступали на разных площадках, им шили костюмы, ребята выезжали в другие города. У детей большой танцевальный опыт. Сейчас мы входим в пятерку сильнейших школ в России, у нас есть перворазрядники... Наши Никита Перминов, Рада Шайдулина, Никита Мячин, Сергей Дейкин — чемпионы России, некоторые из них многократные победители,

занимающие первые и призовые места на турнирах разного уровня. А участников в соревнованиях бывает до 2 000 человек! Представляете, ребенок 14 лет должен их всех переиграть! Недавно Никита Перминов стал абсолютным чемпионом на всероссийском чемпионате по брейкингу в Казани. Изначально мы многое вкладывали в учеников, и теперь их результаты вдохновляют остальных наших воспитанников.

Владимир Ли: В нашей команде уже 14 сотрудников — администраторы, тренеры, помощники. В сентябре будет набор новых групп. Детей берем от 4 до 15—16 лет. Каждый возраст занимается отдельно. У нашей школы три филиала — на Котовского, в Зеленых горках и на Зональной станции, так что легко можно выбрать удобное расположение.

Дмитрий Титов: Для детей «Бит Бомбит» означает целый мир, где ежедневно что-то происходит! Мы ведем соцсети, ученики рисуют стикеры. В сентябре представим свой мерч — специальные шапки для вращения на голове, футболки с нашей символикой. Дети посещают вечеринки, участвуют в баттлах, мы ежегодно выезжаем на Алтай на танцевальные сборы, привозим опытных педагогов-чемпионов из Москвы, чтобы и дети, и мы получали опыт извне. Раз в году делаем отчетный концерт: в мае он прошел в ТГУ при полном зале. На сцену вышли более 200 юных танцоров и большой тренерский состав. Рассчитываем так завершать каждый учебный год.

— На новый сезон планы тоже насыщенные?

Андрей Бахтин: В октябре мы уже в третий раз делаем баттлы в ТЦ «Лето». В прошлый раз получилось круто — более 200 участников из семи городов, масштабное мероприятие на несколько часов. Велась прямая трансляция, все было организовано очень достойно. Еще мы мечтаем о большом туре по России.

— Если говорить про спортивную составляющую проекта — сборная Томска формируется на базе ваших ребят?

Дмитрий Титов: Я как член Всероссийской федерации танцевального спорта и акробатического рок-н-ролла по Томской области тренирую нашу сборную. Вместе с федерацией мы устраиваем чемпионаты, каждый год обязательно проводим Кубок и первенство Томской области, Кубок губернатора. На последнем первенстве танцевальный клуб «Бит Бомбит» взял 19 медалей, собрав почти все призы. Конечно, конкуренция в нашем виде спорта есть, и она растет. В том числе и из-за того, что мы задаем тренд. Все дети в Томске хотят танцевать, как ученики «Бит Бомбита».

— У вас ведь несколько танцевальных направлений?

Дмитрий Титов: Да, в нашей школе преподается брейкинг, а с этого года будет еще хип-хоп. В сентябре ждем девочек на кастинг нового направления «Бит Бомбит герлз», которое будем продюсировать основным составом нашей группы компаний. В рамках этой нашей деятельности мы снимаем клипы, записываем песни, затем выкладываем все это в интернет. Делали большие работы на День победы и на День защиты детей при поддержке администрации. Мы очень любим заниматься социальной деятельностью. Наша цель — вырастить звездочек с горящими глазами, воспитанных, талантливых, умных, образованных.

— К каким вершинам идете сегодня?

Дмитрий Титов: Цель «Бит Бомбита» — стать российской ведущей школой по брейкингу. Пока что мы не видим конкуренции.

Андрей Бахтин: У меня возникает ощущение, что мы бежим по лестнице и уже далеко оторвались от тех, кто сзади. Но впереди еще есть кого догонять... Воплотить задумку сложно, но реально. Я чувствую иногда груз ответственности. Ведь уже не только за свою семью отвечаешь, а за 400 ребят и 14 ребят в команде, которые верят тебе, идут за тобой. Это о многом говорит. Хотя пока мы плохие начальники — слишком добродушные. (Улыбается.)



Талант не главное

— В чем для вас главный кайф от танцев?

Дмитрий Титов: Думаю, танцы — это международный язык. Мы можем общаться на нем с кем угодно. Танцы — это страсть, которая дает тебе забыть о проблемах. Танцы — это антистресс.

Владимир Ли: Для меня — в свободе. В брейкинге нет рамок, не нужно знать конкретную технику, не нужен партнер — можно танцевать одному. Все зависит от твоих желаний. В процессе танца появляются идеи, ты придумываешь движения, потом оказываешь их детям на тренировках... Я занимаюсь танцами всю осознанную жизнь, с подростковых времен. Больше ничем не могу увлечься, я просто этим живу.

Андрей Бахтин: Почему я в детстве выбрал танцы, а не музыку, например? Думаю, брейк подходит тем, кто смотрит выступления и чувствует, что хочет так же круто уметь танцевать. Если показать ребенку брейк, и ему понравится, он захочет повторить — ему нужно на занятия. И талант — не главное. Когда есть желание, можно всему научиться.

— Есть ли у вас планы открыть филиалы в других городах?

Андрей Бахтин: Да, и уже понимаем, с какого города начнем. Но пока мы еще отлаживаем и тестируем систему занятий — ту, что позволит ребенку достичь результата. Когда все отработаем, будем масштабироваться.

Дмитрий Титов: Уже есть и инвестор, и те, кто хочет быть в нашей команде. Но сначала надо научиться грамотно, четко управлять тремя томскими филиалами.

Владимир Ли: Все мое время!

**Ул. Котовского, 19,
ул. Прибрежная, 36,
ул. Совхозная, 16,
тел. 8-913-111-22-30
битбомбит.рф**

ЗВЕЗДНЫЙ ЗОЖ

СЕКРЕТЫ МОЛОДОСТИ ГОЛЛИВУДСКИХ ЗВЕЗД

Глядя на некоторых знаменитостей, кажется, что ими был открыт эликсир вечной молодости. На деле же выясняется, что секрет их по-юношески точеных фигур до невозможного прост. Все они в свое время отказались от вредных привычек, сместив акцент на регулярные занятия спортом и правильное питание. Рассказываем о главных «зожниках» Голливуда, которые хорошей вечеринке запросто предпочтут внеплановую тренировку в зале.

Подготовила: Валерия Клименко

ГВИНЕТ ПЭЛТРОУ:
детоксы, йога,
силовые и кардио
нагрузки

■ ГВИНЕТ ПЭЛТРОУ

Умница Гвинет Пэлтроу всегда была приверженкой ЗОЖ, и сейчас ее жизнь играет всеми красками. Пятидесятилетняя актриса счастлива в браке со сценаристом Брэдом Фэлчком и активно развивает собственный лайфстайл-бренд Goop, посвященный здоровому образу жизни. Знаменитость не любит строгих диет и запросто может позволить себе бокал вина за ужином. Впрочем, именно поэтому, зная о своих слабостях, она часто устраивает себе разгрузочные дни и детоксы. Вот уже много лет Гвинет занимается со звездным тренером Трейси Андерсон, сочетая аэробную и силовую нагрузку в своих ежедневных тренировках. Если провести полноценное занятие не получается, Пэлтроу достает коврик для йоги и занимается растяжкой, а после отправляется в инфракрасную сауну. «Четкий распорядок дня и соблюдение режима - лучшее решение для сохранения красоты и молодости», - уверена голливудская блондинка.

■ ДЖАРЕД ЛЕТО

Сложно поверить, но голливудскому красавчику Джареду Лето в прошлом году исполнилось пятьдесят. Несмотря на статус рок-звезды актер и музыкант ведет весьма аскетичный образ жизни. Вот уже почти двадцать пять лет он является убежденным веганом, не пьет алкоголь и практически не употребляет



ДЖАРЕД ЛЕТО:
хайкинг,
скалолазание,
веганская
диета

Фото: 123RF



ДЖЕННИФЕР ЛОПЕС:
фитнес, танцы,
продукты,
ускоряющие
метаболизм

ет соль и сахар. В меню знаменитости преобладают полезные жиры растительного происхождения, бобовые и зерновые культуры, а также фрукты и овощи. Строгие диеты Лето не любит, поэтому может запросто себе позволить съесть веганский десерт на миндальном молоке.

Из активностей актер предпочитает хайкинг и велопогулки в окрестностях Голливудских холмов, а также скалолазание – главное, чтобы занятия проходили на свежем воздухе. Также Джаред большой поклонник йоги, которая помогает ему справиться с болями в спине после неудачного падения со скалы. Два года назад, незадолго до начала пандемии, Лето уехал на двенадцатидневный ретрит в одну из американских пустынь. Выйдя из медитации и впервые за все время поездки взявшись за телефон, он был шокирован произошедшими в мире переменами. Впрочем, последовавшая изоляция ничуть не смутила знаменитость, напротив, дала отличную возможность вновь уединиться, чтобы посвятить время собственному здоровью.

■ ДЖЕННИФЕР ЛОПЕС

«После пятидесяти жизнь только начинается» – уверенно доказывает всем своим примером Дженнифер Лопес. Выйти замуж за главную любовь своей жизни спустя двадцать лет после расставания? Легко, ведь в жизни звезды, кажется, действительно нет ничего невозможного. На следующий день после свадьбы с Беном Аффлеком в Лас-Вегасе с утра пораньше Джей Ло отправилась... в танцевальный класс, а следом выложила умопомрачительную рекламную кампанию, в которой она снялась полностью обнаженной.

Фигура пятидесятилетней знаменитости и правда восхитительна. Однако за нее Лопес платит высокую цену: ежедневные занятия танцами и спортом, помимо репетиций и выступлений, и строгая диета без мучного, кофеина и алкоголя с большим количеством белков и овощей. Диету для нее разработала нутрициолог Хейли Помра, сделав акцент на продукты, ускоряющие метаболизм. При этом сама звезда признается, что

Фото: 123RF



ДЖЕННИФЕР ЭНИСТОН:
велосипед, бокс
и гантели,
интервальное
голодание

иногда может побаловать себя блюдами любимой пуэрториканской кухни или кусочком пиццы. Потому что на утро все лишние калории будут бескомпромиссно сожжены в зале. Никаких чудес – одна лишь дисциплина и железная сила воли.

■ ДЖЕННИФЕР ЭНИСТОН

Звезда сериала «Друзья» никогда не пыталась перехитрить время. Просто она всегда внимательно относилась к своему рациону и не пренебрегала занятиями спортом. Больше всего актриса обожает прогулки на велосипеде, поэтому с утра, выпив стакан свежевыжатого сока сельдерея, отправляется кататься на побережье, либо садится

за велотренажер. Для пятидесяти-трехлетней Дженнифер ежедневная кардионагрузка – такой же ритуал, как и обязательно выпитые три литра воды в день.

Одной из своих самых проблемных зон Энистон называет руки, поэтому без силовых тренировок с гантелями и занятий боксом спортивная рутина звезды обходится редко. Что касается диеты, то периодически знаменитость прибегает к интервальному голоданию по схеме 16/8, шестнадцать часов из которых Джен пьет только воду и травяные чаи. В остальное время свой рацион она выстраивает, придерживаясь формулы 40-30-30, в которой 40% составляют углеводы, а остальное место отведено белкам и жирам. Таким образом идеальная тарелка знаменитости по

большей части состоит из овощей, круп, а также мяса или нежирной рыбы.

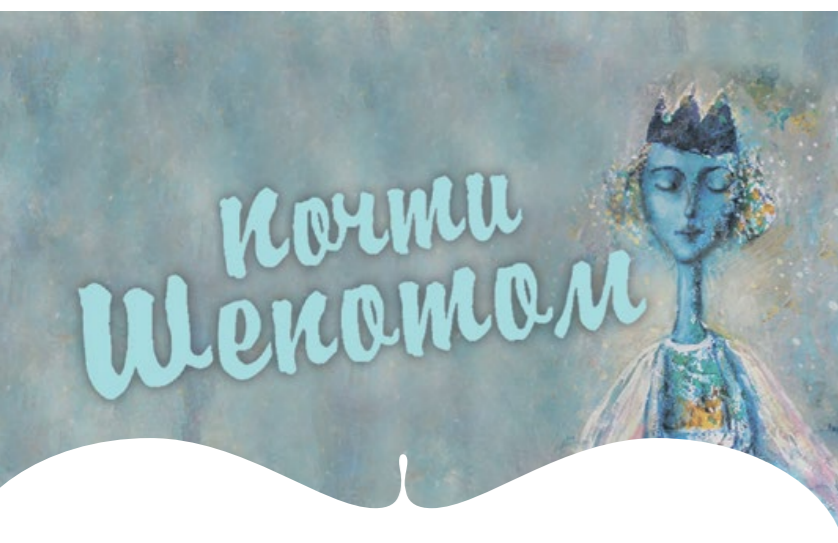
■ ТОМ КРУЗ

В этом году вечно молодому и самому спортивному актеру Голливуда исполнилось шестьдесят лет. В это действительно трудно поверить, особенно глядя на трюки, которые Круз до сих пор филигранно выполняет в кадре самостоятельно. Все дело в чередовании разных типов спортивной нагрузки: кардио и силовых тренировок, фехтования и скалолазания. «Чем чаще ты меняешь тип упражнений, тем активнее работают мышцы», – говорит актер.

Индивидуальную программу занятий для Тома разработал его давний друг Дэвид Бекхэм. Он же следит за рационом питания актера. В меню от именитого футболиста углеводы сведены к минимуму, зато преобладают овощи и мясо, приготовленные на гриле. И если сам спортсмен редко отказывает себе в бокале выдержанного красного вина, звезда боевиков уже много лет совершенно не употребляет спиртное.



ТОМ КРУЗ:
фехтование,
скалолазание,
полный отказ от
алкоголя



«Почти шепотом»

Читакль по мотивам рассказов Татьяны Толстой
Исполняют артисты: Татьяна Угрюмова, Лариса Окишева

5 сентября

Ресторанный комплекс «Бамбук»,
зал караоке-бара «Канарейка» (ул. Гагарина, 2)
Начало в 19.00 16+

Студия художественного слова

Мастер-класс актера, сценариста, педагога по публичным выступлениям и актерскому мастерству
Ильи Гваракидзе

11 сентября

Лаунж-зона Арт-бутика «Русский Шарм»
Начало в 15.30 16+

«Пегий пес, бегущий краем моря»

Читакль по одноименной повести Чингиза Айтматова
Исполняют артисты: Евгений Казаков, Татьяна Угрюмова,
Евгений Шевелёв

12 сентября

Камерный зал Томской областной филармонии
(пл. Ленина, 12 а)
Начало в 19.00 12+



«Николай Гоголь: две повести»

Литературно-театральный вечер
Исполняют артисты: Ирина Шишлянникова, Илья Гваракидзе

19 сентября

Ресторанный комплекс «Бамбук»,
зал караоке-бара «Канарейка» (ул. Гагарина, 2)
Начало в 19.00 16+



«Поэты и музы декаданса»

Беседа об искусстве с Ириной Малиновской

25 сентября

Ресторанный комплекс «Бамбук»,
зал караоке-бара «Канарейка» (ул. Гагарина, 2)
Начало в 15.00 16+



«Дачи»

Читакль по мотивам рассказов Михаила Жванецкого
Исполняют артисты: Евгений Казаков, Татьяна Угрюмова,
Евгений Шевелёв

26 сентября

Ресторанный комплекс «Бамбук»,
зал караоке-бара «Канарейка» (ул. Гагарина, 2)
Начало в 19.00 16+



Билеты:

Арт-бутик «Русский Шарм» (ул. Никитина, 99,
Модная галерея Antepima), тел. 8 (961) 098-19-33
Касса БКЗ, тел.: 8 (3822) 202-062, 202-072
Online: bkz.tomsk.ru

Партнеры мероприятий:

Ресторанный комплекс «Бамбук»; Арт-бутик «Русский Шарм»;
Театр-студия Натальи Корляковой; Союз театральных деятелей РФ
Камерный зал Томской областной филармонии (БКЗ, пл. Ленина, 12 а)

Информационные партнеры:

Журнал «Дорогое удовольствие»
Журнал «theMOCT»

Организаторы:

Арт-студия «Золотое Сечение»

Концерт Великолепный

История «Прощальной симфонии» Гайдна (по ходу ее исполнения сцену один за другим покидают все музыканты, кроме первой скрипки и дирижера) дала не только название концерту, но и определила его характер. В программу включены и другие известные музыкальные шутки композиторов Фучика, Шрайнера, Россини, Оффенбаха. Исполнители — Томский академический симфонический оркестр под управлением Владимира Дорохова, солисты филармонии.

11 сентября

Органный концертный зал, пр. Ленина, 75,
тел.: 20-20-72, 20-20-62
Начало в 18.00.
6+



Цветаева. Поэтическое наследие

Музыковед Вера Тимофеева представит абонементный цикл «Музыка и слово». Произведения Цветаевой и Сервантеса, Шукшина и Стругацких будут читать Ольга Радионова, Юрий Орлов, Андрей Колемасов и Евгений Шевелёв. Художественное слово будет дополнено музыкой Шумана, Скрябина, Рахманинова, Таривердиева, других авторов, народными мелодиями в исполнении артистов филармонии.

17 сентября

Органный концертный зал, пр. Ленина, 75,
тел.: 20-20-72, 20-20-62
Начало в 19.00.
12+



Орган в 4 руки

Лауреаты международных конкурсов Яна Юденкова (Иркутск) и Дмитрий Ушаков (Томск) разделит органную скамью, чтобы в четыре руки и четыре ноги исполнить произведения Баха, Филица, Штамма, а также органные транскрипции сочинений Моцарта, Чайковского и Свиридова.

18 сентября

Органный концертный зал, пр. Ленина, 75,
тел.: 20-20-72, 20-20-62
Начало в 19.00.
12+



BÖWE

немецкие химчистки



- Биочистка растительными бальзамами
- Химчистка, аквачистка и ручная чистка
- Бережная чистка меха и шерсти
- Чистка интерьерного текстиля
- Чистка подушек и одеял
- Чистка обуви

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

Доставка - заберем и привезем готовый заказ.

Бесплатная доставка распространяется на заказы от 2000 руб.
В остальных случаях ее стоимость составляет 150 руб.
Подробности уточняйте по тел. 42-40-98

Подробности проведения акций узнавайте в сообществах
«Химчистка BOWE»

Рок в симфоническом исполнении

В программу «Мировые рок-хиты» вошли легендарные композиции Scorpions, Nirvana, Muse, Pink Floyd, Doors, Queen, AC/DC, Metallica, Deep Purple, Led Zeppelin, Rolling Stones, Bon Jovi и многие другие. Невероятная энергетика музыкантов, высокий профессиональный уровень исполнения, неподражаемая манера общения с залом стали отличительными чертами IP Orchestra под руководством Игоря Пономаренко

24 сентября

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а,
тел.: 20-20-72, 20-20-62
Начало в 19.00.
12+



Мюзикл «Холодное сердце. Зачарованный лес»

Анна, Эльза, Кристоф, его верный олень Свен и никогда не унывающий снеговик Олаф должны будут покинуть уютное королевство Эренделл и отправиться еще дальше на север, в путешествие, которое приведет их к истокам древних легенд и поможет раскрыть тайны, касающиеся прошлого их родной страны. Спектакль наполнен песнями, танцами, объемными декорациями и современными технологиями.

10 октября

Центр культуры ТГУ,
пр. Ленина, 36,
тел.: 52-98-97, 710-900
Начало в 19.00.
0+



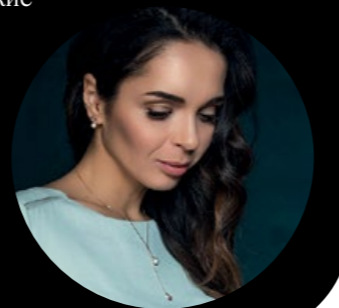
231 ГОД НАЗАД (1791) В ГОРОД ПРИБЫЛ РУССКИЙ ПИСАТЕЛЬ АЛЕКСАНДР НИКОЛАЕВИЧ РАДИЦЕВ, АВТОР КНИГИ «ПУТЕШЕСТВИЕ ИЗ ПЕТЕРБУРГА В МОСКВУ», НАПРАВЛЯВШИЙСЯ В ССЫЛКУ В ИЛИМСК.

Stand-концерт «Лично»

«Лично» — это прежде всего взгляд комика Юлии Ахмедовой на самые разные, порою табуированные в обществе, темы. Это проблемы, события, истории, которые точно стоит услышать и над которыми стоит подумать. Раздвигать границы, снимать запреты, затрагивать самые «неприличные» вопросы. Естественно, не останутся без внимания и женские проблемы. Говорить о них необходимо не только с женщинами, но и с мужчинами.

29 сентября

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел.: 20-20-72, 20-20-62
Начало в 19.00. 18+



Симфония менестрелей-2

Продолжение совместного проекта Дома культуры «Томский перекресток» и Томской филармонии. Предлагаемый концерт продолжит традицию бардовско-симфонических вечеров, которые неизменно пользуются популярностью в университетском Томске. В программе: песни Никитина, Визбора, Окуджавы, Кима, томских авторов.

25 сентября

Большой концертный зал, пл. Ленина, 12 а,
тел.: 20-20-72, 20-20-62
Начало в 18.00. 6+



Театр балета Юрия Григоровича

Любителей балета приглашают на незабываемое представление — спектакль «Лебединое озеро», посвященный 95-летию народного артиста СССР, лауреата Ленинской и государственной премий, героя социалистического труда, академика Ю. Н. Григоровича.

7 октября

Большой концертный зал, пл. Ленина, 12 а,
тел.: 20-20-72, 20-20-62
Начало в 19.00. 6+



Давным
давно

Максим Аверин на сцене Драмы

Авторский моноспектакль «Научи меня жить» обещает расширить представление зрителей о возможностях и таланте этого замечательного артиста. Это спектакль, в котором Актер остается один на один с публикой и открывает свою душу в этом диалоге. Максим Аверин из тех артистов, кто ведет за собой зрителя, находя в нем искреннего слушателя и собеседника. Убедительная и положительная энергия, излучаемая Актером, дарит Вдохновение и Мечту, проникая в самое сердце.

3 октября

Томский театр драмы, пл. Ленина, 4,
тел.: 710-900, 906-837
Начало в 19.00. 12+



Диана Арбенина и «Ночные Снайперы»

Долгожданный концерт Дианы Арбениной и группы «Ночные Снайперы» с новой большой программой «Кислород» в Томске. Ее сердце бьется в ритме рок-н-ролла! Ее энергия заряжает сотни тысяч людей по всему миру. Ее песни дышат воздухом, наполняют легкие музыкальным кислородом. На сцене прозвучат любимые снайперские песни разных лет и, возможно, не обойдется без премьер.

19 октября

Дворец Зрелищ и Спорта,
ул. Красноармейская, 126, тел. 710-900
Начало в 19.00. 16+



Встречаемся на «Диско 90-х»

Суперфестиваль популярной музыки «Диско 90-х» представляет лучшее из золотой коллекции хитов 90-х и 2000-х годов. Одно из главных музыкальных событий теперь и в Томске. Участники фестиваля — «те самые» исполнители и участники коллективов, покоровшие нас. Страна в едином порыве подпевала и до сих пор подпевает их хитам, когда-то стремительно ворвавшимся в чарты.

14 октября

Дворец Зрелищ и Спорта,
ул. Красноармейская, 126, тел. 710-900
Начало в 19.00. 12+

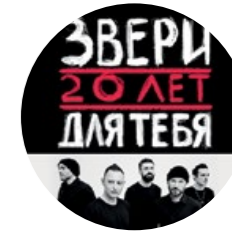


Юбилейный тур группы «Звери»

За два десятилетия «Звери» закрепились на сцене как группа, объединяющая поколения. Неизменно искренняя музыка и яркая живая подача возвращаются единой энергией тысяч голосов, вторящих любимым песням. Эти эмоции стоит пережить лично! Зрителей приглашают вновь прожить 20 лет за два часа мощного юбилейного шоу со всеми хитами из 12 альбомов группы!

10 октября

Дворец Зрелищ и Спорта,
ул. Красноармейская, 126, тел. 710-900
Начало в 19.00. 12+



«Калинов мост»

17 альбомов невероятно душевного блюза и фолка, впитавшего в себя всю сибирскую мощь, светлую мелодику и красоту русского языка — основной лейтмотив юбилейного вечера. Композиции — от «Выворотня» и «Пояса Ульчи» до «Сезона Овец» и «Даурии» — позволят почувствовать непередаваемые эмоции и атмосферу на живом концерте. Поклонников русского рока ждет действительно уникальный, масштабный и одновременно теплый концерт, который невозможно пропустить!

7 октября

Центр культуры ТГУ,
пр. Ленина, 36, тел.: 52-98-97, 710-900
Начало в 19.00. 12+



«Супермодель Сибири 2022»

28 августа в Томске состоялся финал регионального отборочного тура детского конкурса красоты, моды и таланта «Супермодель Сибири 2022». 25 участниц боролись за главный приз — поездку в Москву на всероссийский конкурс красоты. Выход в футболках, спортивный, бальные платья и оригинальный танец «Стиляги» — все это ребята продемонстрировали перед жюри и многочисленным залом зрителей. Ведущий мероприятия — Николай Васильев (Москва) оценил финал конкурса и подготовку детей на высшем уровне. Первое место в своих категориях заняли: Ульяна Кириленко (с. Зырянское), Валерия Артёменко (г. Томск), Анастасия Пятелева (г. Томск), Маргарита Карепина (г. Юрга), Софья Максимова (г. Томск). Гран-при конкурса — Валерия Артёменко.

Организатор:
модельная школа Mak Kids,
ул. Красноармейская, 101 а,
тел. 977-838



Размер имеет значение



ВАЛЕНТИНА БОГАЧЕВА

Одних пугают большие романы. Другие не любят рассказы за то, что они слишком коротки. Третьи, такие как я, считают себя всеядными и с одинаковым удовольствием читают и то, и другое. К какому типуажу относитесь вы?

В нашем стремительном и информационно перегруженном мире взяться за чтение толстого романа — немного подвиг, потому что, когда пересчитываешь потраченные часы на количество дел, которые можно было бы сделать за это время, становится неловко. Чтение вообще стало роскошью, доступной лишь тем счастливицам, которые могут найти в своем расписании место для подобного досуга.

За последнее время я прочитала лишь две больших книги — пятисотстраничный роман «Кокон» китайского писателя Чжана Юэжана и восьмисотстраничный фантастический роман «Гномон» Ника Харкуэя. И да, вынуждена признать, что эти истории не могли быть рассказаны в меньшем объеме. Чтобы раскрыться, создать свою уникальную атмосферу, погрузить читателя в описываемый мир, дать почувствовать героев — нужно пространство.

Это не значит, что автор не способен донести свою идею коротко и сжато. Например, для меня вся суть «Кокона» заключена в одной лишь фразе из этой

книги: «Память всегда кроит прошлое так, как ей угодно, а моей памяти больше по душе страдания». Но чтобы оценить глубину и трагичность этого высказывания, мне понадобились долгие часы на знакомство с героиней и ее реальностью.

Иное дело — рассказы. На них и время найти проще и удовольствие от них получить легче.

Рассказы чаще всего придерживаются старого доброго маркетингового правила: один текст — одна идея. Хороший рассказ, как чашка кофе, имеет мгновенный эффект — концентрированный заряд эмоций прямо в мозг (душу или сердце — нужное подчеркнуть). Да, ты не успеваешь осмотреться в мире рассказа, герои редко становятся тебе «своими в доску» просто потому, что ты проводишь с ними не так много времени, но по западанию в душу рассказы вполне могут составить конкуренцию большим формам.

В современной отечественной малой прозе немало новых ярких имен — Ксения Букша, Алла Горбунова, Евгения Некрасова.

Расскажу про Некрасову, потому что испытываю невероятную слабость к ее текстам. В 2019 у Евгении вышел сбор-

ник рассказов «Сестромам. О тех, кто будет маяться», а в 2021 — «Домовая любовь». Обе книги издала «Редакция Елены Шубиной» и здесь хочется отметить не только работу автора, но и редакторов, которые скомпоновали рассказы столь чудесным образом, что, имея индивидуальную ценность, все вместе они создают особую гармонию.

Главное, что объединяет все эти рассказы — удивительный язык. Евгения Некрасова как-то совершенно невероятно обходится с тем нашим привычным родным языком, который всегда балансирует на грани нервного срыва (как говорит Максим Кронкауз). Пугаясь в неологизмах, как в слишком быстро выросших конечностях, и уходя вены, сосудами и артериями в глубокую фольклорную тьму, текст Некрасовой настолько живой и дышащий, что становится страшно и радостно.

Если вы давно ничего не читали в суете повседневности — попробуйте взять какой-нибудь сборник рассказов. Не отнимая много времени, они позволят вам прикоснуться к иной реальности и почувствовать биение жизни, которое мы часто упускаем в обычной жизни.

Рецензии на книги можете
прочитать здесь:



АНГЛИЙСКИЙ И КИТАЙСКИЙ

для взрослых
и детей от 3 лет

*«Я знаю, что вы делали прошлым летом...»
Название фильма в оригинале звучит немного
не так, ну, так и фильм «про ужасы»,
а мы здесь «про жизнь».*

Сейчас с этими новыми технологиями так удобно — телефон или соцсети сами напоминают нам о том, что мы делали год или два назад. «Посмотри этот день!». И ты смотришь. Где ты, какой ты (боже, какая смешная челка) и кто с тобой был тогда.

И это так интересно и часто неожиданно. И еще хорошая психологическая практика. Ведь сами мы часто забываем о том, что с нами было, о чем мы думали, переживали и мечтали еще несколько лет назад. А здесь наглядное напоминание — и ты видишь, как всё изменилось. И еще неизбежно изменится. Так что лично от меня — спасибо! Очень помогает остановиться, зафиксировать момент, вспомнить о прошлом и подумать о будущем.

Но я точно знаю, что я делала прошлым летом. Точнее, в августе и затем в плавно перетекающем из него сентябре. Я возила родителям передачи в ковидарий. Потом отмечала свой день рождения. А потом провожала маму в последний путь. Между днем моего рождения и датой ее смерти пролегал всего один день. Как там у Юрия Антонова? «От печали до радости рукою подать...». К сожалению, от радости до печали тоже совсем близко. И об этом не стоит забывать.

И даже если я не захочу смотреть фото того сентября — пусть телефон напомнит. Ведь горе и слезы, скорбь и принятие — тоже часть нашей жизни, часть человеческого существования. Только проходя через чередование черных и белых полос, тьмы и света, счастья и несчастья, ты начинаешь острее чувствовать целостность этого мозаичного мира. Где всё, как в круге «инь-ян» неразрывно взаимосвязано. И ярче смотрится, и лучше видится именно на контрасте.

И где все проходят этот путь познания — двух сторон медали, лицевой-изнаночной, внутренней и «наружи». Ведь не существует одного без другого, так уж это все придумано и устроено.

А пройдя испытания, ты становишься мудрее и сильнее. И ценишь каждый момент в данной точке пространства



ГАЛИНА ЗАВГОРОДНЯЯ
gzarogorodnyaya

данного отрезка твоей жизни. В этом несовершенном, несправедливом, но твоём реальном мире.

Правда, говорят, что есть еще и параллельные, возможные, лучшие. Кстати...

В юности у меня был любимый писатель, наш томский фантаст Виктор Колупаев. Потрясающий, тонкий, философский, не хуже Брэдли. И у него есть прекрасное произведение «День как год». Двенадцать героев, двенадцать

историй, двенадцать месяцев... Новелла «Сентябрь» рассказывает про встречу с женщиной, которая приходит на один день сюда из другого мира, одного из многих возможных миров, и рассказывает о нем. Там все так, как не получилось, не родилось, не состоялось здесь у героя. Вот только уходя в тот прекрасный мир, даже на минуточку, ты исчезаешь навсегда. Герой на это решился. Такая вот новелла. Светлая, но печальная.

И недавно, перечитав эту книгу, я подумала, что мы ведь можем и должны создавать здесь свой «возможный» мир. Отбросив страхи и просто начав делать то, к чему лежит душа.

Как, например, сделали мы, запустив проект «Арт-завтраки». Планировалось развлечение на сезон, наряду с традиционными летними верандами, опен-эйрами и шпритцем-апероном. А оказалось, что здорово и нравится! И что моя несбывшаяся профессия телеведущей вдруг реинкарнировалась в ведущую этих встреч! И что можно и нужно продолжать — и грядущей промозглой осенью, и нашей архидолгой зимой.

И пусть то, что мы делали этим летом, напомнит в следующем году телефон или соцсети. Я с удовольствием посмотрю фото — потому что это было ярко, интересно и с душой. Или с грустью посмотрю то, что было трагическим летом два года назад. Тоже пусть.

Потому что всё это — часть жизни. Всё.

Мы ведь можем и должны создавать
здесь свой «ВОЗМОЖНЫЙ» мир.
ОТБРОСИВ СТРАХИ и просто
начав делать то, к чему лежит душа

LOOK & Style*

СОБЛАЗНИТЕЛЬНА И СВОБОДНА

Российский бренд YOU WANNA представляет дерзкую капсулу-манифест: придерживаясь своего ДНК и следуя современным тенденциям, бренд заявляет о праве женщин демонстрировать свою сексуальность без осуждения общества. Платье из мелкой сетки может стать как самостоятельным смелым предметом гардероба, так и идеальным дополнением к образу. Смелое «мини», в свое время совершившее революцию в контексте принятия себя, подчеркивает сексуальность в новом прочтении. Сегодня YOU WANNA заявляет, что женщина может быть настолько сексуальной, насколько она хочет, а ее женственность — символ силы и свободы.

-ОБРАЗ И СТИЛЬ



ВРЕМЯ ОТКРЫТИЙ

СПОРТ-ШИК, БЕЛЬЕВОЙ СТИЛЬ, КРЕАТИВНЫЙ ДЕНИМ И БРУТАЛЬНАЯ КОЖА: ЯРКИЕ НОВИНКИ ОСЕННЕЙ МОДЫ – ДЛЯ ТЕХ, КТО УВЕРЕННО ШАГАЕТ В НОГУ СО ВРЕМЕНЕМ И ПОСЛЕДНИМИ ТЕНДЕНЦИЯМИ.

Подготовила: Анастасия Калугина



VITACCI



GIVENCHY



GENNY



BOTTEGA VENETA



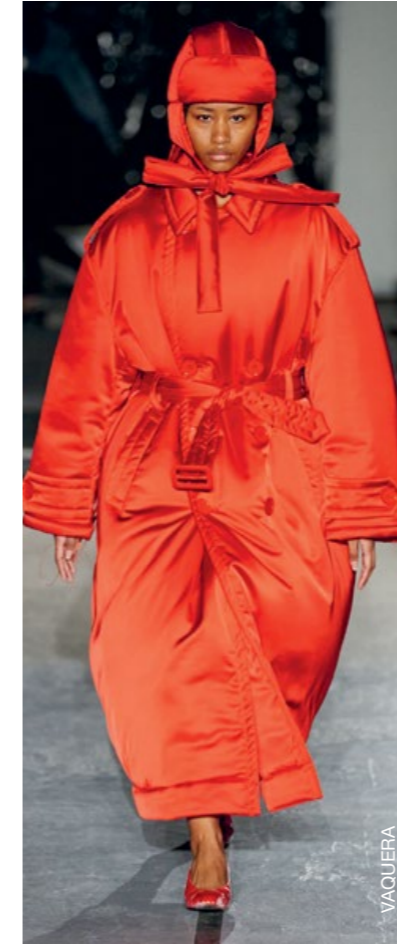
COURTESY



ISABEL MARANT

ХОД КОРОЛЕВЫ

Чем выше, тем лучше – новая мантра этого сезона, которую неустанно повторяют дизайнеры. Ботфорты – облегающие и с широким голенищем, из замши и глянцевой кожи – претендуют на статус главного приобретения сезона. Стилизовать такую обувь стоит с оглядкой на 1960-е – например, с водолазкой и юбкой-трапецией вроде тех, что носила Твигги в эпоху свингующего Лондона.



VAQUERA



DION LEE



ALBERTA FERRETTI



AMBUSH



ELIE SAAB



LOEWE



CASABLANCA



ALBERTA FERRETTI

ВЗЯЛИ ВЕРХ

Скрытность, конечно, не порок – особенно в случае тех, кто претендует на звание звезды стритстайла. Примерив уютное и теплое пальто длины макси, вы уже не захотите расстаться с ним никогда. Тем более, что с приходом холодов в этом нет необходимости. Модели на запах, напоминающие уютное одеяло, и версии с отделкой из цветного меха оценят и знатоки последних трендов, и те, кто отдает предпочтение небанальной классике.



OSCAR DE LA RENTA



ZIMMERMANN



MATICEVSKI



SAINT LAURENT



ALAYA

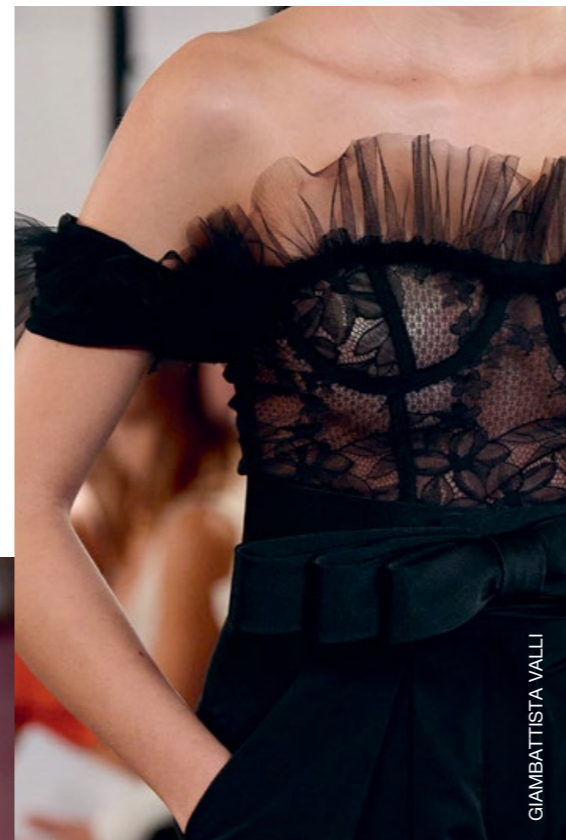


ACT №1



GIVENCHY

ANNAKIKI



GIAMBATTISTA VALLI



CHRISTIAN SIRIANO

СЕБЯ ПОКАЗАТЬ

Из элемента нижнего белья корсет превратился в самостоятельную часть гардероба. Среди объектов желания, за которыми модницы уже открыли охоту, есть и полупрозрачные, и с драпировками, и атласные модели в духе Мадонны времен альбома Like a Virgin. Носим в паре с джинсами с высокой талией – и никого на свете не стесняемся.



ROZIE CORSETS

MUNIQUE

MUNIQUE

ДЖИНСУЮТ ВСЕ

Дизайнеры подхватили повальное увлечение хенд-мейдом. Джинсы – с асимметричными вырезами и рваной отделкой, украшенные бусинами или объемными воланами – станут надежной арт-инвестицией в гардероб, а заодно и вдохновят на новые творческие подвиги - не только вас, но и окружающих.



CHRISTIAN DIOR



MAISON MARGIELA

BLCV

LIKE YANA



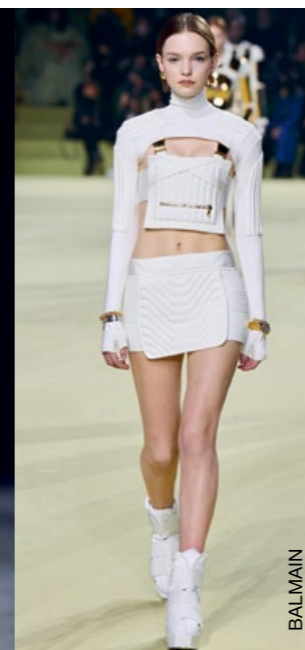
DIESEL

GIVENCHY

MSGM



BLUMARINE



BALMAIN

КОРОТКО И ЯСНО

Впервые мини-юбки завоевали популярность в 1960-е. Принято считать, что пальму первенства в их изобретении делят Андре Курреж и Мэри Куант. В этом сезоне дизайнеры заново влюбились в интригующе короткую длину: версии, плотно сидящие на бедрах, плиссированные, как у модных студенток, или модели-кольчуги, расшитые пайетками, украшают не меньше скромности.



ALEXANDER WANG

NEW ARRIVALS

BOTTEGA VENETA

LOOK&Style ОБЗОР



JONATHAN SIMKHAИ

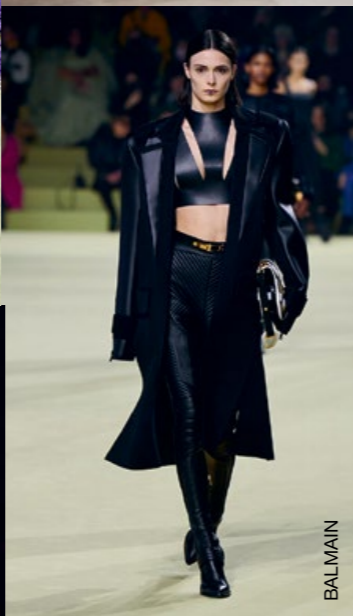
BALENCIAGA



BOTTEGA VENETA



ALEXANDER MCQUEEN



BALMAIN



CHANEL

БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера

MEHICO
ЭКО-ШУБКИ И ПАЛЬТО



BOTTEGA VENETA



CHRISTIAN SIRIANO

PARIS GEORGIA



CHLOE

BOTTEGA VENETA



КОЖАНЫЙ САЛОН

Дело главного поклонника кожи Клода Монтаны живет и побеждает: отныне из этого материала шьют буквально все – от элегантных двоек и платьев длины миди до пальто, как у героев «Матрицы». Последние ассоциируются одновременно и с классикой, и с киберпанком. Осталось определиться с выбором подходящей ролевой модели – отличница из «Сколково» или гостя из будущего.



ЭКО-ШУБКИ, КОТОРЫЕ ЛЮБЯТ
ВСЕЙ ДУШОЙ

ТЕПЕРЬ НА БЕЛЕНЦА, 9/1



БКЗ МИР
ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера

АЛЕКСАНДР ВАСИЛЬЕВ ЖЕНЩИНЫ В МОЕЙ ЖИЗНИ

Премьера моноспектакля

14 НОЯБРЯ В 19.00
БКЗ
ТОМСКОЙ ОБЛАСТНОЙ
ФИЛАРМОНИИ



FASHION REBELS



YOU WANNA

НА ЗАРЯДКУ СТАНОВИСЬ

Короткие облегающие платья, брюки с лампасами, топы и козырьки с легкой руки дизайнеров прошли основательную «переподготовку». Носим их не только для того, чтобы продемонстрировать приверженность к активному образу жизни, но и в качестве повседневной униформы – в сочетании с босоножками на каблучке.



AKHMADULLINA
DREAMS

BEADED
BREAKFAST



TENDANCE

Билеты: kassy.ru
кассы БКЗ
online.bkz.tomsk.ru

РУССКИЙ ШАРМ
ART БУТИК

ante prima
МОДА НА ТАРЕЛКЕ

ЖУРНАЛ
ДОРОГОЕ
УДОВОЛЬСТВИЕ В ТОМСКЕ

МОСТ

TENDER FLAME*

На Мелиссе:
платье *Neo Thongchat
Chinnabut*

* НЕЖНОЕ ПЛАМЯ

ФОТОГРАФ: Патрик Стейнхаус / *Patrick Steinhaus*
АРТ-ДИРЕКТОР: Яна Абрамова / *Yana Abramova*
ЛОКАЦИЯ: UNESCO World Heritage Site Zollverein Welterbe – Mischanlage
СТИЛИСТ: Эда Дасделен / *Eda Dasdelen*
МЕЙК-АП: Алина Фейсарт / *Alina Faceart*, Элла Суй / *EllaSiou*
СТИЛИСТ ПО ВОЛОСАМ: Прейс Ияну Фейшайо / *Praiselyanu Feiyshayo*
МОДЕЛИ: Яна Абрамова / *Yana Abramova*,
Найроби Рамирес Родригез / *Nairobi Ramirez Rodriguez*,
Мелисса Хоршемер / *Melissa Horchemer*,
Латифа Мария Муамбила / *Latifah Mariah Muambila*



На Латифе:
жакет *Neo Thongchat
Chinnabut*

На Яне:
юбка *Modessa*,
блуза *Cherry&Koko*

На Найроби:
платье *Neo Thongchat
Chinnabut*



На Яне:
юбка *Lea Pozzi*



На Мелиссе:
юбка и пояс *Neo
Thongchat Chinnabut*,
блуза *Lea Pozzi*

На Найроби: платье *Neo
Thongchat Chinnabut*



**Патрик Стейнхаус
(Patrick Steinhaus),
фотограф,
Германия**

Его первой камерой был советский «Зенит», подарок деда на 10 лет. С тех пор он не расстался с фотографией. Проявлял черно-белые снимки в темной комнате и с грустью думал о том, что юность его деда тоже была черно-белой.

«Зенит» у Патрика украли на вокзале в Лиссабоне. Вместе с ним ушла и аналоговая эпоха. На новую, теперь уже цифровую, камеру Патрик стал снимать ежедневно. «Тем, кто родился в цифровую эпоху, не понять, что раньше это было невозможно – делать неограниченное количество снимков! Съемка в таком режиме тренирует глаз, чувство перспективы».

Другой его страстью всегда была музыка. «Я прожил несколько жизней, – говорит Патрик, – играл на гитаре в рок-группе, изучал право и философию, думал об академической карьере, но решил все же заниматься искусством. Изучал классическую гитару в Университете Искусств в Эссене, работал музыкантом, ди-джемем, ивент-менеджером».

Его стиль в фотографии – абсолютная творческая свобода. «Мне нравится проснуться с какой-нибудь безумной идеей и заразить ею людей, готовых все это воплотить. Нравится работать с моделями – яркими, грациозными. Я ищу современную, сильную, свежую, уверенную в себе женственность».

Располагая всеми техническими возможностями современных студий, Патрик Стейнхаус предпочитает работать с естественным светом. «Обычно я уже все отснял и могу идти пить пиво, пока коллеги устанавливают все свои технологичные примочки», – смеется Патрик.

Он интеллектуал с отличным чувством юмора, отец двоих малышей, которых считает своим самым большим достижением в жизни.

Для этого номера Патрик Стейнхаус снял красивую и чувственную историю Tender Flame.

Боди *Neo Thongchat Chinnabut*,
юбки *Lea Pozzi*





РУССКИЙ СТИЛЬ

В специальной коллекции сезона Fall-Winter 2022/23 AKHMADULLINA обращается к своей ДНК-теме – русскому костюму. Суперобъемные силуэты, пикселизированная вышивка крестиком в карамельных оттенках, техники стежки и лоскутного шитья, теплые вязаные фактуры и фирменные принты бренда, элементы которых прорисованы в объемной 3D-технике. Основательница бренда Алена Ахмадуллина уверена, что традиции продолжают жить, когда они интегрированы в повседневность, а не существуют в формате музейных экспонатов.

БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера

КОЛЛЕКЦИИ / ЛИЦА / БЕСТСЕЛЛЕРЫ



СПОРТ И ГОРОД

Коллекция Bikkembergs сезона осень-зима 2022 предлагает новый взгляд на мир спорта и демонстрирует смелую элегантность – городской образ здесь создают силуэты и детали, вдохновленные спортом. Бренд продолжает идти по пути экологичности, выбирая волокна из органического хлопка. В новом сезоне также анонсировано сотрудничество с известным иллюстратором Паоло Кастальди, который создал два динамичных спортивных принта для бренда. Эти работы идеально отражают сильную мужскую эстетику Bikkembergs, поэтому они украшают рубашки, толстовки и футболки.



РИМ ВДОХНОВЛЯЕТ

Вдохновением для осенне-зимней коллекции бренда Pal Zileri стал Рим, «вечный город», с его богатством оттенков и вибраций. Главным героем коллекции стал костюм, который может быть непринужденно элегантным, если носить его без галстука и сочетать с рубашками из мягкого джерси. Легендарная модель верхней одежды Oyster Jacket представлена в коллекции в версии бомбера. А запечатлел элегантное путешествие Pal Zileri по Риму фотограф Стефано Галуцци, который в течение нескольких сезонов раскрывает концепцию бренда Effortless Attitude («Непринужденный подход»).



МОДА КАК ИСКУССТВО

Каждая коллекция молодого российского бренда ZOTEME — оммаж определенному художнику. В новой арт-капсуле FRAGMENT K основательница бренда Оксана Зиненко переосмысливает творчество Василия Кандинского, взяв любимый элемент живописной азбуки художника — прямую, вокруг которой вьется волнистая линия. В основе капсулы лаконичная одежда из натуральных материалов, идеально вписывающаяся в концепцию work-life balance. Изделия коллекции легко комбинируются между собой, поддерживая тенденции разумного потребления и принципы капсульного гардероба вне времени.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



«Сразу несколько “ключей молодости” лежат в компетенции врача-эндокринолога. Продление активного периода жизни человека, сохранение в нем здоровья, энергии, успешности — буквально все зависит от этого специалиста».

ОЛЬГА
АБАКУМОВА
врач-эндокринолог

Центр междисциплинарной медицины
«Медкабинет»
пр. Ленина, 127, тел. 8-909-538-14-35
dr.abakumova_olga

- Заболевания щитовидной железы
- Сахарный диабет
- Проблемы, связанные с ожирением и лишним весом
- Остеопороз и дефицит витамина D
- Синдром хронической усталости и проблемы, связанные с дефицитами витаминов и минералов



Отправляясь в новое путешествие, не забудьте положить в чемодан средства из нашего обзора. Сочные бальзамы для губ, освежающие мисты и спреи, солнцезащитные кремы и красочные палетки для макияжа. Все для того, чтобы начало осени было расцвечено самыми яркими впечатлениями и незабываемыми моментами.

Бархатный сезон

ВСЕ КРАСКИ РАДУГИ

Бальзам для губ - незаменимый атрибут в любое время года. Продлить летнее настроение помогут разноцветные стики французского бренда LAINO. Черная смородина, малина, яблоко, гранат и земляника - вот лишь некоторые из сочных оттенков, которые раскрываются на губах едва уловимым сиянием. Приятный бонус - ухаживающая формула на основе пчелиного воска, экстракта календулы и масла карите с защитным UV-фильтром в составе.



НА СТРАЖЕ МОЛОДОСТИ

Идеальный городской санскрин в формате ампул можно найти в ассортименте испанской лаборатории MartiDerm. Средства линии «Протеос Гидра Плюс SP» входят в гамму THE ORIGINALS и представляют собой высокоэффективные сыворотки, которые увлажняют и восстанавливают жизненную энергию кожи. Благодаря фактору-защиты SPF 10 продукты качественно отражают ультрафиолетовое излучение, помогая предупредить появление пигментации и мимических морщин.



ICE ICE BABY

Идеальный финал насыщенного дня - расслабляющая ванна и легкий массаж для ног. Охлаждающий гель Puressentiel снимает ощущение тяжести и приятно освежает кожу, стимулируя кровообращение. В состав продукта вошел микс из семнадцати эфирных масел, в числе которых мята, кипарис, розмарин и лаванда. Средство отлично справляется с отеками после длительных перелетов, поэтому может стать незаменимой вещью в дорожном чемодане.

КРУГОСВЕТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

По-летнему яркие и красочные палетки ESSENCE были вдохновлены тремя знаменитыми городами. Welcome to MIAMI искрится смелой фуксией и неоново-бирюзовым, предоставляя бескрайний простор для экспериментов с макияжем. Дымчато-розовые оттенки собраны под крышкой палитры benvetuti а ROMA, вдохновленной закатами над старинными домами Вечного города. Палетка welcome to LONDON объединила королевский синий и красный с мягкими нюдовыми акцентами, напоминающими о лондонском тумане.



ГАВАЙСКИЙ МОТИВ

Название новой уходовой линии бренда Sesderma с гавайского можно перевести как «спасибо». Все потому, что обезвоженная кожа будет бесконечно благодарна за тот глоток живительной влаги, который подарят ей продукты Sesmahal. В гамму вошли четыре набора, состоящие из сыворотки и липосомального спрея-миста. Все средства направлены на глубокое увлажнение, клеточную регенерацию и коррекцию гиперпигментации.



НЕВИДИМАЯ СТОРОНА

Компания NAOS и Institut Esthederm разработали уникальный продукт - солнцезащитный крем Photo Reverse с максимальной степенью защиты от ультрафиолетового излучения. Средство способно осветлять как уже имеющиеся пигментные пятна, так и предотвращать появление новых. Что немаловажно, крем обладает легким тонирующим эффектом, выравнивая и маскируя несовершенства. В линии представлены два оттенка: Light Beige и Medium Beige.



ЧИСТАЯ РАБОТА

Для деликатного снятия макияжа особенно в чувствительной области вокруг глаз и губ лучшего средства, чем мицеллярная вода Bioderma, придумать сложно. Продукт мастерски справляется даже с водостойкой тушью, не оставляя разводов и подтеков. Благодаря минимальной отдушке и гипоаллергенному составу средство абсолютно безопасно и не вызывает раздражения.



КУДРЯВЫЙ МЕТОД

Благодаря витамину B5 и жидкому протеину в составе спрей против ломкости Matrix Total Results Instacure заполняет пористую структуру волоса, уменьшая ломкость и питая пряди изнутри. Легкая формула без силиконов и парабенов выравнивает кутикулу, дисциплинирует вьющиеся и пушистые кудри, а заодно нормализует естественный pH-баланс кожи головы. Незаменимое средство для непослушных и сильно поврежденных волос.

ВСЯЗЫ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Красота без инъекций

Вы хотите сохранить молодость и свежесть лица на долгие годы, но при этом не решаетесь на «инъекции красоты»? Стремитесь ухаживать за собой, сохраняя ту естественность, которой одарила вас природа? Тогда вам стоит познакомиться с мастерами студии «FACE PLACE», которые запускают процессы омоложения кожи лица с помощью силового лифтинг-массажа.

Лифтинг-массаж — это специальная техника, направленная на проработку кожи, подкожной клетчатки и мышц лица. Поэтому такое воздействие принято называть тренировкой лица. Она помогает убрать лишние жировые отложения, запустить механизм обновления клеток, снять мышечные спазмы и разгладить морщины и заломы.

Вместо филлеров — руки мастера

Все специалисты студии FACE PLACE, которая входит в федеральную сеть, имеют медицинское образование и в совершенстве владеют техниками скульптурирования лица, а также хиро-, пластического, хиропластического, миофасциального и лимфодренажного массажа. Используя авторскую методику, состоящую из лучших техник, наработанных с 2018 года, мастера воздействуют на проблемные зоны и глубоко и тщательно прорабатывают лицевые мышцы. В результате происходит запуск процесса омоложения.

Каждая тренировка длится 40—45 минут и проходит по определенному плану, включающему несколько этапов.



пробный массаж лица
1000 руб.*



Время — назад

Процедура силового лифтинг-массажа позволяет замедлить старение кожи, максимально долго сохраняя молодость и свежий внешний вид. Важным преимуществом таких тренировок является их нетравматичность — специалист работает только руками, не используя никаких дополнительных инструментов, кожа не повреждается. Кроме того, ни одно устройство не способно воспроизвести то ощущение расслабленности и успокоения, которое приносят умелые руки мастера. Эффект лифтинг-массажа схож с результатом пластической подтяжки кожи, становится заметен уже после первой тренировки и с каждым новым занятием усиливается. А при условии регулярных тренировок специалисты студии FACE PLACE гарантируют подтянутый овал лица, избавление от морщин, упругость и эластичность кожи, скульптурное лицо, сияющий и ровный тон лица, молодость и уверенность в себе. И, конечно же, ту самую естественную красоту, которая остается с вами в ее лучшем первозданном виде, без уколов и инъекций.

FACE PLACE

MAKE YOUR FACE

пр. Фрунзе, 92 г (ТЦ «Зеркальный Риф»),
тел. 905-916, WA : +7-918-120-26-27,
tomsk.faceplace.me

*Акция действует до 30 сентября

Макияж и укладка: Зоя Романовская,
салон «Кудри бар», +7-913-849-03-60
Фотостудия: «Красивая жизнь»,
пр. Фрунзе, 119/1, 4 этаж, тел. 99-95-60
Стилист: Елена Коршиева, Kofe Fashion,
vk.com/kofe_fashion, +7-905-991-79-40

Екатерина Титова

**МАСТЕР-БРОВИСТ, ВЛАДЕЛИЦА СТУДИИ
«МАНИКЮР И БРОВИ ЗДЕСЬ BY TITOVABEAUTY»**

ул. Карла Маркса, 3 ☎ +7 913 887-51-57

Любимым делом я занимаюсь уже 9 лет. Всех своих клиенток считаю самыми близкими друзьями. Так что, можно сказать, я хожу на работу, чтобы получать удовольствие.

Мне нравится делать людей красивее. Считаю себя не просто бровистом, а еще и психологом. Всегда даю клиенту больше, чем он от меня ждет. Так, недавно моя клиентка опаздывала на корпоратив и не успела собраться. Она была так расстроена, что я ей и волосы уложила, и сделала макияж, хотя она этого даже не просила.

За моим успехом стоит помощь мамы, которая всегда меня поддерживает, верит в меня и не сомневается, что у меня все получится. Именно она после того, как я в 9-м классе ушла из школы, посоветовала мне из всех бьюти-направлений сосредоточиться на brow-индустрии.

Принципы, которыми я руководствуюсь в своей профессии и в жизни, — никогда не переживать по пустякам, никуда не торопиться, общаться с клиентками по-дружески, на лайте, при этом — уважительно и лояльно.

Моя цель — добиться финансовой состоятельности и высокого уровня жизни. Звание лучшего бровиста города, думаю, у меня уже есть.

Понятие «Я — бренд» для меня означает, что мое мнение авторитетно, в бьюти-сфере меня знают как человека, у которого есть свой авторский почерк и модная клиентура.



ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

В 15 лет я пошла учиться на визажиста, фотографа, парикмахера и бровиста, еще точно не понимая, чем именно хочу заниматься. Сегодня я создала студию, бренд пасты для укладки бровей TITOVABEAUTY, у меня есть магазин профессиональной косметики брендов SHIK, Kerastase, L'Oréal Professionnel, Letique Cosmetics.

Достижения

Всего, что у меня есть, — своего бизнеса, известности в профессии — я добилась сама. Горжусь, что в 24 года могу позволить себе многое, и абсолютно уверена, что должна развиваться дальше. Это поможет мне исполнить все мечты.

Хобби

Моя работа — это мое хобби. И, конечно, я люблю моду, все что связано с этой сферой, — и не только в мире бьюти. Считаю себя шопоголиком, хотя иногда времени на хождения по магазинам совсем не остается.

Людмила Майборода

РИЕЛТОР АГЕНТСТВА НЕДВИЖИМОСТИ «NOVA»

☎ 8-913-814-44-42, ул. Яковлева, 15, офис 302

Я — профессиональный риелтор, считающий, что в первую очередь нужно быть уникальным агентом. Обратившись ко мне, Клиент получает ответы на все вопросы по недвижимости — от ипотеки до юридических и налоговых моментов. При этом я беру всю ответственность на себя, так как обязательно должна помочь каждому Клиенту. Мне часто приходится выступать в роли психолога и проводника, помогая добрым советом. В первую очередь я предлагаю людям безопасность при любой сделке.

Мой секрет успеха — видеть цель и не видеть препятствий. Состояться в профессии мне позволили амбициозные цели, желание хорошо зарабатывать, умение договариваться с людьми, работа только на результат. Эти качества и позволяют мне постоянно подниматься на новый уровень. Мои принципы — всегда говорить правду, вести диалог честно и открыто, быть «своим» человеком и для Клиентов, и для близких.

Понятие «Я — бренд» для меня означает в первую очередь узнаваемость. А еще это — быть профессионалом, экспертом в своем деле и при этом сохранить в себе человеческие качества — честность, доброту, открытость.



ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

После 19 лет работы в европейской компании, я перешла в недвижимость. И на сегодняшний день работаю в сильной команде агентства недвижимости «NOVA». Хочу развиваться именно в этом направлении.

Достижения

Все, чего я достигла, добилась трудом, все, к чему пришла, — это мои достижения. Сегодня я могу себе позволить многое, но продолжаю стремиться к лучшему: передо мной всегда стоят глобальные цели и планы.

Хобби

Я веду активный образ жизни, будь это мероприятия в плане отдыха либо в плане обучающих программ и развивающих игр. Уделяю время и спортивным увлечениям. Люблю путешествия по Алтаю.

Людмила Морозова

ВРАЧ-ОРТОДОНТ, ВЛАДЕЛИЦА СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ КЛИНИКИ «ОРТОСОЛО»

ул. Болдырева, 2, тел.: 71-73-72, 33-73-72 🌐 orto-solo.ru 📷 dr.l.morozova

Дело, которым я занимаюсь, ортодонтия — любовь моей жизни. Мне нравится создавать красивые улыбки, которые делают людей привлекательнее, приносят радость и им, и их близким. Уверена, моей клинике подошел бы слоган «Ваши улыбки — счастье нашей работы».

В основе моего профессионального успеха — целеустремленность и работоспособность, которые развиты у меня на все сто процентов. А еще есть понимание, что нужно соответствовать ожиданиям современных пациентов: наша целевая аудитория — молодежь 13-18 лет, запросы которой мы должны удовлетворить полностью.

Для меня слова «Я — бренд» означают быть лучшей в своем деле. Я учусь всю жизнь и уверена, что очень хорошо лечу своих пациентов. За 21 год врачебной практики мое имя стало синонимом качественного ортодонтического лечения. Ортодентов много, но останавливаются на мне. Врач должен ясно и максимально просто донести до пациента план и суть лечения, чтобы человек ему полностью доверился. Тогда и результат устроит обоих.



ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Я начала работать ассистентом с I курса медакадемии. Получив диплом, принимала пациентов в томских стоматологиях. Пять лет назад создала свою клинику, которую уже в ближайшее время ждет расширение.

Достижения

Своим главным достижением считаю, что любой человек, независимо от того, пациент он либо деловой партнер, при общении со мной железно получает стабильность, надежность, гарантию качества и результата.

Хобби

Считаю, главным увлечением каждой женщины должно быть творчество. Под этим можно понимать все что угодно. И шить, и вышивать, и картины создавать, и танцевать, и не забывать о спорте.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Ксения Лобанова

ДИРЕКТОР МАСТЕРСКОЙ ПРАЗДНИКОВ

☎ 23-19-19, 8-913-824-97-38, 🌐 masterpr70.ru, 📧 ksenialobanovaevent

Моя главная цель как профессионала — усилить ощущение счастья у людей и организовать мероприятие, в котором все участники погрузятся в атмосферу естественной радости. На частных праздниках акцент — на поддержке семейных ценностей, на корпоративных важно помочь коллективу ощутить единство и сплоченность команды.

Главное — развитие. Мы хотим и дальше организовывать городские мероприятия, хотим продолжить сотрудничество с градообразующими предприятиями и расширить работу в частном сегменте.

В достижениях успеха мне помогли важные личные качества. Я трудолюбив, фанатично любящий свою работу; я мечтатель, который намечтал всю свою жизнь; я оптимист и верю, что все задуманное сбывается.

Стремлюсь к тому, чтобы быть счастливой. Хочу пройти этот путь, пережив разочарование и радость, успех и фиаско, любовь и предательство, мне интересен процесс, а не результат!

«Персональный бренд — это то, что говорят о тебе люди в комнате, когда за тобой закрывается дверь», — сказал Джефф Безос.



ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Сейчас я режиссер-постановщик городских, районных, областных мероприятий, сценарист, организатор, ведущая шоу-программ. Мы работаем с физическими лицами, в корпоративном и государственном сегментах.

Достижения

Это сотни тысяч зрителей, довольных работой нашего агентства. Это приобщение людей к традициям российских праздников, организация крупных городских торжеств, приуроченных к важным датам.

Хобби

Люблю читать, путешествовать, разговаривать с людьми на разные темы. Мое главное хобби переросло в мою профессию, а потом и в мое дело. Поэтому я самый счастливый хоббист.

Юлия Штадельман

ДИРЕКТОР ГОСТИНИЦЫ «СПОРТ-ОТЕЛЬ»

Гостиница «Спорт-отель», ул. Красноармейская, 124. Бронирование: тел. 55-90-05
🌐 tomsksport.ru 📧 sporthoteltsk 📍 sporthoteltsk

Моя цель, моя мечта, моя миссия — сделать трехзвездочную томскую гостиницу «Спорт-отель» местом с качественным сервисом, доступным каждому гостю. Для меня гостеприимство — это внимательное отношение, с которым человека у нас встречают, те возможности и забота, домашний уют и тепло, которые он получает здесь, те впечатление и настроение, с которым уезжает от нас.

Наша гостиница способна принять до 85 человек одновременно. За последние полгода здесь побывало около 600 спортсменов. Наши гости: спортивные группы, творческие коллективы, гости города, представители бизнеса и науки, звездные персоны. В отеле есть бизнес-центр, конференц-зал, удобная парковка, кафе с панорамным видом и обслуживанием с персональным подходом. Дополнительные услуги от наших партнеров — экскурсии в музеи, сувенирная и книжная продукция, бытовые услуги.

Преодоление трудностей, с которыми мы сталкиваемся, — заслуга всей нашей команды. В коллективе остаются самые ответственные люди, которые, как и я, хотят, чтобы каждый гость чувствовал себя здесь не просто хорошо, а как у себя дома.



ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Нам еще над многим стоит поработать, так что мы всегда в состоянии постоянного движения и развития. В августе совместно с Дворцом зрелищ и спорта мы стали инициаторами закладки арт-заплаток по новому городскому маршруту «Спортивная история Томска: от ипподрома до Дворца спорта». Это проект об истории, о городе, о спорте.

Достижения

«Спорт-отель» — член Торгово-промышленной палаты Томской области; неоднократно отмечен грамотами многих корпоративных организаций и томской администрации, в том числе грамотой губернатора. В 2021 году мы стали обладателями «Гран-при года» в конкурсе «Лидеры томского предпринимательства».

Ольга Васильева

РУКОВОДИТЕЛЬ ТРЕНИНГ-ЦЕНТРА «VANILLA SECRETS»

ул. Красноармейская, 20, офис 303, 3 этаж ☎ 8-999-566-23-86 🌐 vanilla-secrets.ru

В нашем городе я первая открыла тренинг-центр на базе магазина для взрослых и помогаю женщинам и парам быть счастливыми в самые интимные моменты их жизни. Считаю, что занимаюсь очень важным и полезным делом.

Моя задача — просвещение в самой табуированной теме. Как можно больше людей должны получать информацию, не стесняться обращаться за профессиональной помощью.

Успеха мне позволили достичь любовь к делу, неизменная вера в себя и в свой проект, поддержка родных и близких, упорство.

Мой принцип — идти только вперед. Любить себя. В жизни можно встретить много людей, которые будут вас критиковать, поэтому саму себя ругать нельзя.

Хочется, чтобы обо мне и о моем проекте имело представление как можно больше людей. На улицах уже узнают, это радует.

Я — лицо своего бренда. Нужно, чтобы, услышав «Vanilla Secrets», люди представляли сначала меня, а потом мой магазин. Для меня важно лично отвечать за продукт, который я предлагаю.



Макияж и укладка: салон красоты «Александр», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20

ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Я сертифицированный секс-коуч, тренер по интимной гимнастике, инструктор по SEX-просвету. 16 лет работы позволяют мне делиться с людьми знаниями о сексуальности и интимном здоровье.

Достижения

Это очень важно для меня — слышать слова благодарности: «Оля, после встречи с тобой жизнь заиграла новыми красками!» Следующая важная задача — подключение к просвету сильной половины человечества.

Хобби

Зажигать прекрасные женские глаза огоньком жизни и страсти, помогать в компании подруг находить ответы на многочисленные вопросы про «ЭТО».

Ольга Булычева

ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ, ПАРТНЕР НЕМЕЦКОГО БРЕНДА LR HEALTH & BEAUTY

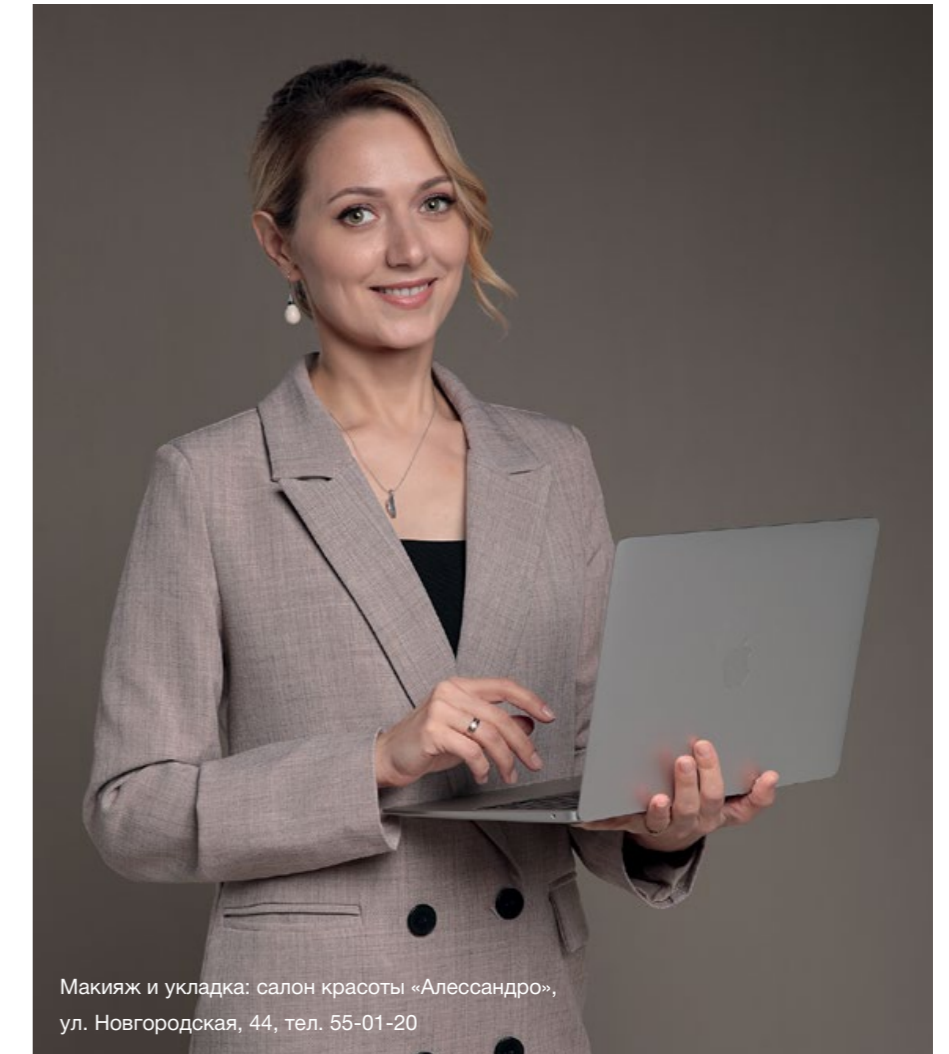
☎ 8-906-959-10-17, 📧 obulicheva

Моя работа помогает людям быть более здоровыми, красивыми, молодыми при помощи премиальных продуктов компании европейского качества LR. Эта деятельность соответствует ценностям компании: дать каждому человеку шанс улучшить качество своей жизни за счет инновационных продуктов и уникальной бизнес-модели.

Мои принципы в жизни и бизнесе перекликаются: честность, открытость и доброжелательность к людям. Всегда рекомендую клиентам только те продукты, которые сама проверила на себе и получила результат!

Всегда нахожусь в процессе развития, постоянно обучаюсь. В нашей команде мы постоянно внедряем интересные идеи и инструменты, а работая с людьми, используем индивидуальный подход.

Стремлюсь к тому, чтобы как можно больше людей узнали о продуктах компании LR, о возможности создания дополнительного источника дохода. Мечтаю о создании сильной команды профессионалов. Планирую выйти на максимально высокий доход, конечная цель — Президент LR.



Макияж и укладка: салон красоты «Александр», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20

ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Обучение в ТПУ, работа на государственной службе, предприниматель, партнер компании LR Health & Beauty. Обращайтесь ко мне за подробной информацией о продукции и возможности увеличить доход.

Достижения

Из обычной многодетной мамы в декрете превратилась в предпринимателя и, не имея опыта, связей, знаний и навыков, добилась отличных результатов в компании LR, повысила свой доход в 10 раз.

Хобби

Я много путешествую. Люблю проводить время с семьей, печь, заниматься рукоделием, обожаю утреннюю зарядку и контрастный душ. Меня заряжает пилатес, дающий легкость и энергию.

Мария Васильченко

СТОМАТОЛОГ-ОРТОДОНТ

Огромную роль в достижении моего профессионального успеха сыграли замечательные наставники, с которыми мне повезло встретиться во время моего обучения в Омском медуниверситете. Это были прекрасные специалисты и преподаватели, которые вкладывали всю душу в работу и всегда делились знаниями со своими учениками.

В медицину стоит идти, только если вы готовы учиться всю жизнь. Поэтому принцип, которым я руководствуюсь и в работе, и в жизни звучит так: «Развивайся или умри». Если у меня не будет возможности постоянно расти как специалист и как личность, это станет моей профессиональной «смертью».

Сейчас главное для меня — постоянно повышать качество своей работы. Для этого мне необходимо понимать, как быстро и продуктивно решать проблемы пациентов, как поддерживать уровень своих знаний и грамотно применять полученную информацию, не ограничиваясь рамками только одной научной концепции.

Считаю, что за понятием «Я — бренд» стоит человек, который получает удовольствие от своего дела, буквально горит им, и которого можно даже назвать одержимым.



Макияж и укладка:
Юлия Степанова, тел. +7-960-972-06-02
Локация: Бар «Про Крафт»,
ул. Розы Люксембург, 5/1

ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Общее стоматологическое образование — СибГМУ (Томск, 2008—2013), ординатура по специальности «Ортодонтия» — ОмГМУ (Омск, 2013—2015). С 2015 по настоящее время — врач НПЦ «Стоматология».

Достижения

Каждый пациент — это мое достижение. Особенно в те моменты, когда я слышу: «Мария Алексеевна, мне все нравится, когда будем снимать брекетты?». А я сделала еще только половину работы.

Хобби

Чтобы продуктивно работать, нужно уметь отключаться от дел. Лучший отдых для меня — смена деятельности. У меня много увлечений: вокал, бокс, тренажерный зал, содержание экзотических животных.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИИ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Мы умеем работать с прекрасным!

FASHION FOND



Лещеня Мария - директор модельного агентства «Fashion Fond»

Акимова Ангелина
Зенкина Анастасия
Иваненкова Дарья
Снегирева Софья
Малороссиянова Маруся
Лещеня Маргарита
Гасюль Макар
Макрецов Михаил

Одежда: магазин Fashion House, ул. Беленца, 9/1 (4-й подъезд, 3-й этаж), t.me/fashion_house_tomsk



Одежда:
Магазин «7 чудес»,
ул. Дзержинского, 57,
vk.com/chudes.tomsk



Одежда:
Boutique Хмельевская,
ул. Учебная, 48, ТЦ «СМАЙЛcity»
vk.com/chmel_clothes



FASHIONFOND
MODEL MANAGEMENT



ffmodels_agency,
ул. Карташова 25,
тел. 323-646, 8-913-850-34-40,
www.ars-a.com

Одежда: Магазин «7 чудес»,
ул. Дзержинского, 57,
vk.com/chudes.tomsk



«Fashion Fond» — модельное агентство широкого профиля, специализирующееся на предоставлении услуг по всем направлениям моделинга:

- фото- и видеосъемки;
- fashion- и шоупоказы;
- промоушн;
- выставки, бизнес-встречи.

«Fashion Fond» — региональный представитель ведущих российских и международных агентств, продюсерских центров и конкурсов красоты. **Ищем новые лица!** Школа моделей «Fashion Fond» поможет сделать карьеру в сфере модельного бизнеса детям от 4 лет, юношам и девушкам от 14 лет.



Локация: Томск, Международный аэропорт им. Н.И. Камова

Улетные перспективы

Недвижимость медленно и минимально реагирует на любую дестабилизацию, поэтому она остается и всегда будет выгодным вариантом капиталовложения — особенно если речь идет об инвестициях в быстрорастущее столичное строительство. Понимаем, вы скажете, что покупка квартиры в Москве — это дорого и сложно. Да, вероятно, раньше было именно так. Но сегодня купить жилье в московской новостройке можно быстро, выгодно, прозрачно — и напрямую из Томска.

Благодаря уникальной коллаборации федерального оператора недвижимости «Перспектива 24» и одного из крупнейших девелоперов Москвы, Группы компаний «Самолет», томичи получили

возможность стать счастливыми обладателями московской прописки и владельцами квадратных метров в современных и быстроразвивающихся жилых комплексах столицы. О том, почему купить квартиру у московских застройщиков зачастую выгоднее, и какие преимущества

ПОКУПКА КВАРТИРЫ В МОСКВЕ ОТ ГК «САМОЛЕТ»:

- Минимальная переплата по ипотеке
- Квартира с полной отделкой «под ключ»
- Встроенный кухонный гарнитур
- Услуги УК, занимающейся сдачей жилья в аренду
- Максимальная инвестиционная привлекательность

Все это бесплатно для клиентов «Перспективы 24».

имеют клиенты «Перспективы 24», мы узнали у специалистов ее томского офиса.

«Звезды» сошлись

ГК «Самолет» — одна из крупнейших федеральных корпораций, специализирующихся на возведении жилых микрорайонов в Москве, Московской и Ленинградской областях, осуществляющая полный цикл — от приобретения земельного участка, проектирования и получения разрешения на строительство до ввода в эксплуатацию и реализацию готового объекта недвижимости. В свою очередь, федеральный оператор недвижимости «Перспектива 24» входит в топ лучших агентств недвижимости России (по версии «Домклик» в 2021 г.). Поэтому симбиоз двух компаний с устойчивой репутацией в своих областях логичен, а от синергического эффекта такого сотрудничества выигрывают конечные потребители услуг — теперь и в регио-

СРАВНИТЕ, КАК СТАВКА 0,1% ВЛИЯЕТ НА ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ПЛАТЕЖ НА ПРИМЕРЕ ОДНОЙ КВАРТИРЫ:

	ТОМСК	МОСКВА
Ежемесячный взнос	26 951	14 946
Сумма кредита	4 500 000	5 300 000
Общая стоимость	5 300 000	6 250 000
Первоначальный взнос (15%)	800 000	950 000
Срок кредита (лет)	30	30
Процентная ставка	5,99%	0,1%
Проценты	5 202 316	80 493

нах. Ведь у них появился сервис, который уже сегодня позволяет с легкостью найти квартиру нужной категории — от эконома до бизнеса, в удобной и благоустроенной локации, с кухонным гарнитуром, чистовой отделкой «под ключ» и системой «умный дом». А кроме того, быстро реализовать объект недвижимости в своем городе, в том числе в счет оплаты будущей московской квартиры, оформить сделку и застраховать свою новую недвижимость.

Преимущества — у клиентов

Вопреки мнению о том, что в Москве дорого все, на самом деле, цены на недвижимость вполне сопоставимы с томскими. Плюсом покупки квартиры от ГК «Самолет» является то, что застройщик сотрудничает с 21 российским банком, включая самые крупные, и предлагает особые (и зачастую даже более выгодные, чем в Томске) условия ипотечного кредитования — например 0,1% по семейной и IT-ипотекам и 2,99% на Госпрограмму 2020 на весь срок. Впрочем, любому желающему, не относящемуся ни к одной из этих категорий, доступна ипотека по ставке 0,01% — такие возможности тоже есть! Компания также поддерживает различные виды субсидий, военной ипотеки, рассрочки, оплаты материнским капиталом и пр. Дает возможность включить парковочное место, кладовое помещение, каршеринг в ипотечную стоимость недвижимости.

Кроме того, у самого застройщика есть ряд собственных выгодных программ. К примеру, услуга «Level Up» позволяет постепенно увеличить свою жилплощадь. Суть в том, что, приобретая квартиру-студию в еще не сданном доме, можно обменять ее на большую площадь (в том числе в другом районе или даже городе). Таким образом, просто совершая обмен объектов строительства внутри компании в счет купленной ранее недвижимости, вполне реально за пару-тройку лет превратиться в обладателя трехкомнатной квартиры. Кстати, количество таких обменов абсолютно не ограничено.

Определиться с выбором района и ЖК (в том числе из скрытого резерва застройщика), исходя из потребностей и возможностей клиента, сориентировать в выборе более выгодной программы, провести конференцсвязь с менеджерами московского офиса продаж в выбранном ЖК, чтобы получить подробные ответы на вопросы, и даже организовать выезд на объект в Москве клиентам помогут сотрудники томского офиса «Перспектива 24». Покупателей ждет и еще один весомый и эксклюзивный бонус — возможность забронировать текущую стоимость квартиры на срок до 3 месяцев. Это особенно актуально для владельцев недвижимости на продажу в Томске. Внося сумму 50 000 руб., которая впоследствии включается в стоимость московской квартиры, вы фиксируете цену на нее, а за это время сотрудники «Перспективы 24» помогут реализовать вашу томскую



квартиру. Вы экономите самые ценные ресурсы — свое время, свои силы и свои деньги, ведь вся работа по сделке фактически ведется напрямую с застройщиком.

Подходит всем

Неудивительно, что с момента старта продаж в Томске сервис пользуется большой популярностью. Московскую недвижимость приобретают в инвестиционных целях, желая сохранить и приумножить свои капиталы, и действительно, в сегодняшних реалиях бетонные стены выглядят более надежными объектами для вложения, чем фондовые рынки. Многие томичи предпочитают вкладывать в строительство на начальной стадии, когда цена объекта гораздо ниже (порядка 30% от стоимости квартиры на сдаче). Вторая категория — родители, желающие обеспечить в будущем жилье для своих детей. Третья — те, кто сам думает о переезде в столицу или отправляет туда ребенка на учебу. Наконец, четвертая цель — получение пассивного дохода от сдачи московской квартиры в аренду — с сервисом от «Самолета» и «Яндекс» делать это можно дистанционно и без лишних хлопот.

ПЕРСПЕКТИВА  **САМОЛЕТ**

Оператор недвижимости «Перспектива 24»,
ул. Никитина, 20, тел. 53-55-55,
tomsk.perspektiva24.com

Михаил Ерастов когда-то вполне осознанно выбрал юриспруденцию как свою будущую профессию. Но в адвокатуру он пришел не сразу. Несколько лет как оперуполномоченный и следователь проработал в системе МВД, в основном занимаясь делами, связанными с экономическими преступлениями.

Говорим с Михаилом о том, почему он принял решение кардинально сменить вектор профессиональной деятельности, каких основополагающих принципов придерживается в своей адвокатской



чтобы отношения «адвокат-клиент» сложились?

— Когда я только начал адвокатскую практику, пришел к выводу: нужно думать, как клиент. Тогда и поймешь, чего он хочет. Провел аналитику на форумах, смотрел, что ищут люди, какие у них ожидания, и оказалось, что для многих высокая квалификация адвоката вторична. Клиенты хотят видеть в своем защитнике человека, который сопереживает, а не холодно и безучастно относится к ним. И когда стали приходиться первые клиенты, я начинал с того, что стал внимательно выслушивать каждого, показывая свое сочувствие, сожаление или другую эмоцию. Только потом — профильные вопросы, общение на простом,

Человек, которому нравится защищать

практике и что вкладывает в понятие «хороший адвокат».

— Михаил, что стояло за вашим желанием заняться именно адвокатской практикой?

— Когда я поступал на службу в МВД, мечтал о том, что буду как герой из многочисленных сериалов ловить преступников, ощущая гордость за свою профессию и чувствуя себя крутым. (Улыбается.) А в реальности моя работа чаще всего сводилась к рутинной возне с документами, большому количеству дел одновременно, серьезной психологической нагрузке. Как это часто бывает, ожидания не совпали с реальностью. Ну, и еще один важный фактор: к тому времени у меня уже была семья, которую нужно было обеспечивать. Так что, с одной стороны были объективные причины, с другой — это был мой поиск себя.

— Почему же тогда не нашли себя в качестве корпоративного юриста, или, например, сотрудника прокуратуры, судьи?

— Мне всегда нравилось работать с людьми, вникать в их проблемы и понимать, какие события их вызвали. Юрист в компании, как правило, занимается достаточно однообразными задачами. В прокуратуру нужно было идти работать изначально. Что же касается судьи — это очень серьезный выбор: он должен взять на себя ответственность и принять решение. Это тяжело сделать, не каждому это дано.

К тому же, практический опыт, который дала мне служба в МВД, сегодня — неоценимое преимущество в моей адвокатской деятельности, особенно связанной с экономической сферой. В основном я успешно веду дела в области уголовного и административного судопроизводства, гражданского судопроизводства, арбитражные имущественные споры.

— Знания и опыт, неоценимы, конечно. Но взять на себя защиту людей, которые вам полностью доверились, — это тоже огромная ответственность. Что необходимо,

не перегруженном терминологией, языке, объяснение, что я могу, что надо сделать и так далее.

Мой метод — никогда не гарантировать положительный результат. Конечное решение принимаю не я, и существует множество факторов, которые могут повлиять на исход дела. Но я всегда обещаю, что сделаю все, что от меня зависит, выложусь на 100%. За это я ручаюсь и отвечаю своей репутацией. Опыт, конечно, невероятно важен, но с другой стороны, я встречал коллег, у которых пока он небольшой, но зато есть энтузиазм и энергия. И эти люди добиваются большего по сравнению с самыми маститыми мэтрами. Хороший адвокат — тот, кто не утерял в себе человечность, в ком есть ответственность, горение, чуткость и чистоплотность в нравственном отношении.



Тел. 8-923-400-71-11,
пр. Ленина, 82 а, стр. 4

Комсомольский, 48

Голландский квартал в центре Томска



Мультикомфорт
Двор без машин.
Ландшафтный дизайн.
Подземный паркинг



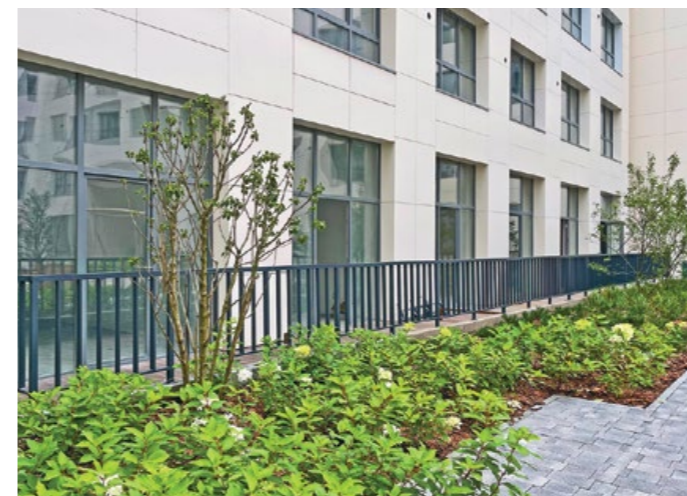
Променад на крыше
Воркауты.
Зона релакса



Инфраструктура
Рядом 5 школ.
7 детских садов.
Медицинские и торговые центры



Умный дом
Интеллектуальная система.
Энергоэффективность А++



Квартиры-трансформеры
Эксклюзивные виды
Интеллектуальные системы

Записаться на просмотр:
(3822) 60-99-33

Бесплатное бронирование:

к48.рф

ООО «ТДСК ИНВЕСТ».
Реклама. Томск, 2022 г.
Реализуем квартиры в подъездах № 1, 2, 5, 6

«Мы отвечаем за всё!»

Рынок консалтинговых услуг в России по-прежнему называют молодым и развивающимся, хотя сегодня все больше представителей среднего и малого бизнеса осознают все выгоды подобного сотрудничества. Компания «Превентива» 20 лет оказывает квалифицированную помощь предпринимателям Томской области по вопросам ведения бухгалтерии и консультирования по налогам и юридическим вопросам.



20 лет
на рынке

О том, почему за консалтингом настоящее и будущее, как «Превентива», несмотря на значительно возросшее число консалтинговых агентств в Томске, продолжает сохранять лидерские позиции в этой важной бизнес-сфере, легко ли не только завоевать, но и сохранить доверие и уважение клиентов, говорим с руководителем компании Натальей Медведевой.

— Наталья Григорьевна, можно ли сегодня уверенно говорить о том, что обращение к консалтингу — это действительно лучшее решение для компании?

— Несомненно. Все больше предпринимателей приходят к мысли, что сотрудни-

чество с консалтинговой компанией — это самое выгодное решение для бизнеса. Дело в том, что практически все руководители предпринимательской сферы умеют хорошо считать. Давайте прямо по пунктам посмотрим, что нужно для работы собственной бухгалтерии?

1. Подобрать необходимый штат сотрудников, искать им замену на время декрета и болезней;
2. Организовать рабочее место бухгалтера (сотрудника кадровой службы, расчетчика зарплаты, бухгалтера-оператора и т. д.);
3. Приобрести элементарную канцелярию и офисную оргтехнику;
4. Оплачивать специализированные программы и поддержку ПО;
5. Регулярно выделять бюджет на обучение бухгалтеров;
6. Платить бухгалтеру заработную

плату и выплачивать все налоговые отчисления с нее.

Принимая решение о привлечении консалтинговой компании, владелец бизнеса перестает думать об этих вопросах. По условиям договора все эти услуги входят в фиксированную абонентскую плату, сумма которой будет гораздо меньше затрат на содержание штатного бухгалтера. Это первый несомненный плюс.

Вторая выгода — четкое понимание, что сторонней организации стоит доверять безусловно. Да, есть мнение, что «свой» бухгалтер — это всегда гарантированный порядок в финансовых вопросах. Но как показала история одного нашего клиента, иногда отношения, построенные «на доверии», подвергают компанию серьезным угрозам. Доверившись бухгалтеру, отвечающей за распределение финансовых потоков, — единственной, кто имел

доступ к банковскому счету, собственник абсолютно не контролировал ее. И только когда получил отказ в предоставлении кредита, стало известно, что на компании уже есть кредит в несколько миллионов, который главбух взяла, думая, что этого никто не заметит. Совместно с нашими специалистами был проведен аудит, выявивший не одну мошенническую схему вывода денежных средств с расчетного счета, обнаружены фальсификации подписей, платежи неизвестным поставщикам... Так что, каким бы надежным не казался вам человек, занимающий должность бухгалтера, никогда нельзя быть абсолютно уверенными в его честности. Если же вашу отчетность ведет «Превентива», вы можете быть абсолютно уверены в прозрачности своей бухгалтерии: наши сотрудники просто не имеют возможности подделать документ или провернуть незаконную схему. На каждом этапе любой операции производится контроль.

Приведу еще один пример выгодного взаимодействия с нами. Речь идет об обслуживании крупной IT-компании со штатом 250 человек. Грамотные профессионалы в своей области, они не хотят тратить свое время на рутину: бухгалтерию, налоги, кадровые вопросы, зарплату и другие моменты. Им нравится наша ответственность, и вариант сотрудничества с нами они рассматривают как максимально удобный для себя.

— Какие еще моменты в деятельности «Превентивы» клиенты считают максимально привлекательными?

— Главное — это, конечно, прозрачность нашей работы. Мы всегда готовы предоставить клиенту все сведения — от оплаты услуг до состояния дел в вашей организации. Все процессы прописаны четко, представитель компании может обратиться с запросом в любой момент, и ничего не будет для него скрыто, от досту-

па к базе 1С до расшифровки ключевых показателей. Почему идут к нам? В городе нам доверяют, о нас хорошие отзывы. Лучшая реклама — это рекомендации. «Превентива» — это постоянство, это бренд. Наша сила в том, что мы можем гарантировать клиентам спокойствие, чувствуем перед ними ответственность. Людям важно знать, что мы проникаемся их проблемой. Здорово, что клиентам нравится приходить к нам просто так. Бывает, они заезжают на чашечку кофе к своему специалисту даже если проблем нет. Конечно, профессионалов в городе много, но не везде есть необходимая людям атмосфера. Думаю, отличаться надо такими вот вещами — душевными, эмоциональными. К тому же мы не делим клиентов на важных и не очень: для нас каждый — бизнес, которому нужна помощь.

— Что для вас является слагаемыми успеха?

— У него множество слагаемых — и грамотное руководство, и опыт, и умение работать в условиях многозадачности. Но самое важное — это команда, люди со своим профессионализмом, опытом, судьбами, характером. У нас уникальный женский коллектив, и я очень им дорожу. Большая часть сотрудников работает у нас много лет, есть те, кто трудится в «Превентиве» с первого дня. У меня в этом году случился юбилей, но благодаря тому, что я нахожусь в окружении прекрасных женщин, возраст просто не чувствуется. Здесь всегда интересно, тем более что с нашим законодательством скучать не приходится. (Улыбается.)

— Перемены, которые затронули практически всех, тормозят ваше развитие или являются стимулом для него?

— Это огромный стимул. Надеюсь, не только для нас, но и для страны в

ГОД ОСНОВАНИЯ

2002 год.

НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

юридические, бухгалтерские, кадровые услуги организациям,

ИП, физическим лицам

КОЛИЧЕСТВО СОТРУДНИКОВ

более 100 человек.

ДОСТИЖЕНИЯ

действуют 6 организаций в Томской, Новосибирской, Кемеровской областях и Алтайском крае. Ежеквартально в объединение обращаются за услугами более 10000 тысяч предпринимателей, юридических лиц и граждан-налогоплательщиков. Постоянными клиентами являются свыше 5 000 предпринимателей и 350 юридических лиц.

целом. Отсутствие каких-либо товаров на рынке — толчок для развития производства, а если будут открываться новые компании — будем нужны и мы. Мы движемся только вперед, меняемся со временем, а кризисы только добавляют нам профессионализма!

Пока статья готовилась в печать, стало известно, что компания «Превентива» стала победителем регионального этапа конкурса «100 лучших товаров России» — «Лучшие товары и услуги Томской области-2022».

20 ЛЕТ
Превентива

пр. Фрунзе, 103 д (3-й этаж), тел. 902-622
пр. Мира, 27, тел. 236-422
Иркутский тракт, 53 б, тел. 236-322
ул. Нахимова, 8/1, тел. 236-222
пер. Дербышевский, 26 б, тел. 236-122
preventiva.ru

Курс на красоту

Компания «Премиум К&М» на томский рынок пришла в далеком 2007 с ответственной миссией — сначала она стала эксклюзивным региональным дистрибьютором известных брендов профессиональной косметики и инъекционных препаратов, а чуть позже — и учебным центром для специалистов индустрии красоты. За эти годы компания пережила ребрендинг, смену названия, а в 2021 году в Томске состоялось открытие бьюти-бара с профессиональной косметикой JANSSEN COSMETICS и INSPIRA COSMETICS.

О том, почему уже 15 лет компания пользуется огромным доверием не только врачей-косметологов, но и рядовых потребителей, которые уже много лет выбирают средства от немецкого бренда JANSSEN COSMETICS в качестве

домашнего ухода, говорим с руководителями «Премиум К&М» Натальей Чистяковой и Юлией Кырновой.

— **Наталья, Юлия, по-вашему, что входит в понятие «проверено временем»? Чем вы можете объяснить все возрастающую популярность и востребованность продукции JANSSEN COSMETICS?**

Наталья: Сначала, думаю, стоит напомнить, что «Премиум К&М» представляет в Томске достаточно большое количество препаратов от известных мировых брендов только для салонного ухода. А вот немецкая косметика JANSSEN COSMETICS полюбилась нашим женщинам и в качестве профессионального средства, и в качестве домашнего ухода.



“УЖЕ 15 лет компания пользуется **ОГРОМНЫМ ДОВЕРИЕМ** не только врачей-косметологов, но и **РЯДОВЫХ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ**”

вне зависимости от происхождения ее обладателя. JANSSEN COSMETICS — это красота для всех, она уникальна и используется везде.

— **Состав продуктов остается неизменным или меняется со временем?**

Юлия: В соответствии с требованиями времени и благодаря научным открытиям, в средства постоянно что-то добавляется, составы меняются в сторону повышения качества и большей эффективности. С 2006 года в компании работает своя лаборатория, на собственных полях выращивается проверенное сырье для кремов и препаратов. В 2010 году в компании произошли глобальные изменения. В России появляется инновационный бренд

Косметические средства производятся с использованием высокоактивных ингредиентов фармацевтического класса и отличаются гораздо более высокой эффективностью по сравнению с обычными косметологическими продуктами. И что не менее важно, все высокоактивные составы должны были быть абсолютно безопасными и соответствовать международным стандартам косметических продуктов в Германии, Европейском Союзе, США и Японии.

“ЭТО БЫЛА ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО взгляда со **СТОРОНЫ** российских **ПОТРЕБИТЕЛЕЙ**. Мы были счастливы и горды брендом, **КОТОРЫЙ ПРЕДСТАВЛЯЕМ.**”

из ее неоспоримых достоинств — она полностью гипоаллергенна и не содержит косметических отдушек.

— **Правда ли, что косметика от JANSSEN COSMETICS подходит женщинам любой страны? Она действительно настолько универсальна?**

Наталья: Когда-то Вальтер Янс-сен, основатель бренда, поставил перед собой достаточно амбициозную цель: создать косметологический продукт, который сочетал бы в себе знаменитое немецкое качество, высокую эффективность и подходил бы женщинам с кожей любого типа, из всех регионов и стран. Так что ассортимент бренда отвечает потребностям кожи людей

INSPIRA COSMETICS: запуск новых линий INSPIRA ABSOLUE и INSPIRA MED — это была любовь с первого взгляда со стороны российских потребителей. Мы были счастливы и горды брендом, который представляем.

Наталья: Новинки появляются постоянно. После того как на ежегодном слете дилеров бренда (следующий состоится в октябре) анонсируется очередная премьера, мы обязательно проводим знакомство с ними и обучение косметологов. Также есть возможность зарегистрироваться на официальном сайте, где есть программы подготовки для специалистов, да и в Томске постоянно бывает специально подготовленный тренер, прошедший все ступени повышения квалифика-

ции. Залог эффективности профессиональных средств — в их правильном применении.

На собственном опыте мы убедились, что косметологи, которые все же решили попробовать продукты других марок, базовый уход предпочитают именно от JANSSEN COSMETICS.

— **На вас как-то отразилась ситуация, сложившаяся сегодня с импортными поставками?**

Наталья: 2022 год, конечно, был достаточно сложный для нас: мы ждали, останется ли на российском рынке немецкая косметика. В итоге господин Янссен принял решение не уходить, ведь наша страна за это время стала одним из самых надежных его партнеров. Были улажены вопросы по логистике и доставке, так что в нашем бьюти-баре по-прежнему будут представлены все популярные линейки и названия профессиональной косметики.

ул. Красноармейская, 126, оф. 43,
тел. 8 (3822) 46 88 08, ☎8-952-886-06-35,
profkosmomed@yandex.ru
Интернет-магазин
janssen cosmetics.ru

Мастерство оставаться человеком

Руководитель федерации Восточных боевых единоборств Томской области и основатель Центра боевых искусств «Андзэн» Александр Милованов уверенно ведет своих воспитанников к новым победам.



9 лет
на рынке

Только за последний год центр занял 2-е общекомандное место на Кубке Сибири по кобудо, более 30 воспитанников стали призерами чемпионата Сибири по косики карате, а также более 10 спортсменов выполнили спортивные разряды и получили звания КМС.

— Александр Юрьевич, в чем особенность косики карате?

— В основу данного вида карате лег прикладной боевой стиль японских самураев, охранявших императора, — сёриндзи-рю. В нем активно использовались и работа с оружием, и бросковая, и ударная техника, и уход от захватов. А вывести его на спортивный уровень получилось после того, как он был немного реформирован основателями этого стиля, самурайским родом Хисатаки. Поэтому косики карате — достаточно

жесткий вид спорта, здесь используется ударная техника руками и ногами, бросковая техника с применением болевых и удушающих приемов. Так что без необходимого защитного оборудования — шлема, кирасы, специальных накладок на руки и ноги — не обойтись. Каждый бой длится 3 минуты чистого времени, что требует от спортсмена максимальной концентрации всех ресурсов. Конечно, для этого нужна особая подготовка.

— Что этот спорт дает молодежи?

— Я подчеркну, что карате не учит драться. Драка — это на улице, это мерзко, грязно, некрасиво. Мы занимаемся, в первую очередь, для себя, для повышения своего духовного и физического мастерства. Когда доносишь это до учеников, они уже ведут себя по-другому. У ребят, которые занимаются контактным карате, как правило, не возникает желания бравировать своей техникой и применять свои умения где-

то помимо соревнований. Доказать свою выносливость на турнике, отжаться, сесть на шпагат, получить золотой значок ГТО — это пожалуйста! Мы учимся самообороне, и главное — пониманию своей силы, умению контролировать ее и свои эмоции, в этом и заключается мастерство. Мы воспитываем в учениках чистоту помыслов, умение разрешить конфликтную ситуацию без кулаков, говоря о том, что самая лучшая победа — в бою, который не состоялся. Ну, а кроме того, карате — это дисциплина и взаимное уважение между младшими и старшими.

— У вас за плечами 35 лет тренерского стажа, уровень физической подготовки молодого поколения сильно изменился?

— Да, сегодня к нам приходят ребята более рослые, физиологически более развитые, чем 10—15 лет назад. Но их физическая подготовка хромает — не могут подтянуться, отжаться, у некото-

рых наблюдаются проблемы со здоровьем. Понятно, что образ жизни влияет — дети меньше гуляют, много времени проводят, уткнувшись в гаджеты.

— Они сами приходят в карате или это инициатива родителей?

— Дети часто сами проявляют такое желание. В любом случае, начиная работать, мы выслушиваем все чаяния родителей — что они хотели бы увидеть, и со своей стороны обозначаем свои требования — всегда должен быть общий контроль, мы работаем в тандеме.

— Родители часто вмешиваются в процесс тренировок?

— Если 20 лет назад этот спорт был экзотикой, то сейчас от каждого третьего папы я слышу «Да я сам карате занимался». Бывает, что начинают что-то подсказывать. Я объясняю: можно заниматься физическим развитием ребенка, но вот технический арсенал — это ответственность тренера, именно он научит делать правильно, поможет достичь мастерства. В какой-то момент тренер становится для подростка непоколебимым авторитетом, он чаще прислушивается к его советам, чем к родительским. И здесь нередко со стороны семьи возникает некоторая ревность. Поэтому нам так важно постоянно взаимодействовать, обоюдно понимая, что на первом плане должны быть интересы ребенка, а не личные амбиции взрослых.

— Одним из самых титулованных спортсменов клуба является ваш сын, Евгений Милованов, обладатель черного пояса 2-го дана, обладатель кубка России по косики карате, серебряный призер чемпионата России, призер международных турниров... Вы ставили перед собой цель вырастить чемпиона?

— Для меня главным было воспитать здорового гражданина нашей страны — с нормальной психикой, хорошими физическими данными, человека адекватного, понимающего, что такое «добро», «зло», «любовь», «мир»... И в тренерской работе всегда придерживался этих принципов, ученикам стремлюсь привить те же ценности. Конечно, видеть достижения ребят приятно, искренне радуюсь их наградам, потому что за ними стоит высокая оценка той большой работы, которую проводит и сам спортсмен, и тренер, и родители. Вернуться с Кубка Сибири командой из 20 человек, и каждый с медалью — нормальный результат для нашего еще довольно молодого клуба. Но за количеством медалей я не гнался никогда.

— Разве в спорт не приходят ради побед?

— Есть категория ребят, которые очень хотят стать чемпионами, они усердно тренируются, если что-то не выходит — работают над ошибками.



ГОД ОСНОВАНИЯ

2013 год.

**НАПРАВЛЕНИЕ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

косики карате (контактное), кобудо, рукопашный бой, женская самозащита.

ОСНОВАТЕЛЬ

старший тренер:

Александр Юрьевич Милованов

ДОСТИЖЕНИЯ

Ученики центра — неоднократные чемпионы и призеры чемпионатов и кубков Сибири, а также чемпионатов России и международных турниров по косики карате и по кобудо. Обладатели кубков Томской области.

Потом выходят на чемпионат, побеждают — и говорят, что больше выступать не хотят. Потому что себе и окружающим доказали, что могут быть первыми. А дальше они просто начинают самосовершенствоваться, получают удовольствие от самих занятий — их не интересует конкуренция с другими, самореализация проходит уже на другом уровне. В последнее время часто с этим сталкиваюсь.

— Вам, как тренеру, не обидно?

— Нет, это ведь их выбор. К тому же спортсмен не бросает карате, не бросает клуб. Он продолжает заниматься, сдает экзамены, работает на тренировках, показывает технику. И для других ребят он может стать хорошим примером, он дает возможность другим учиться, глядя на него, и однажды тоже стать чемпионами.



Иркутский тр., 15, стр. 1, тел. 22-58-84,
fighter-style.ru

ПРОВЕРЕНО
ВРЕМЕНЕМ



Мамы выигрывают!



Сегодня компания «MiniDino» уверенно лидирует на российском рынке верхней одежды для детей. На вопрос, как всего за несколько лет удалось совершить такой прорыв, ее основатели говорят: «Нам просто повезло, что мы встретились».

И дело в том, что создателями «MiniDino» стали три молодые мамы, которые никак не могли найти для своих детей подходящую верхнюю одежду — удобную, качественную, практичную и оригинальную. Вот так основой серьезного бизнес-проекта стало их решение самим начать шить вещи для малышек — и уже не только своих.

Руководители «MiniDino» не скрывают: за постоянно растущей популярностью бренда стоит бесконечная работа и большое число ошибок и промахов. Под успехом сегодня в компании понимают не состояние покоя и стабильности, а необходимость роста и развития, желание вновь и вновь повышать качество.

Очень важно, что в продажу под маркой «MiniDino» выходит лишь продукт, отработанный на все 200%. Тщательно подбираются материал и утеплитель, отработываются лекала, выбираются актуальные оттенки тканей. Любое изделие традиционно проходит проверку на практике — перед запуском в продажу его около года обязательно носят дети

основателей бренда и их друзей. Собираются отзывы, при необходимости в модель вносятся корректировки. И только тогда вещь выходит к потребителю. У локального бренда большая цена ошибки, поэтому репутацией здесь очень дорожат.

«MiniDino» продолжает расти вместе с бывшими малышами, для которых он когда-то и появился. Дети стали старше, а это означает и увеличение размерной линейки до 150 см, и появление коллекции школьной формы.

Осенне-зимняя коллекция 22/23 почти вся представлена новыми разработками, а особенно полюбившиеся клиентам варианты модернизированы. Постоянные поиски интересного

дизайна, модные цвета сезона, возможность миксовать разные цвета, акцент на улучшении качества зимней ткани, на показателях мембраны — все эти усилия не остаются незамеченными покупателями. Именно по запросам мам в актуальной сезонной коллекции появилось дополнительное усиление на задней части комбинезонов, которое позволит избежать их вытирания.

Благодаря тому, что среди поставщиков «MiniDino» — лучшие российские, турецкие и китайские фабрики, ее работа сейчас в первую очередь зависит от умения оперативно реагировать на пожелания потребителей. И судя по открытию в этом году своего пятого по счету офлайн-магазина — на этот раз в городе-миллионнике Красноярске — «MiniDino» продолжает влюблять в себя и детей, и взрослых.




MINIDINO

пр. Комсомольский, 13 б,
ТЦ «Изумрудный город» (3-й этаж),
тел. 8-800-100-51-68



Олеся Шушакова,
основатель сервиса услуг «Kids mobile»,
мастер интеллект-тренер

Сервис «Kids mobile», услуги по безопасному автосопровождению детей без родителей или няни на час, освободят ваше время, сохранят силы и отличное настроение!

Для наших детей мы готовы на многое: хороший сад, престижная школа, секции, такое расписание не всегда возможно совместить с рабочим графиком родителей.

Толчком для создания сервиса «Kids mobile» послужила личная история. Однажды мой бывший муж попросил меня об услуге. Его жене, с которой мы были знакомы, требовалась помощь в уходе за их годовалыми двойняшками. Обсудив этот вопрос, они приняли решение доверить мне своих девочек.

Тогда я обучалась в бизнес-школе, обладала свободным временем и желанием помочь. Детей всегда любила, поэтому с удовольствием согласилась. В процессе своего обучения при выборе бизнес-направления я набрела на такую нишу как автоняня. Начала изучать этот вопрос. Автомобиль и няня — две очень интересные составляющие. Машину я вожу уже более 10 лет и как никто знаю, каково это... Наш сын в свое время посещал сад, тренировки, школу вдали от дома. Сначала я просила маму, а потом уже и сама возила его, благодаря отзывчивости своего директора. Но далеко не все могут сорваться со службы, чтобы отвезти ребенка на занятия или вечером забрать с тренировки.

Создание сервиса — это не только помощь родителям в перевозке детей, это наполнение для нас, ведь такая работа всегда в радость. Малыши такие искренние, настоящие, открытые. В сервисе обязательно подбираются сопровождающие, которые с огромным удовольствием и заботой забирают наших маленьких пассажиров и везут в указанный пункт назначения.

Заказать услугу сопровождения

 **8 923 429 86 83**





Диван «Ласло» оснащен механизмом трансформации, позволяющим легко создать полноценное спальное место.



«Морган» – самый компактный раскладной диван Dantone Home, 162 см в ширину.

также молодые российские авторы, которые привносят в дизайн свой свежий взгляд.

Ассортимент продукции Dantone Home формируется таким образом, чтобы каждый имел возможность полностью укомплектовать квартиру или дом. Компания активно сотрудничает с отелями и ресторанами, создает собственные дизайн-проекты. Особое внимание при производстве уделяется деталям, а технологии и материалы не уступают западным.

Одно из больших направлений Dantone Home – это мягкая мебель для гостиных. В ассортименте компании – более 150 моделей диванов. Это прямые и угловые модели, выполненные в разной стилистике – от современной классики до

Компания Dantone Home была основана в 2014 году как независимый мебельный бренд нового формата. Сегодня в ассортименте Dantone Home более 3 тысяч моделей стильной и функциональной мебели – от мягкой до корпусной и кухонь, а

также предметов интерьера, большая часть которых производится на собственных и партнерских фабриках, расположенных по всей России.

Компания выпускает более 30 коллекций. В работе над ними принимают участие зарубежные дизайнеры – британец Джеймс Паттерсон и швейцарец Дэвид Джирелли, а



Модульный диван «Клайв» в стиле contemporary позволяет менять секции местами и рационально использовать пространство.

Диван «Калгари» со стройными ножками и удобными валиками для поддержки шеи – один из бестселлеров Dantone Home



ХИТЫ КОМФОРТА

Смысловой центр любой гостиной, место, где мы любим расположиться с комфортом в одиночестве или всей семьей, – это диван. Российская компания Dantone Home – независимый мебельный бренд нового формата – работает в области создания современных интерьеров. Сегодня в ее ассортименте более 150 моделей комфортных диванов, созданных с особым вниманием к деталям и материалам.

Флагман компании среди модульных систем - диван «Нарвик» Soft с наполнителем пух-перо, гарантирующим особенный комфорт.



Диван «Вестсайд»,
Dantone Home



ства. Комбинируя секции между собой, можно полностью адаптировать диван под ваши задачи. Флагман компании среди модульных систем – диван «Нарвик Soft» с наполнителем пух-перо. Представленный на рынок в прошлом году, он моментально стал бестселлером и с тех пор не сдает своих позиций. Благодаря инновационному наполнителю эта модель гарантирует феноменальную мягкость и комфорт.

Коллекция диванов Dantone Home регулярно пополняется новинками: признанные зарубежные дизайнеры и молодые российские авторы разрабатывают новые модели в современной стилистике. Например, модульный диван «Клайв» имеет концептуальный дизайн в духе contemporary. Мягкие подушки обеспечивают непревзойденный комфорт, а модульность позволяет рационально использовать пространство и менять секции местами. Диван «Копенгаген» от швейцар-

contemporary. Самые популярные позиции выделены в категорию Instock и всегда доступны на складе в нескольких нейтральных оттенках.

Среди них – универсальные раскладные диваны «Марсель», «Ласло», «Фостер», «Ливерпуль», «Дрим» и «Стамфорд». Модели оснащены удобными механизмами трансформации, позволяющими легко и быстро соз-

дать полноценное спальное место для ежедневного сна. Один из бестселлеров Dantone Home – диван «Калгари» со стройными ножками и удобными валиками для поддержки шеи. Эта модель также всегда доступна для заказа со склада.

Модульные диваны Dantone Home подойдут для просторных гостиных, требующих зонирования простран-



Универсальный раскладной диван «Фостер», Dantone Home

Компактный диван «Альби» с тонкими металлическими ножками поможет придать пространству легкости и визуально приподнять потолки.



ского дизайнера Дэвида Джирелли благодаря мягким формам поможет создать в гостиной атмосферу lounge.

Модель «Вестсайд» можно кастомизировать под свои запросы: выбрать степень мягкости подушек

и сторону расположения оттоманки, оснастить диван раскладным механизмом и даже коробом для хранения постельного белья. Еще одна особенность модели – спинка с регулируемыми валиками для головы. Под-

головники оснащены механизмом с тремя режимами, позволяющими выбрать идеальное положение для комфортного отдыха.

Увидеть диваны в интерьере можно в одном из монобрендовых шоурумов Dantone Home в Москве, Санкт-Петербурге, Екатеринбурге, Казани, Нижнем Новгороде и Геленджике. Заказать мебель можно в интернет-магазине с доставкой по России. Менеджеры расскажут о последних новинках и проверенных временем бестселлерах и помогут подобрать оптимальную модель для вашего дома.

dantonehome.ru



В КРУИЗ ПО СЕНЕ *ФРАНЦИЯ, ПАРИЖ*

Команда отеля La Réserve Paris - Hotel and Spa приглашает в путешествие по Парижу на роскошном винтажном катере в венецианском стиле: совершить круиз по сверкающим водам Сены, полюбоваться архитектурой французской столицы и отведать изысканные блюда от шеф-повара с 2-мя звездами «Мишлен» Жерома Банктеля можно до конца сентября. Изысканный способ познакомиться с французской философией art de vivre – искусством жить.

Кто куда...

ПУТЕШЕСТВИЯ, ОТЕЛИ, КУРОРТЫ, СПА,
РАЗВЛЕЧЕНИЯ, ПРИКЛЮЧЕНИЯ

МАЛЬДИВЫ *Fun&Toys* ФРАНЦИЯ *Fun&Toys* ШВЕЙЦАРИЯ *Fun&Toys* ГРЕЦИЯ *Fun&Toys* КАТАР *Fun&Toys*



ПАРИЖ-ПАРИЖ *ПАРИЖ, ФРАНЦИЯ*

Из летнего сада на террасе отеля Cheval Blanc Paris, расположенного на седьмом этаже, видны главные достопримечательности Парижа: Собор Парижской Богоматери, Лувр, Эйфелева башня и Монмартр. Для теплых вечеров на открытой террасе Арно Донкель совместно с шеф-поваром Уильямом Бекином разработали лаконичное и свежее меню, в котором главные ингредиенты обедов и ужинов – клубника и томаты. Гостей ждут французские тосты с сорбетом из зеленых томатов и другие изысканные сюрпризы.

ПИОНЕР МЕТАВСЕЛЕННОЙ *АНДЕРМАТТ, ШВЕЙЦАРИЯ*

Окруженный невероятной красотой Швейцарских Альп, 5-звездочный отель The Chedi Andermatt стал пионером метавселенной – интернет-пространства будущего, у которого нет ограничений современных коммерческих онлайн площадок. В 2021 году The Chedi Andermatt стал первым в Швейцарии отелем, который начал принимать платежи в Биткойнах и Эфириуме, двух самых популярных криптовалют. Теперь любители технического прогресса смогут посетить виртуальный шоурум и забронировать три уникальных программы для пребывания.



ЖИТЬ ЧТОБЫ ЛЮБИТЬ *ЛИМАССОЛ, КИПР*

Новое приобретение курортного спа-отеля Parklane - ресторан и бар LPM - включает в себя изысканную обеденную зону с минималистичным интерьером, отделанную деревом и мрамором, и потрясающую открытую террасу в стиле Французской Ривьеры. Яркую и непринужденную атмосферу заведения дополняют эффектные произведения искусства. В этом месте, полном жизнерадостности, гостей не покидает ощущение, что жизнь создана для любви!



ПОД ОТКРЫТЫМ НЕБОМ *ТОСКАНА, ИТАЛИЯ*

Расположенный в самом сердце Тосканы, уникальный Toscana Resort Castelfalfi объявил 2022-й годом искусства. В нынешнем сезоне вплоть до декабря на курорте под открытым небом будет действовать выставка скульптуры La Scuderia итальянского художника Джорджо Анджели с его Studio di Sculture d'Arte. Экспозиция под руководством Альберто Барталини представляет работы многих современных скульпторов и превращает улицы средневековой деревни Кастельфальфи в настоящий музей на свежем воздухе.



МИР ВЕЛНЕСА
МАЛЬДИВСКИЕ ОСТРОВА

Мальдивская сеть отелей The Ozen Collection приглашает гостей погрузиться в мир велнеса. Роскошные отели Ozen Reserve Bolifushi и Ozen Life Maadhoo категории lifestyle luxury предлагают целый комплекс оздоровительных программ на основе практик резидентов своего SPA- и WELLNESS-центра ELE | NA (Elements of Nature) и специально приглашенных специалистов альтернативной медицины со всего мира.



БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера

БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера



СОКРОВИЩА КОРФУ
ГРЕЦИЯ, КОРФУ

В мае 2023 года на греческом острове Корфу откроется курорт Ikos Odisia – шестое дополнение изысканной коллекции Ikos Resorts. Новый пляжный отель с территорией в 60 акров предложит гостям авторскую концепцию отдыха Infinite Lifestyle, в которую входит неограниченное посещение ресторанов а-ля карт с меню от шеф-поваров, отмеченных звездами Мишлен, ультрасовременный фитнес-центр и занятия различными видами спорта на открытом воздухе: от тенниса и катания на горных велосипедах до виндсерфинга и гребли на каноэ.



СЕКРЕТ СИЯНИЯ
ДОХА, КАТАР

Первый ближневосточный велнес-курорт, а также первый в мире центр Традиционной арабско-исламской медицины – Zula Wellness Resort by Chiva-Som – запустил новую комплексную программу Serenity Beauty Retreat, которая объединяет целостный подход к оздоровлению с процедурами эстетической медицины. Основной программы стала философия комплексного оздоровления, в соответствии с которой внешний вид человека отражает более глубокие уровни тела, разума и души.



НОВЫЙ ЦЕНТР
ОАЭ, ДУБАЙ

Группа отелей Minor Hotels, которая насчитывает 529 отелей и курортов в 56 странах мира, объявила о пополнении коллекции в Объединенных Арабских Эмиратах. Отель Anantara Downtown Dubai Hotel расположился всего в нескольких минутах езды от торгового центра Dubai Mall, небоскреба Бурдж-Халифа, Дубайской оперы и недавно открывшегося Музея будущего. Anantara Downtown Dubai обещает стать новым центром жизни города благодаря изысканным ресторанам и барам и SPA-салону Anantara Spa с традиционными тайскими процедурами и оздоровительными программами.



БЕЗ ГРАНИЦ
ЛУАНГПРАБАНГА, ЛАОС

В мае 2022 года Лаос полностью снял все ограничения на въезд в страну для иностранных путешественников. В честь этого отель Avani+ Luang Prabang, который располагается в самом сердце города Луангпранганга на берегу реки Меконг, запустил специальное предложение на размещение. Оно позволит окунуться в размеренную жизнь Лаоса и прикоснуться к его историческому прошлому благодаря прогулкам и экскурсиям, а также заземлиться и прочувствовать настоящий момент с помощью спа-процедур в отеле.



Комплекс ресторанов и лаунж-обсерватория Sky


БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ
 Генеральный партнер номера

БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ
 Генеральный партнер номера


Подводный панорамный ресторан SEA

А тех, кто проведет на острове более 8 ночей, ждет снорклинг со скатами манта-рэй или морская прогулка с дельфинами.

Ежегодная миграция мант – впечатляющее явление: скаты собираются в большие группы, чтобы полакомиться планктоном в бухте Ханифаару Бей и грациозно парят и кувыркаются в воде. Наблюдать этот удивительный балет можно, находясь на поверхности воды в ластах и маске.

Вообще подводный мир курорта, расположенного в биосферном заповеднике, настолько щедр и разнообразен, что знакомство с ним может начаться прямо с

ДО ЛУНЫ И ОБРАТНО

Курорт Anantara Kihavah - это квинтэссенция Мальдив! Все, о чем вы мечтали, представляя себе свою мальдивскую поездку, здесь легко и непринужденно станет вашей реальностью. Неслучайно новое предложение курорта так и называется - Best of Maldives.

Главное в каждом путешествии мечты – это место. Курорт Anantara Kihavah расположился в прекрасном месте – на коралловом рифе атолла Баа в акватории биосферного заповедника ЮНЕСКО. Кстати, именно здесь находится коралловая «стена» – достопримечательность, увидеть которую мечтают дайверы всего мира.

Гости курорта могут остановиться на пляжных виллах (Beach Pool Villa), окруженных пышными джунглями с

одной стороны и безупречным частным пляжем с другой, или выбрать виллы на воде (Over Water Pool Villa), расположенные в чистой лагуне с живописными видами на океан. Оба типа вилл предлагают гостям просторный бассейн, обеденную зону на свежем воздухе, просторную веранду и места для отдыха с гамаком и лежаками. Предмет особого восторга на водных виллах – ванна с прозрачным дном, через которое отлично просматривается активная жизнь океана. Персональные батлеры окружают гостей

круглосуточной заботой, продумывая и предугадывая вперед все их желания.

Настоящим приключением станет для вас трапеза в подводном ресторане SEA, расположенном на глубине 6 метров! Ресторан удостоен множества наград, а коллекция его винного погреба из более чем 450 марок удивит даже самых искушенных гостей. В ресторане вы сможете наблюдать за жизнью подводных обитателей, в то время как шеф повар гаран-

тирует исключительное наслаждение от сет-меню из четырех блюд.

Гастрономические удовольствия на курорте Anantara Kihavah готовят гостям шесть баров и ресторанов, а если вы захотите начать день с сюрприза, закажите роскошный плавающий завтрак, который доставят прямо к бассейну вашей виллы.

Завтраки и ужины в трех ресторанах и роскошный обед в подводном ресторане SEA включены в пакет Best of Maldives.



Вилла Over Water с бассейном



Снорклинг со скатами манта-рэй



Вилла Two-Bedroom Family Beach Pool

пляжа или со ступенек вилл на воде.

А если вас всегда завораживали тайны Вселенной, отправляйтесь вечером на террасу лаунж-обсерватории Sky. На курорте Anantara Kihavah построена единственная на Мальдивах надводная обсерватория с очень мощным телескопом. Здесь вы, как на ладони, увидите Млечный путь, Венеру, Марс и загадочную поверхность Луны.

Мальдивский курорт Anantara Kihavah – это остров, где сбываются самые заветные мечты. Здесь Мальдивы делятся своими секретами и, не скупясь, отдают гостям все самое лучшее.

«Erwin, Река»,
карельская форель
с томленным
корнем сельдерея
и луковым
конфитуром



Клевый сезон

РЫБНЫЕ МЕСТА СТОЛИЦЫ

Как известно, свежая рыба в наших широтах имеет особую ценность. Свежесть - это уже половина успеха, когда речь идет о блюдах из рыбы и о морепродуктах. Другая же половина успеха - искусство и фантазия шеф-повара. Московские рестораны преуспели и в том, и в другом.



Mercedes Bar, дорадо в листьях нори на пару с соусом трюфельный юзу

«Кафе Пушкинъ»,
авокадо с
карельской
форелью



Рыбные блюда - отдельный вид искусства. Несмотря на то, что на первый взгляд они кажутся простыми и незамысловатыми, в их приготовлении важно учитывать множество нюансов. Во-первых, как была выращена и откуда привезена рыба. Во-вторых, в каком виде: замороженная, охлажденная или живая. В-третьих, какой способ приготовления и какие ингредиенты были выбраны шеф-поваром.

В меню ресторана «Магадан» можно найти рыбу и морепродукты на любой вкус. Из Мурманска на кухню доставляют треску, палтуса, лосось и морского ежа, из Якутии везут охлажденного омуля, а с Камчатки - крабов. Одним из самых популярных блюд считается фирменное севиче с икрой-тартар из свежельвовленного сахалинского гребешка, свежими томатами, авокадо и черной икрой.

Не менее интересна подача палтуса - с печеным томатом и цветной капустой под соусом из белого вина. Рыба получается удивительно нежной, а овощи служат ей идеальным аккомпанементом. А в ресторане «Клево» шеф-повар Захар Иванченко подает палтуса с пюре из арахисовой тыквы, приправленной трюфельным кремом.

Часто рыба невольно ассоциируется у нас с морским побережьем, где ее искусно готовят в небольших тавернах. Нежный сибас, так чудесно напоминающий о солнечных днях на побережье, в ресторан «Казбек» поставляют в охлажденном виде прямиком из Турции. Филе сибаса запекают в конвектомате, а подают с миксом зеленых овощей, приготовленных на пару, в сочетании с соусом дзадзыхи.

Необычную подачу сибаса можно встретить в японском ресторане SHIBA. Бренд-шеф Макар Цой готовит доставленную самолетом из Аргентины рыбу в соусе нитцуки и подает с грибами шиитаке и припущенным шпинатом.

Рыба, приготовленная в паназийском стиле, всегда отличная идея. Верное тому подтверждение - дорадо в листьях нори на пару с соусом трюфельный юзу в меню Mercedes Bar. «Мы заворачиваем филе дорадо в смоченный соевым соусом лист морских водорослей нори и затем готовим его на пару, что позволяет максимально сохранить вкус и сочность рыбы», - рассказывает шеф-повар Артем Сергеев.

Невероятной популярностью пользуются в России блюда с охлажденной и слабосоленой форелью. Лучшей парой для этой рыбы, конечно же, выступает авокадо. Беспроигрышная комбинация стала абсолютным хитом в меню ресторана «Кафе Пушкинъ». Охлажденную форель доставляют в контейнере со льдом из Карелии, подают с пикантной заправкой из соевого соуса, рисового уксуса,

«Казбек», сибас с овощами и соусом дзадзыхи



Butler, филе угольной рыбы с коллекцией томатов



«Магадан», тартар из лосося



«Сыроварня», деревенский салат из печени трески



Christian, скумбрия с рикоттой и лимонным соусом



Veluga, мурманский осьминог, кефир из кокосового молока, печеный баклажан



«Клёво», палтус с тыквенным пюре и трюфельным кремом

имбиря и кинзы. Так блюдо приобретает соево-имбирный вкус с ярким ароматом трав.

В ресторане «Erwin.Река» привезенную из Карелии форель разделяют на стейки, коптят и готовят вместе со слайсами сельдерея на подушке из карамельного лука. В финале блюдо украшают амброзией из брусники и ароматной кинзой. Шеф-повар Павел Петухов отмечает, что выращенная в России форель отличается от норвежской и имеет более сбалансированный вкус благодаря натуральным кормам, которые используют на фермах Карелии.

По части качества и свежести выловленной рыбы одно из первых мест в России наравне с Карелией занимает Мурманск. Например, шеф-повар сети ресторанов «Сыроварня» Алексей Медведев украшает мурманским малосольным лососем бру-

скетту со страчателлой, каперсами и рукколой. Везут в Москву из этого региона и осьминогов. В «Белуге» их готовят в собственном соку на протяжении 12 часов, затем обжаривают в жире говядины вагю. Сервируют блюдо печеным баклажаном с эмульсией из черного чеснока и кефиром из кокосового молока.

Многие заведения не ограничиваются российскими фермами и продолжают расширять географию поставок рыбы и морепродуктов. В новиковском Assunta madre можно попробовать марокканского осьминога с пюре из батата, а в Erwin.РекаМореОкеан – с пюре из топинамбура. Прекрасная альтернатива португальской классике в виде запеченного осьминога с картофелем.

Попробовать атлантическую скумбрию, приготовленную по старинному семейному рецепту, можно в ресторане Christian. По словам шеф-повара Кристиана Лоренцини, во время семейных трапез бабушка подавала к столу порцию скумбрии, которую дед очень любил есть с рикоттой и маслом. Так рецепт любимого итальянского блюда перекочевал в один из разделов меню, став абсолютным хитом московского заведения.

Редкая находка на гастрономической арене искушенной в кулинарном плане Москвы – филе угольной рыбы в авторском исполнении непревзойденного Джузеппе Дави, шеф-повара ресторана Butler. Это один из самых редких сортов рыбы, которая водится только в Тихом океане вдоль Камчатского побережья и Курильских островов. Филе угольной рыбы подают в Butler с тончайшими чипсами, соусом унами и помидорами конфи.

Однако какой бы разнообразной и замысловатой ни была подача и сервировка рыбы и морепродуктов, в этом вопросе на первый план всегда выходит качество и свежесть. А она, как мы хорошо помним, «бывает только одна – первая, она же и последняя».



Assunta madre, осьминог с пюре из батата

Путешествия продолжаются

Сегодня людей, мечтающих о путешествиях, вместо приятного предвкушения отдыха и впечатлений, все чаще тревожит множество вопросов и охватывает чувство неопределенности из-за информации о новых ограничениях и запретах. Неужели теперь возможность отдохнуть и не потратить при этом космическую сумму станет несбыточной фантастической мечтой для многих из нас?

О том, как обстоят дела с зарубежными поездками, на какие российские маршруты стоит обратить внимание, есть ли реальный повод для беспокойства, беседуем с основателем федеральной сети туристических агентств «ХотТур» Натальей Шевцовой.

— Наталья, как сейчас обстоят дела в туристической отрасли?

— Конечно, новостной фон добавляет тревоги и непонимания для туристов, но все не так страшно. На данный момент для туристических поездок открыто 87 стран, среди которых Мальдивы, Турция, Египет, Шри-Ланка, Венесуэла, Марокко, ОАЭ, Сейшелы, Таиланд... Кроме того, не стоит забывать о нашей огромной мультикультурной стране с ее удивительными по красоте горо-



дами и потрясающей природой. Сочи, кавказские Минеральные Воды, Алтай, Санкт-Петербург, Москва приятно удивят вас безупречным сервисом и местами для отдыха с множеством развлечений для самого взыскательного туриста.

С учетом подбора самых выгодных предложений и раннего бронирования сегодня можно отлично отдохнуть, выбирая привычное качество и уровень сервиса. Добраться до места отдыха можно как прямыми рейсами, так и с комфортной пересадкой в Москве. Однако, сегодня важно понимать, что ситуация может меняться каждую минуту, и данные необходимо постоянно актуализировать. Турагент — источник надежной и полной информации. Мы развиваем каждого нашего сотрудника, регулярно его обучаем, для того чтобы наш турист наслаждался комфортным и приятным отдыхом!

— Давайте конкретизируем: какие именно преимущества дает сотрудничество с проверенным турагентством?

— Туристы обращаются к нам в турагентство прежде всего за опытом, сервисом и выгодными ценами. Организация отдыха повышенного уровня комфорта требует особых знаний. Наши менеджеры обязательно подберут тур, который оправдает все ваши самые смелые ожидания. «ХотТур» — компания, которая вот уже 11 лет развивается в сфере туризма. За это время мы организовали около 100 тысяч туров в самые разные уголки планеты. И сделали более 300 тысяч туристов счастливее. Помимо пакетных туров мы занимаемся также бронированием отелей, продажей авиа- и ж/д билетов, а также визовой поддержкой, в том числе и для организации деловых поездок. Безусловно, за это время нами были изучены все тонкости качественного отдыха. Самое главное — это, конечно, уровень сервиса, который люди получают при обращении в компанию.

На данный момент для туристических поездок открыто 87 стран, среди которых Мальдивы, Турция, Египет, Шри-Ланка, Венесуэла, Марокко, ОАЭ, Сейшелы, Таиланд ...

— Вы гарантируете каждому гостю турагентства только высочайший сервис?

— Главная задача агентства — сделать путешествие легким. Именно поэтому мы прикрепляем персонального менеджера, напоминаем о времени и дате вылета. В личном кабинете туристу доступна вся необходимая информация о забронированном путешествии. Система контроля качества позволяет нам обеспечить достойный уровень коммуникации на каждом из этапов работы.

Наш девиз: «Путешествуй легко!». Мы делаем все, чтобы отдых был доступен каждому. Ведь море и солнце — то, что необходимо взрослым и детям, особенно жителям таких регионов как Сибирь. Современный уровень сервиса — это прежде всего профессионализм турагентов и их постоянное обучение. За счет регулярных поездок в рекламные туры, наши менеджеры знают рынок туризма со всех сторон.

Наша сила в постоянном развитии, в технологиях, стандартах и автоматизации всех процессов. Так что теперь каждый турист выбирает для себя наиболее комфортный и оптимальный вариант выбора маршрута и его оформления. В «ХотТур» доступна покупка туров онлайн. Это значит, что человек может пройти все этапы приобретения тура, не выходя из дома. А наши менеджеры помогут, если в этом возникнет необходимость.

— Онлайн-покупки туров — это удобный формат работы с клиентами?

— Безусловно это удобный формат, особенно для мобильных туристов, которые привыкли к покупкам через интернет. Самое дорогое, что у нас есть, — это время. Мы это понимаем и нашли оптимальное решение для его экономии, при котором мы, как и прежде, остаемся на связи. Если турист допустил ошибку при оформлении, с ним обязательно свяжутся наши специалисты и помогут исправить неточности.

В Томске у нас активны 4 офиса продаж (ТРК «Лето», ТЦ «Модный Базар», ТЦ «Биг Сити», ТЦ «Клевер»), поэтому какой бы вариант обращения вы ни выбрали, — вам в любом случае помогут подобрать и забронировать ваш отдых мечты.



Подобрать тур
за 15 минут

Офисы продаж:

ТЦ «Биг Сити», пр. Ленина, 80 а, 3-й этаж, тел. 226-919;
ТЦ «Клевер», пер. Асфальтовый, 8, тел. 236-217;
ТРЦ «Лето», ул. Нахимова, 8, стр. 13, тел. 221-271;
ТЦ «Модный Базар», пер. 1905 года, 14 б, 3-й этаж, тел. 223-629

🌐 xottur.ru
📱 vk.com/xottur
📌 t.me/xottur_ru



СВАДЬБА КСЕНИИ ХМЕЛЕВСКОЙ И ТИХОНА ПАВЛОВА

Редакция «Дорого удовольствие» от всей души поздравляет с днем свадьбы своих добрых друзей и постоянных партнеров журнала Ксению Хмелевскую и Тихона Павлова и желает семье счастья, согласия и огромной любви, которая всегда будет жить в их сердцах. 21 июля в присутствии самых родных и близких людей состоялся праздник, посвященный бракосочетанию Ксении и Тихона. В этот день молодожены решили собрать всех, кто им дорог, на своем празднике в украшенном цветами гостевом доме «Шале». Счастливые лица влюбленных, улыбки и поздравления, романтическая атмосфера — теплый летний день стал незабываемым радостным событием для всех приглашенных.

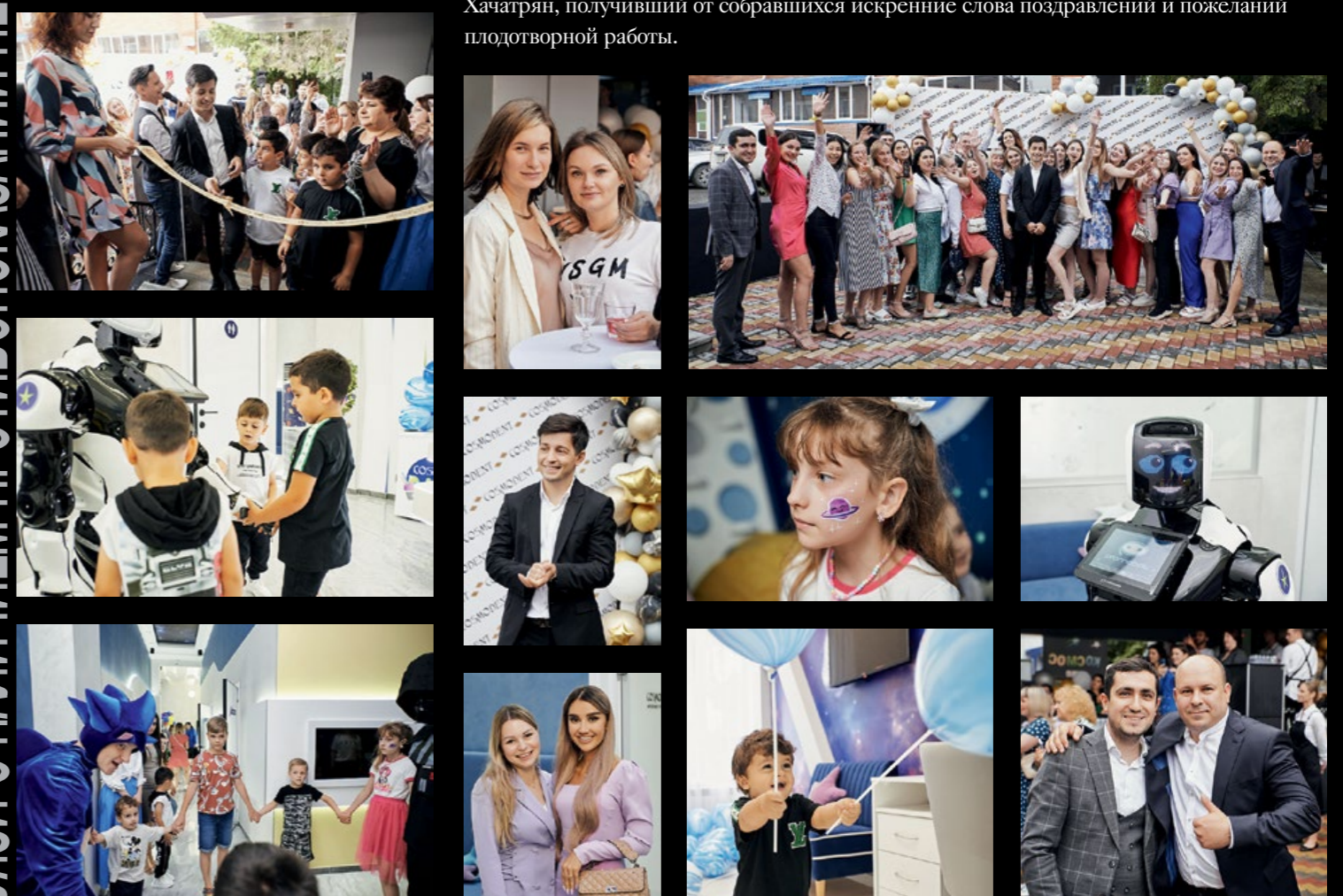


ПРАЗДНИЧНОЕ КОСМИЧЕСКОЕ ОТКРЫТИЕ



29 июля в самом центре Томска, по адресу пр. Фрунзе, 16, состоялось праздничное открытие сразу двух филиалов авторской клиники эстетической стоматологии «COSMODENT» — специализированной клиники для детей «COSMODENT KIDS» и клиники «COSMODENT» для взрослых.

Маленькие гости мероприятия провели время на игровой площадке со сладкой sugar-free-зоной и аниматорами. Взрослых гостей ждали экскурсия по стоматологии, живая джазовая музыка, розыгрыш подарочных сертификатов на услуги клиники, угощение. Фирменную ленточку перерезал директор сети «COSMODENT» Гурген Вачикович Хачатрян, получивший от собравшихся искренние слова поздравлений и пожеланий плодотворной работы.





ЖИВОЕ СЛОВО

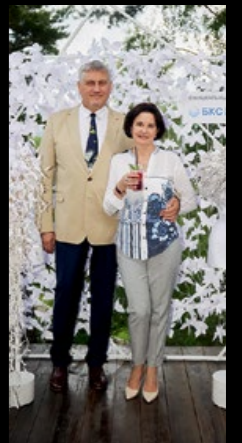
17 июня в гастробаре Burger Lab состоялась презентация книги православного издательства «Никея». Уникальное издание «Последнее письмо святого юриста Юрия Новицкого» было представлено автором идеи и организатором ее создания, управляющим партнером юридической фирмы «LL.C-Право» Дмитрием Лизуновым. Необычный формат презентации, объединивший гостей самых разных поколений и разных интересов, служителей церкви и мирян, не оставил равнодушным никого из присутствующих. В течение 2,5 часов, в атмосфере дружеского живого общения гости мероприятия не только познакомились с реальными историческими фактами, лежащими в основе повествования, но и поговорили о подвиге, личном выборе каждого человека и верности ему, святости и о других важных общечеловеческих темах. Подробнее о книге можно узнать на стр. 34-36.



ПРИВАТНАЯ ВЕЧЕРИНКА В БЕЛОМ

Этим летом в Томске состоялось очередное закрытое мероприятие «У Хороших хорошо». Бизнесмен и меценат Артем Хороших с супругой Аленой устраивают его третий год подряд, и в этот раз на нем присутствовали гости не только из Томска, но и из Москвы, Санкт-Петербурга, Волгограда, Челябинска, Красноярска, Нижнего Новгорода, Екатеринбурга, Новокузнецка, Кемерово.

А все потому, что весной Артем совершил одиночный автопробег по России, посетив 17 крупных городов, во многих из которых он останавливался и встречался с представителями сигарных клубов. Путешествие заняло 39 дней, и по возвращении домой возникла идея собрать новых знакомых вместе. В ответ на приглашение в Томск приехали более 70 гостей. Встреча прошла в живописном поселке Синий утес с видом на сибирские просторы и реку Томь. Партнер «УХХ 3» – БКС Мир инвестиций.





ЛЕТНЕЕ ОТКРЫТИЕ В «ЛЕТО»



26 августа в ТРК «Лето» состоялось открытие обновленной студии стиля «Kira и Я».

Красивое пространство принимало своих гостей, которых ждали лотерея с ценными призами, музыкальная программа от диджея, фуршет и подарки от партнера. Весь вечер в студии работала визажист Евгения Иноземцева, услугами которой с сегодняшнего дня может воспользоваться каждая покупательница студии стиля «Кира и Я».



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

OPTISSIMO
Салон оптики

Эксклюзивные коллекции оправ и солнцезащитных очков от мировых брендов. Новый интерьер, новые коллекции, новые бренды.

OPTISSIMO_OPTIKA

ТАЙМБЕРРИ
Сеть часовых салонов

Официальный представитель ведущих мировых брендов. Уникальные коллекции часов, аксессуаров и эксклюзивных подарков.

ТАЙМБЕРРИ.РФ

ЭЛЬ ЛИКОН
Центр коррекции зрения

Ортокератология.
Подбор ночных линз.
Наслаждайтесь отличным зрением в течение дня без очков и контактных линз!

ELLIKON.RU

FACE PLACE
Студия лифтинг-массажа

Процедура омоложения кожи лица с помощью силового лифтинг-массажа. Авторские методики.

TOMSK.FACEPLACE.ME

СИБИРСКИЙ ДВОР
База отдыха

Отдых в любое время года вдали от суеты, рядом с лесом и озером. Дом, баня, мангал, беседка, сибирский чан и бассейн.

SIBIRSKIYDVOR.TOMSK.RU

КИРА И Я
Студия стиля

Уникальное предложение: в обновленном пространстве ТРК «Лето» теперь можно при выборе образа получить manic от профессионального визажиста.

KIRASTYLE_TSK

Астропрогноз

БКС МИР
ИНВЕСТИЦИЙ
Генеральный партнер номера



Колье *Chopard*,
Red Carpet
Collection

Весы 23.09- 22.10

Вас не слышно и не видно, но это стратегическая передышка перед решающим броском. Переосмысление некоторых событий из прошлого в вашем случае носит исключительно практический характер. У вас большие планы на будущее и все основания триумфально вступить в новый этап своей жизни. Дерзайте, все получится!

СКОРПИОН 23.10-21.11

Звезды советуют вам сделать паузу, чтобы подвести итоги и определить ориентиры на будущее. Подумайте, какой бы вы хотели видеть свою жизнь через пять лет. Для удобства разбейте на сферы: карьера, семья, хобби, приобретения. Кстати, шопинг будет весьма удачным и прямо сейчас.

СТРЕЛЕЦ 22.11-21.12

Проявляйте себя! Чем ярче и оригинальнее, тем лучше! Если вы чувствуете, что в вас колючая энергия, не преграждайте ей путь. Вот увидите, окружающий мир ответит вам взаимностью.

КОЗЕРОГ 22.12-19.01

В сентябре семейная жизнь может приобрести для Козерогов большее значение, чем карьерные устремления. Не бойтесь следовать зову сердца. Изучите прошлое своего рода, откликнитесь на просьбы близких и проводите побольше времени дома.

ВОДОЛЕЙ 20.01-18.02

Через тернии к звездам – под таким девизом пройдет сентябрь у большинства Водолеев. Новые задачи могут потребовать от вас немалых усилий, но результаты будут того стоить. Ждать у моря погоды или встать у штурвала своей судьбы – решать только вам!

РЫБЫ 19.02-20.03

Если в своей страсти к совершенству вы доберетесь до пропорций собственной фигуры, не забывайте, что спорт и низкоуглеводная диета – это замечательно, но если очень захочется яблочной шарлотки с мороженым, позволяйте себе эту слабость. И не сидите дома – звезды обещают Рыбам романтическое знакомство.

ОВНЫ 21.03-19.04

Активным и целеустремленным Овнам в сентябре следует

сместить фокус внимания на собственное здоровье и эмоциональное состояние. Звезды советуют вам заранее позаботиться о своем комфорте и уюте в зимние месяцы.

ТЕЛЫЦЫ 20.04-20.05

Двигайтесь вперед несмотря ни на что! Помните, главное, что приближает вас к цели – это умение хорошо организовать свою работу. И не бойтесь выделять время на качественный отдых – вам это необходимо.

БЛИЗНЕЦЫ 21.05-20.06

Этот сентябрь может стать для вас своеобразным промежуточным этапом, а известная поговорка «Тише едешь, дальше будешь» – оптимальной стратегией. Поберегите силы и нервы, они вам еще пригодятся!

РАК 21.06-22.07

Ракам выпадает шанс стабилизировать ситуацию в приоритетных сферах жизни и освободить силы для открытия новых горизонтов. Однако прежде чем приступить к новым свершениям, следует довести до ума текущие проекты. Запаситесь терпением и упрочьте нынешние позиции.

ЛЕВ 23.07-22.08

Львам стоит быть начеку – сентябрь будет непростым и противоречивым, перемены могут затронуть не только профессиональную и финансовую сферу, но и личную жизнь. Не падайте духом, и уже к концу месяца вы оцените верность фразы «дорогу осилит идущий»!

ДЕВА 23.08-22.09


Звезды указывают на то, что Девам предстоит занять в сентябре активную жизненную позицию. Похоже, перемены намечаются по многим фронтам. И сейчас вы готовы к ним как никогда.

ЖУРНАЛ
ДОРОГОЕ
УДОВОЛЬСТВИЕ

15

ЛЕТ В ТОМСКЕ

Если вы хотите сделать публикацию о своей компании в юбилейном номере, звоните по тел. 52-10-01

dorogoe.tomsk.ru
 [dorogoeudovolstvietomsk](https://vk.com/dorogoeudovolstvietomsk)

ПОДАРКИ

Арт-бутик «Русский Шарм», ул. Никитина, 99, тел. +7-961-098-19-33

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Салон женской одежды «Avelon», ул. Герцена, 68, стр. 10, тел.: 320-015, +7-913-104-26-02; ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ «Лето», тел. +7-913-811-19-05 / Магазин экошуб и пальто «Mehico brand», ул. А. Беленца, 9/1, 2-й подъезд, 2-й этаж, правое крыло, тел. +7-983-230-00-03, mehico-brand.ru / Магазин женской одежды «Kira и Я», ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ «Лето», тел. 56-46-97 / Салон мужской одежды «Premier-V», ул. 79-й Гв. дивизии, 24, ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Врач-стоматолог **Ниджат Мустафазаде**, стоматология «ЗубОк», пер. Урожайный 29/1, тел.: 70-87-07, +7-913-820-89-82; пр. Кирова, 58, тел. 70-87-07, skzubok.ru, vk.com/skzubok / Мастер-бровист, владелица студии «Маникюр и брови Здесь by Titovabeauty» Екатерина Титова, ул. К. Маркса, 3, тел. +7-913-887-51-57 / Психолог, преподаватель ТГУ **Яна Чаплинская**, ул. Никитина, 10, стр. 1, тел.: +7-923-408-61-18 / Центр силового лифтинга-массажа «Face Place», пр. Фрунзе, 92 г, ТЦ «Зеркальный Риф», тел. 905-916, WA: +7-918-120-26-27, tomsk.faceplace.me / Врач-эндокринолог **Ольга Абакумова**, Центр междисциплинарной медицины «Медкабинет», пр. Ленина, 127, тел. +7-909-538-14-35, vk.com/

dr.abakumova_olga / Стоматолог-ортодонт **Мария Васильченко**, НПЦ «Стоматология», пер. Совпартшкольный, 10 а, тел. 900-003 / Стоматологическая клиника «ОртоСоло», ул. Архитектора Василия Болдырева, 2, тел.: +7-913-853-73-72, 71-73-72, 33-73-72, orto-solo.ru / Хирургия, поликлиника, косметология «Первая частная клиника», ул. Пушкина, 16, пер. Макушина, 14 б, тел. 65-16-50, 1klinika.ru, t.me/chastna1 / Модельное агентство «Fashion Fond», vk.com/ffmodels_agency, ул. Карташова, 25, тел. 323-646 / Оптика «Optissimo», пр. Фрунзе, 40, тел. 52-93-69, ellikon.ru / **Ольга Булычева**, предприниматель, партнер немецкого бренда LR Health & Beauty, тел +7-906-959-10-17, vk.com/obulicheva

ДОМ И ИНТЕРЬЕР

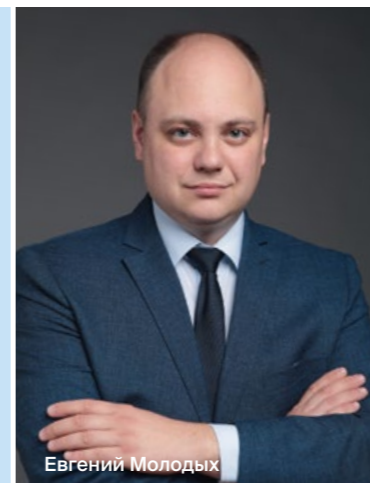
Жилой комплекс «Комсомольский, 48», пр. Комсомольский, 48, тел. 60-99-33, k48.pф

ОБРАЗ ЖИЗНИ

Инвестиционная компания «БКС Мир Инвестиций», Томский филиал, пр. Ленина, 63, тел. 70-50-30 / Бухгалтер для вашего бизнеса «ПроФСтандарт», г. Томск, ул. Кулева, 3, офис 5; г. Новосибирск, ул. Бориса Богаткова, 210/1, офис 404, тел. +7-952-897-59-99, profstandart70.ru, vk.com/buhtsk / Центр боевых искусств «Андзэн», Иркутский тр., 15, тел. 225-884, vk.com/andzenmilovanov / Адвокат **Михаил Ерастов**, пр. Ленина, 82 а, стр. 4, тел. +7-923-400-71-11, advocaterastov.ru / Школа иностранных языков «Pugs School»,

пр. Кирова, 51 а, стр. 5, офис 506, тел. +7-996-637-81-73, pugs-school.ru / Школа танца «Бит Бомбит», ул. Котовского, 19, ул. Прибрежная, 36, ул. Совхозная, 16, тел: +7-913-111-22-30, битбомбит.рф / Благотворительная юридическая служба «Pro Deo», ул. К. Маркса, 48/1, офис 223, продео.рф / Юридическая фирма «ЛЛ.Си-Право», пер. Комсомольский, 16 а, тел.: 53-10-54, 52-61-88, llc-pravo.ru / Оператор недвижимости «Перспектива 24», ул. Никитина, 20, тел. 53-55-55, tomsk.perspektiva24.com / Консалтинговое объединение «Превентива», пр. Фрунзе, 103 д, 3-й этаж, тел. 902-622; пр. Мира, 27, тел. 236-422; Иркутский тракт, 53 б, тел. 236-322; ул. Нахимова, 8/1, тел. 236-222; пер. Дербышевский, 26 б, тел. 236-122, preventiva.ru / Федеральная сеть турагентств «ХотТур», пр. Ленина, 80 а, ТЦ «Биг Сити», 3-й этаж, тел. 226-919; пер. Асфальтовый, 8, ТЦ «Клевер», тел. 263-217; ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ «Лето», тел. 221-271; пер. 1905 года, 14 б, ТЦ «Модный Базар», 3-й этаж, тел. 223-629, hottur.ru, vk.com/hottur_ru, t.me/hottur_ru, ok.ru/tomsk.hott.tom / Ведущая, организатор, режиссер, руководитель «Мастерская праздников» **Ксения Лобанова**, пр. Ленина, 163, офис 1, тел.: 23-19-19, +7-913-824-97-38, masterpr70.ru / Жилой комплекс «Salt park», тел.: 90-77-00, 90-02-79, saltpark.ru, vk.com/saltpark

Управление частным капиталом



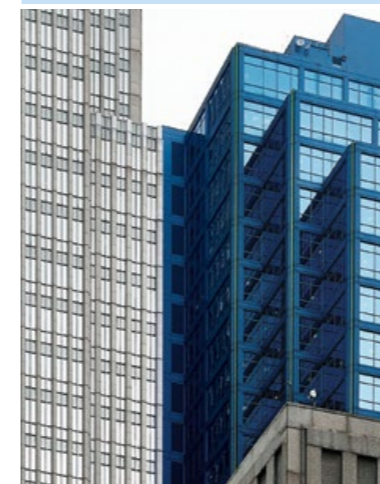
Евгений Молодых



Оксана Буздалина



Даниил Ровицкий



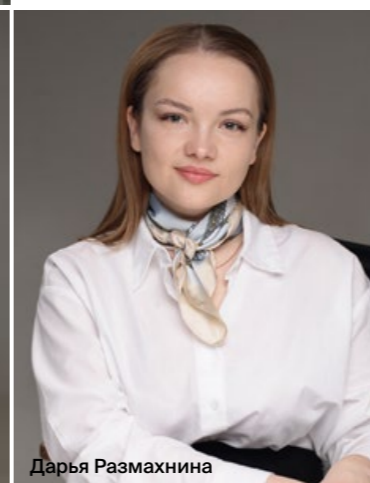
БКС в лицах. Томск



Иван Бедов



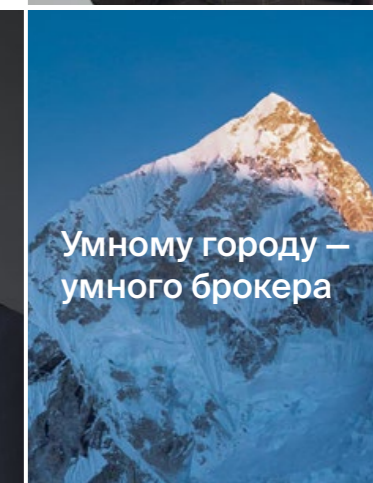
Вадим Харламов



Дарья Размахина



Даниил Воропай



Умному городу –
умного брокера



Посетить ближайшее мероприятие на тему инвестиций или получить персональную финансовую консультацию.

БКС Мир инвестиций.
Томский филиал, пр. Ленина, 63



Ксения Казанцева



Антон Яхонтов



РЕНТГЕНОЛОГИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

ФЛЮОРОГРАФИЯ | МАММОГРАФИЯ | РЕНТГЕНОГРАФИЯ