

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

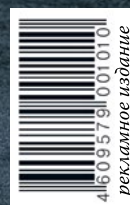
АПРЕЛЬ-МАЙ 2023
ТОМСК

ЛИЦО
С ОБЛОЖКИ
ИЛЬЯ
КАЗАНЦЕВ

СПЕЦПРОЕКТ
ТОМСКИЕ
ЛАУРЕАТЫ

МИР
ИНВЕСТИЦИЙ
ЕВГЕНИЙ
МОЛОДЫХ

16+

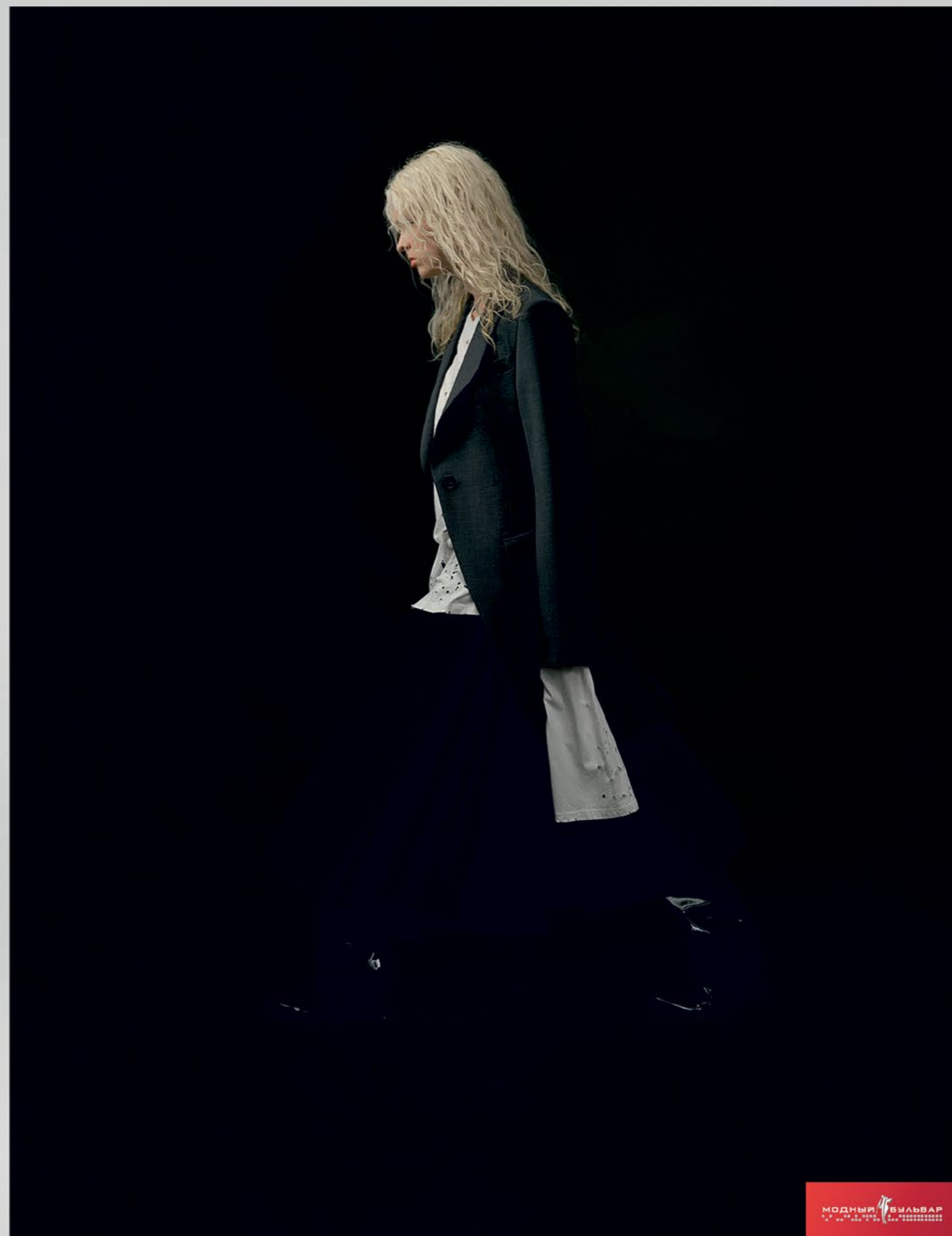




Luxury
Kashemir

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

SPORTMAX







KENNEL & SCHMENGER
SCHUHMANUFAKTUR

Baldinini VOILE BLANCHE

sv-center.ru



пр. Ленина, 15 / 42-73-20

Компания «Красивый дом» — надежный поставщик товаров и строительных материалов для загородных домов и благоустройства садовых участков. Высокое качество, уровень обслуживания и ценовая политика привлекают сюда все больше клиентов. Имеющийся ассортимент продукции и дизайнерских решений способен удовлетворить самые изысканные проектные запросы по созданию неповторимого и комфортного дома. С полным ассортиментом товаров вы можете ознакомиться на сайте www.kdtomsk.ru.



БЕЗРАМНОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ

Это современный способ обустройства террас, балконов, веранд для любителей отдыха на природе и открытого пространства. Кроме неоспоримой эстетики, панорамное остекление имеет ряд практических преимуществ. Летом герметичная система станет непреодолимым препятствием для дождя, пыли, грязи, а зимой — для снега и метелей. Система выдержит сильные порывы ветра скоростью до 175 км/ч. Террасное остекление LARGO — это изящная конструкция премиального качества. Несмотря на свою внешнюю хрупкость, система отличается высокой степенью безопасности и надежности.



САДОВАЯ МЕБЕЛЬ ИЗ ИСКУССТВЕННОГО РОТАНГА

Садовая мебель из искусственного ротанга от российской фабрики плетеной мебели — это экологически чистый материал и широкие дизайнерские возможности. Коллекции подобраны таким образом, чтобы максимально комфортно скомпоновать и столовую группу, и лаунж-зону. Удобная, по-настоящему стильная мебель на основе легкого и прочного алюминиевого каркаса отлично подойдет для загородного дома, кафе или ресторана. А главное, подарит настоящий простор для дизайнерского творчества благодаря многообразию жгутов по цвету, текстуре, конфигурации и широчайшему спектру текстиля.



ЯПОНСКИЕ ФАСАДНЫЕ ПАНЕЛИ

Японские фасадные панели делают внешний вид здания более стильным и дорогим благодаря разнообразию точных и реалистичных фактур — под штукатурку, кирпич, камень или дерево. Они защищают стены от коррозии и сберегают энергоресурсы. Панели изготавливаются из экологичных негорючих материалов, обладают высокой морозостойкостью. Вентилируемые фасады защищены от выцветания, способны к самоочищению благодаря гидрофильному покрытию, имеют высокие звукоизоляционные свойства и великолепные эксплуатационные характеристики (срок службы более 50 лет) за счет использования технологии многослойности.



ИЗДЕЛИЯ ИЗ ДРЕВЕСНО-ПОЛИМЕРНОГО КОМПОЗИТА

Древесно-полимерный композит — это сочетание эстетики дерева и технологичности пластика. Область применения изделий из ДПК невероятно обширна. Террасная доска используется на территории вокруг бассейнов, для садовых дорожек, ею можно выложить полы на террасе, веранде, балконе, а также облагородить грядки и обустроить теплицы. Преимущества ДПК: долгий срок эксплуатации — до 25 лет, устойчивость к перепадам температур, влаги и ультрафиолету. Террасная доска не подвержена атакам грибков и насекомых, не деформируется и не требует покраски.





Фото: Ольга Попова
Стиль: Fashion студия Ольги Бузыцкой



ет понятия более неопределенного, чем красота. Иногда, обсуждая с дочерью кинозвезд, с изумлением обнаруживаю, что ей категорически не нравятся те, кого я всегда считала красивыми. И наоборот. Разные вкусы и мнения, переменчивая мода. Всем не угодишь. Да и не нужно!

Софи Лорен, признанная красавица, сказала мудрую вещь: «Ничто не делает женщину красивее, чем ее уверенность в своей красоте».

У каждой из нас свой путь к тому, чтобы обрести эту уверенность. У одних она есть с рождения, другие проделывают долгий путь, чтобы по-настоящему увидеть и принять себя. А кто-то, поверив в свою красоту однажды, с годами утрачивает это восхитительное чувство, тускнеет, теряется, гаснет... Знаете эти фразы-индикаторы: «Да кому это нужно?», «Я же знаю, сколько мне лет...», «Для кого мне стараться?»

Ответ простой – для самой себя. Потому что ощущение своей красоты и привлекательности делает нас счастливыми. Возможно, это звучит несколько примитивно и не в духе феминизма, но я уверена, что женщины устроены именно так. Независимо от возраста.

Бабушке моей подруги 96 лет. Когда к ним домой пришел электрик и сказал между делом, что никогда не дал бы ей таких лет, бабушка весь день сияла счастливой улыбкой.

Говорите нам комплименты, не жалейте слов, внимания, тепла. Они запускают программу красоты, которая предустановлена в каждой женской душе. А красота, как известно, спасет мир.



Елена Бальбурова,

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



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



ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

Главный редактор **ЕЛЕНА БАЛЬБУРОВА**

Дизайнер **ТАТЬЯНА СМЕРНОВА**

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**

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

dorogoe.tomsk.ru

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 6 апреля 2023 года. № 4-5 (158). Тираж 2 500 экземпляров.

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

Приобрести издание вы можете по адресу: ул. Герцена, 72 б, «Рекламный дайджест»

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

EXEED

BORN FOR MORE

Рассрочка 0%*
на покупку автомобиля EXEED



EXEED ЦЕНТР ЭЛКЕ АВТО
ЕЛИЗАРОВЫХ

+7 3822 900 901

г. Томск, ул. Елизаровых, 82 а

*«Карта «Халва»: Клиентам от 20 до 75 лет по паспорту РФ. Обслуживание – 0 руб. Ставка в течение льготного периода (36 мес.) - 0% год. При его нарушении, по окончании - 0,0001% годовых с даты возникновения. Срок рассрочки от 1 до 18 мес. на покупки в сети партнеров с учетом базового срока рассрочки, срока рассрочки по купонам, акциям, тарифным планам. Лимит в течение 18 лет до 500 000 руб., по решению Банка до 4 900 000 руб. на покупку новых автомобилей EXEED: TXL (все комплектации) 2022 года выпуска; VX (все комплектации) 2022 года выпуска; LX (все комплектации) 2022 года выпуска) и дополнительного оборудования в официальных дилерских центрах при подключении Тарифного плана «Авто в рассрочку на 12 месяцев» или «Авто в рассрочку на 18 месяцев». Комиссия за подключение: «Авто в рассрочку на 12 месяцев» - 1/12 от суммы увеличенного лимита в рамках тарифного плана, взимается при несоблюдении условия ежемесячного совершения от 5 покупок по «Карта «Халва» на общую сумму от 10 000 руб.; «Авто в рассрочку на 18 месяцев» - 2/18 от суммы увеличенного лимита в рамках тарифного плана, где 1/18 взимается (безусловно) за увеличение автомобиля от рисков хищения (угон), утраты (гибели). Валоговое обеспечение – залог приобретаемого транспортного средства. Предложение действует с 23.03.2022 г. ПАО «Совкомбанк». Генеральная лицензия Банка России № 963 от 05 декабря 2014 г. Не является публичной офертой.

Дисциплина vs Мотивация. Казалось бы, огромное количество книг, тренингов, курсов, практик говорит: побеждает всегда вторая. Главный плюс мотивации в том, что она разжигает эмоции. А они, в свою очередь, и приводят нас к заветной цели. Ну, или должны привести. Главная же проблема мотивации — в ее очень скромном сроке годности. Более того, порой она мимолетна.

— Тук-тук.
— Кто там?
— Это мотивация, я на 5 минут.

Помню давний-предавний диалог с коллегой, которая стабильно 3 раза в неделю в одно и то же время ходила на йогу. Когда я спросила у нее однажды: «А сегодня ты точно хочешь идти?», она даже не поняла, о чем с ней говорят. Занятия йогой были записаны у нее в планинге, и человек не тратил свои внутренние ресурсы на подобные вопросы самой себе, на борьбу с ленью или желанием «послушать себя» и никуда не пойти. И результаты, которых она добилась, доказывали: такая схема работает.

Вот уже много лет, с учетом личного опыта в изучении языков или занятиях спортом, работает она и для меня. А уж в профессиональной сфере роль дисциплины, вне всякого сомнения, просто бесценна. Даже в такой творческой и интересной, как моя.

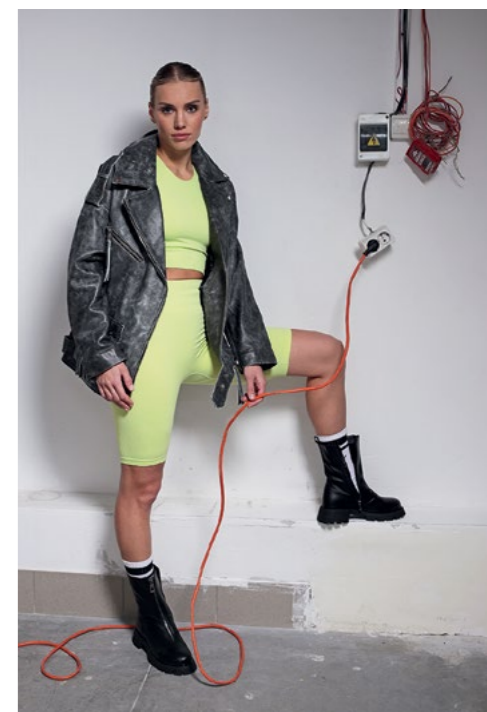
Мотивация, конечно, — классная вещь. Это заряженность, кайф, волна чувств. Но дисциплина — важнее, так как гораздо лучше подходит для достижения долгосрочных результатов. И никогда не позволит мне стать хроническим прокрастинатором. © Благодаря ей и, конечно же, любви к «Дорогому» вы и держите в руках 158-й выпуск нашего журнала.



Макияж и укладка: Катерина Кабанец, vk.com/katerinapromakeup
Локация: мебельный бутик «Антураж», anturag.net
Образ предоставлен: MOSAICO family, onlinemosaico.ru



Локация: ТЦ «Раздолье», Иркутский проезд, 5,
тел. +7-913-853-00-45

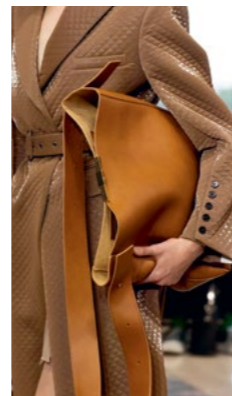


Наталья Альтмаер,
главный редактор журнала
«Дорогое удовольствие в Томске»
altmaer@rde.ru



стр. 98

Кажется, что в этих сумках уместится вся жизнь и даже больше. Этой весной тренд на утилитарность и гипертрофированные формы обеими руками поддержали Louis Vuitton, Jil Sander и Bottega Veneta.



79



стр. 82



124



127

ANY ONE
collection

ВЕРХНЯЯ ОДЕЖДА ДЛЯ ТЕБЯ

ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ «ЛЕТО», тел. 50-10-77



123



126



Даже если вы не раз бывали в Эмиратах и хорошо знакомы с Дубаем, не сомневайтесь - Абу-Дабби найдет, чем вас удивить.

127



стр. 140



На обложке: Илья Казанцев

ФРЕШ

14 Письмо редактора

20 Вещи с именем

ЛЮДИ

26 Лицо с обложки

Илья Казанцев

32 Мир инвестиций

Евгений Молодых

38 Призвание

Наталья Плиева

44 Личный бренд

Валерий Пеньков

48 Спецпроект

Томские лауреаты

98



ВСЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Юлия Зурева

владелица Центра омоложения лица Эстетик.pro

Молодость лица... Можно ли ее сохранить? Чтобы нравиться себе, всегда ощущать себя любимой и желанной. Чтобы быть, а не казаться молодой.

Ваше лицо достойно самого пристального отношения, основанного на самодисциплине и современном научном подходе. Мы собрали все актуальные и авторитетные знания об омоложении в косметологии, соединили это с инновационными решениями и получили ответ на вопрос — как вернуть, а потом и сохранить на долгие годы молодость лица.

Нами разработана технология создания пошаговых программ ежегодной перезагрузки вашей молодости. Ключевая особенность этого подхода — омоложение, происходящее во всех слоях кожи одновременно. Это главное условие успеха для достижения максимальных эстетических результатов, которые мы с радостью видим у своих клиентов уже сейчас.

Узнайте больше на консультации по омоложению лица в Эстетик.pro.

Будьте моложе!

esthetic.pro

ЦЕНТР ОМОЛОЖЕНИЯ ЛИЦА

+7 (3822) 533-100, ул. Никитина, 15 а, estetic.su

Макияж: Катерина Кабанец, vk.com/katerinapromakeup

Стилист: Анна Короткова, WA +7 913 823-49-61

Одежда: бутик «Кашемир Лакшери», luxury.tomsk.ru

Апрель

2023



123

52 Звезды
Всему свое время

56 Talk Fest
Спикеры фестиваля

LOOK&STYLE

78 Обзор
В лучшем виде

84 Фотопроект
Своя вселенная

94 Новости

BODY&BEAUTY

98 Выбор редакции

100 Здоровье
Время материнства

120 Нью сторис

FUN&TOYS

122 Кто куда

126 Путешествие
Абу-Даби

В каждом номере

132 Визитки

134 Светская хроника

140 Гороскоп

142 Модные адреса

стр. 98



82



Совершив камбэк из гламурных 2000-х, сумки-багеты официально перешли в разряд must-have. Благодаря вытянутой форме их так же легко носить под мышкой, как и фирменный французский хлеб, отсюда и название – Baguette Bag.

83

Считай воспоминания,
а не калории

L'ÉTO

КОЛЛЕКЦИЯ ТОРТОВ ДЛЯ ЛУЧШИХ МОМЕНТОВ



КАФЕ ЛЕТО, УЛ. ГАГАРИНА, 2, ТЕЛ. 52-61-11





В АТМОСФЕРЕ БЛАЖЕНСТВА

Роскошный мальдивский курорт Atmosphere Kanifushi категории Premium All-Inclusive мгновенно погружает своих гостей в атмосферу блаженства. Водные виллы Sunset простираются вдоль северной оконечности острова, у каждой – большой частный бассейн и потрясающий вид на закат. Молодым семьям и парам, ищущим уединения, придутся по душе элегантные виллы Kanifushi Grand Pool Villa с роскошной ванной комнатой, просторным бассейном и крытой террасой с мальдивскими качелями.



МАНГРОВЫЙ ЛЕС

Расположенный в 10 минутах от делового центра Абу-Даби, Anantara Eastern Mangroves Abu Dhabi Hotel балует своих гостей восхитительным видом на мангровый заповедник, раскинувшийся в живописной лагуне прямо под его окнами. Роскошный интерьер отеля в лучших традициях арабской архитектуры с высокими арками, восхитительной мозаикой и легкой позолотой, изысканное меню его ресторанов и знаменитый Anantara SPA сделают каждый день особенным как для тех, кто проводит здесь свой отпуск, так и для тех, кто в Абу-Даби по делам.



ЛЕГЕНДА КИНО

Коллекция Icons от Montegrappa, отдающая дань почтения выдающимся людям современности, впервые пополнилась ручкой, посвященной женщине. Ею стала легенда кино XX века Софи Лорен. Ручка Sophia Loren™ обладает чувственной формой, в высшей степени женственной и итальянской. Каждая ручка лимитированной серии, представленной в Мегсигу, упакована в элегантную черную коробку, украшенную кружевным узором и изображением актрисы.



CICLÓN
1998

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

📍 [russkiysharm](#) ✉ [russharm](#)

РУССКИЙ ШАРМ

ART БУТИК



ВЕЩКАЯ ИСТОРИЯ

Ювелирная модель женских часов Chopard Imperiale Joaillerie Rainbow таит в себе символы канувших в прошлое великих империй. Мотив «арабеска», позаимствованный у вышивок на подушках, где покоились монаршие регалии, ажурные стрелки в форме мечей, часовые метки в виде римских цифр и заводная головка в форме цветка лотоса напоминают о славном историческом наследии. Базель корпуса из розового золота украшен разноцветными сапфирами, а механизм с автоматическим заводом, видимый сквозь прозрачную заднюю крышку, как всегда безупречен.

TORTA

Счастливой Пасхи!

16 АПРЕЛЯ



принимаем заказы :)

Доставка сладостей по всему городу!

www.torta-torta.ru

📍 ул. Гоголя, 55

📍 ул. Фрунзе, 98

📍 Наб. реки Ушайки, 16

📍 Северный парк, ул. Марины Цветаевой, 32

Эстетика как СТИЛЬ ЖИЗНИ

Он проводит сложные операции, занимается научной и педагогической деятельностью, участвует в крупнейших форумах и конференциях, пристально следит за инновационными технологиями в особенной области медицины, которой увлеченно занимается уже много лет. При этом откровенно признается, что главное достижение его жизни — вовсе не профессиональное.

Фото: Алексей Почеревный. Интервью: Екатерина Сидорова

На обложке нашего журнала — портрет Ильи Казанцева, пластического хирурга, заведующего отделением пластической хирургии Томской ОКБ и главного внештатного пластического хирурга Сибирского ФО. Это лишь малая часть регалий, подтверждающих его профессионализм и статус, так как перечисление их всех займет слишком много места. Но как и любой блестящий специалист, свои успехи он оценивает, прежде всего, количеством довольных его работой пациентов. Так какой же он, человек, который меняет к лучшему не только внешность людей, но очень часто — и всю их жизнь?

— *Илья Борисович, сейчас, когда совершенно неожиданно вернулся тренд на естественность, популярность пластической хирургии не уменьшилась?*

— Напротив, популярность эстетической пластической хирургии растет. Стремительно развивается сама специальность, появляются новые технологии и оперативные методы, в том числе композитная хирургия — возможность совмещения нескольких методов в один. Это позволяет проводить более сложные операции с меньшим реабилитационным периодом — 7-10 дней. Сегодня меняется и психоэмоциональный подход к пластической хирургии — ее, наверное, можно сравнить с занятиями в тренажерном зале. Ведь никто не стесняется рас-

сказывать, что он ходит тренироваться, что у него есть персональный тренер? Или что он ходит на массаж, в СПА. Пластическая хирургия подходит к такому же рубежу, воспринимается как забота о себе, средство улучшения качества жизни. Человек ищет себе пластического хирурга так же, как хорошего инструктора. Это вовсе не зазорно и доступно каждому.

Пациенты становятся более открытыми, в наше время признаться, что какая-то часть тела «сделана», — не стыдно. Сейчас и мужчины часто делают, например, блефаропластику, потому что при определенной конфигурации лица с возрастом верхнее веко начинает давить на ресницы, ограничивая угол зрения. Получая возможность хорошо видеть, они, опять же, улучшают качество своей жизни. Есть среди мужчин те, кто обращается именно за внешней привлекательностью, делая лифтинг лица, подтяжку шеи, риноластику, липосакцию.

У пластической хирургии, безусловно, особая роль, она очень уникальна. Мы работаем с соматически здоровыми людьми, не лечим заболевания, что в корне нас отличает от других врачей. Успешный человек в XXI веке — это целый комплекс: профессиональная деятельность, грамотная речь, умение подать себя, ухоженно выглядеть. При этом люди не должны быть как с картинки, мы все индивидуальны. Но если есть какой-то видимый изъян, именно пластический хирург может его исправить, гармонично дополнить образ составшейся личности.

ВСЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Локация: отель «Кухтерин», kuhterinhotel.ru
Модель: Модельное агентство «New Models»,
тел. +7-903-955-72-07

В ЭСТЕТИЧЕСКОЙ хирургии нужны вкус, ЧУВСТВО ГАРМОНИИ и меры, нужно быть хорошим ПСИХОЛОГОМ.

ВСВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

— В чем принципиальные отличия между реконструктивной и эстетической пластической хирургией?

— Реконструктивной хирургией врачи занимаются исключительно по медицинским показаниям: человеку нужно избавиться от видимого дефекта, возникшего в результате травмы, приведшей к значительным деформациям внешности, либо врожденных аномалий. Этот раздел хирургии связан с созданием или выращиванием тканей, перемещением сосудистых пучков, комплексов тканей. У оперирующего врача должен быть очень высокий уровень познаний в анатомии, микрохирургии. При этом все эксперты в области реконструктивной хирургии говорят, что она всегда должна заканчиваться эстетикой. Например, после проведения мастэктомии результатом реконструкции должна являться биологическая симметрия. Это золотое правило.

Один мой хороший друг и наставник, профессор Джон Тай Ким из Южной Кореи, говорит, что истинный пластический хирург распределяет свою практику либо 50 на 50, либо 60 на 40, с преобладанием эстетической. Я придерживаюсь этого же мнения.

В эстетической хирургии нужны вкус, чувство гармонии и меры, нужно быть хорошим психологом. Ведь из-за отсутствия прямых медицинских показаний врач должен уметь определять, насколько пациент готов к операции. Когда молодая девушка говорит, что хочет сделать подтяжку лица — это достаточно смешно, потому что ее внешность и возраст объективно показывают, что в таком вмешательстве она не нуждается. Необходимо выяснить, почему возникли мысли о такой операции, есть ли какие-то переживания, комплексы.

— Почему решили стать именно пластическим хирургом?

— В хирургию мне хотелось всегда, можно сказать, с рождения, хотя в семье не было врачей. Уже во время обучения заинтересовался реконструктивной пластической хирургией. Вот, например, нет у человека носа. Как его сделать? Понял, что это мое. После получения специальности «общая хирургия», я был приглашен на работу в отделение реконструктивной микрохирургии в томскую ОКБ. Тогда как раз начала развиваться пластическая хирургия в России. И понеслось! Появлялись нормативные документы, приказы, регламентирующие оказание помощи в рамках этой отрасли. Я прошел переподготовку в Южно-Уральском государственном медицинском университете на кафедре пластической хирургии и косметологии, где обучался именно пластической хирургии, в основном, эстетической.

— Какая операция самая популярная среди ваших пациентов?

— Каждый пластический хирург старается больше развиваться в нескольких самых интересных для себя направлениях, становясь экспертом в своей области. Поэтому наиболее

популярные операции в моей практике — те, которые я больше всего люблю проводить. Это любые операции на молочной железе, ринопластика и фейслифтинг, липофилинг. Именно таких пациентов у меня большинство.

Чем компетентнее врач в своей области, тем довольнее его пациенты, и тем чаще они советуют его другим. Ведь мало узнать о специалисте и прийти к нему, нужно, чтобы он дал правильные рекомендации. Например, ко мне обращается молодая девушка, которой другой врач советовал сделать операцию. Но в ее возрасте это слишком рано. Предлагаю другое решение с тем же самым результатом — липофилинг через точечные проколы без разрезов. Предложенный мной способ более рационален, просто, чтобы его предлагать, нужно им владеть. Вот поэтому мы и стремимся достигнуть экспертного уровня в своих направлениях. Чтобы был выбор методов и технологий, которые мы можем предложить пациенту в каждом конкретном случае.

— Насколько сложно отказать пациенту в услуге?

— Абсолютно не сложно. Если все мои весомые аргументы не находят отклика, я просто говорю: «Вы знаете, мне кажется, я не справлюсь с вашим случаем». Это реально так, я не справлюсь — эмоционально, физически — никак. И человеку уже нечего возразить. Думаю, такое бывает у всех пластических хирургов: идешь на поводу у пациента, а потом возникают какие-то сложности. К счастью, при правильном подходе и хорошем контакте между доктором и пациентом сегодня нерешаемых проблем не существует. Нужно, чтобы не было самого страшного — неоправданных ожиданий. Поэтому необходимо разговаривать с человеком.

— Насколько важна работа команды во время операции?

— Работать в нашей команде всегда суперкомфортно. Не устаю воспевать «Первую частную клинику», где все направлено на заботу о пациенте. Перед операцией проводятся все необходимые лабораторные обследования, рентген, осмотр профильных специалистов. Если выявляются какие-то проблемы, мы даем рекомендации по лечению и откладываем операцию до выздоровления, потому что сначала нужно заниматься здоровьем, а уже потом — красотой. На самой операции работают анестезиологи, самые опытные в городе в области эстетической хирургии. После операции проводятся реабилитационные мероприятия: физиотерапия, косметологические услуги. Мы стараемся под одной крышей не только подготовить и прооперировать пациента, но еще и восстановить. Отношусь к тем хирургам, которые по времени оперируют достаточно быстро, потому что дизайн моей операции рисуется заранее, и я от него не отступаю. Есть врачи, которые в процессе начинают сомневаться, им кажется, что получилось несимметрично, что-то меняют, и в итоге допускают гораздо большее количество ошибок.

— **Что обязательно знать людям, которые хотят что-то изменить в своей внешности?**

— Посмотрите на себя в зеркало внимательно, четко сформулируйте мысль о том, что вам хочется изменить, найдите достойного специалиста и идите на консультацию. Важно не рассказать врачу о своем представлении об «идеальной» внешности, а лишь озвучить пожелания и узнать, показаны ли вам какие-либо трансформации. Очень важно увидеть лицензию клиники, действующие сертификаты врача. До сих пор существует подпольная пластическая хирургия, люди ведутся на меньшую стоимость операций, буквально рискуя своей жизнью. Четко сформулированный запрос плюс качественный выбор клиники и врача — это успех в 100% случаев!

— **В Томске есть конкуренция среди пластических хирургов?**

— Считаю, в нашей специальности конкуренции быть не может, и каждый врач конкурирует сам с собой. Только многолетняя успешная практика помогает заслужить доверие пациентов. Плюс, опять же, если каждый работает в определенных направлениях, то потоки пациентов с различными запросами регулируются сами собой. В целом, в Томске пластическая хирургия находится на высоком уровне, у нас есть крутые результаты, свои методики и огромный научно-практический потенциал. Вся наша наука строится на практике. Это не значит, что мы проводим эксперименты над людьми. (Улыбается.) Пациенту важен результат, а вот то, с помощью каких методов мы его добьемся, — это уже область науки. Настоящий практикующий хирург должен показывать результат своей работы не в социальных сетях с помощью красивых картинок «до» и «после», а в профессиональном сообществе. Например, сейчас я работаю над своей докторской диссертацией, которая представляет собой создание целого метода, это серьезная заявка в мировой практике.

— **Что входит в обязанности главного внештатного пластического хирурга Сибирского ФО?**

— Я был назначен на эту должность Министерством здравоохранения РФ в 2022 году. В задачи внештатных специалистов входит развитие и распространение специальности в своем регионе (я главный специалист Томской области) и Сибирского ФО. Контактирую с главными пластическими хирургами других сибирских регионов, предоставляю главному внештатному специалисту по пластической хирургии Минздрава РФ Наталье Мантуровой информацию об уровне пластической хирургии, о количестве лицензий, клиник. Это такая общественно-практическая должность. Я никем не управляю, но могу контролировать моменты, связанные с проблемными ситуациями, некачественными услугами в сфере пластической хирургии в Сибири. Это интересно, позволяет находиться на определенном уровне. Хирург, спокойно работающий в частной клинике, никогда не займет такую должность, потому что на ней нужно совмещать научно-практическую, педагогиче-

скую деятельность (как доцент кафедры СибГМУ я руковожу образовательной программой по пластической хирургии), иметь определенный экспертный уровень.

— **Супруга с пониманием относится к вашей загруженности таким объемом работы?**

— Моя супруга тоже врач, онколог-маммолог, кандидат наук. Она прекрасно понимает всю специфику моей деятельности. У меня большое количество пациентов, консультаций, операций, я часто задерживаюсь на работе. Нередко повторяю: «Я же не на кирпичном заводе работаю, что смена закончилась, станок отключил и домой пошел». Работа врача практически круглосуточная — операции могут затягиваться, пациенты требуют внимания в любое время. Даже отпуск спланировать очень сложно: нельзя ставить операции не только на это время, но и несколько дней накануне и после, чтобы не вышло, что я прооперировал человека и бросил, улетев отдыхать.

— **На увлечения время все же остается?**

— Да! В прошлом году купил себе лодку, чтобы бороздить фарватеры наших рек. Еще задумываюсь о покупке сапов, мы с семьей пробовали плавать на них, очень понравилось. Уже довольно давно, около 8-9 лет, катаюсь зимой на сноуборде. Это для меня отдых и удовольствие. Еще увлекаюсь анатомическими рисунками, созданием принтов и живописью в целом. На пенсии планирую писать картины. (Улыбается.)

— **Что на данный момент считаете главными достижениями в жизни?**

— Мои достижения в профессиональной деятельности существенны, заслужены, я всего добился сам, но это не самое важное. Главное достижение в жизни любого человека — это дети. Потому что воспитание ребенка, формирование личности — гораздо сложнее, чем формирование себя. У меня двое сыновей, 3 и 6 лет. Они мое главное достижение.

Сыновья оба интересуются, кого и как папа на работе оперирует. Вполне возможно, что один из них пойдет по нашим с супругой стопам. Младший очень спокойный и вдумчивый парень. Говорит: «Я хочу, как папа, людей переделывать!». Буду только рад. Когда твой ребенок следует за тобой, он делает меньше ошибок, потому что ты его направляешь и подсказываешь верный путь. Поддержка «профильного родителя» помогает сэкономить много времени и получить важные навыки и умения за более короткий срок. А вот старший — другой по характеру. Главное, что должны понимать дети, это то, что в хирургии не место эмоциям и нельзя остро реагировать на различные ситуации. Нужно думать холодной головой и быстро исправлять все. В нашей профессии это особенно важно.

«Первая частная клиника»,
г. Томск, пер. Макушина, 14 б, тел. 651-650,
www.1klinika.ru

Человек ищет себе
ПЛАСТИЧЕСКОГО
хирурга так же, как
хорошего **ИНСТРУКТОРА**.
Это вовсе не зазорно и
ДОСТУПНО каждому.



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Инвестиции.

2022 – ГОД СЕРЬЕЗНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ

Современному российскому фондовому рынку около трех десятилетий. Из них 27 лет на нем успешно работает БКС — одна из системообразующих компаний с сильными и устойчивыми финансовыми позициями. За эти годы компания добилась многого: вывела на рынок целый ряд инновационных продуктов, стала лидером среди российских брокеров по оборотам и одним из ведущих операторов на рынке по размеру клиентской базы.

В Томске филиал БКС Мир инвестиций недавно возглавил новый руководитель — Евгений Молодых. В финансовом секторе Евгений работает более 13 лет, а вот в Томске живет совсем недавно. Об изменениях в отрасли и личной жизни, о том, почему выбран именно Томск и о том, какие цели стоят перед командой в Томске — в нашем интервью.

— Евгений, как приняли решение жить и работать в Томске?

— Это не первая моя релокация, место жительства меняю уже третий раз. Считаю, что это полезно для личного развития. В БКС перемещение сотрудников между регионами также распространенная и эффективная практика, нацеленная на усиление команд и филиалов. Почему Томск? Во-первых, с этим прекрасным городом связано мое становление как специалиста. Начиная свое развитие в финансовой сфере, я приезжал сюда по обмену опытом более 10 лет назад. Во-вторых, город мне нравится внешне. Здесь приятно находиться. В-третьих, это люди. Гостеприимные и интересные. Возможно, главная причина — мощное профессиональное научно-образовательное сообщество, не зря Томск называют столицей молодежной науки. Видимо, мысли действительно материальны — однажды захотев сюда вернуться, я без колебаний выбрал Томск из нескольких перспективных предложений компании.

— Почему вы предпочли сферу инвестиций работе в банке?

— Ответу цитатой Роберта Аллена, американского экономиста: «Сколько миллионов вы знаете, которые построили свое состояние на процентах с депозита? Вот и я о том же». Здесь однозначно больше возможностей для клиентов. Я работал в разных банках: коммерческих и с госучастием. И во всех случаях возможности банковского дохода коррелируют со ставкой рефинансирования, а здесь — нет. Поэтому считаю, что инвестиционная отрасль перспективнее. Это подтверждается тем, насколько много внимания стало уделяться инвестированию со стороны государства и рядовых банков. В каждом из них появились консультанты и даже отделы по инвестициям. Но БКС на этом специализируется, выгодно отличаясь накопленной экспертизой, и это — наша сильная сторона.

— Как вас приняли коллеги?

— Со многими сотрудниками из Томска я был знаком, и мы быстро сработались. Для меня главное, что команда смотрит со мной в одном направлении, разделяет планы и горизонты развития, понимает цели, поставленные руководством компании. С моим приходом в офисе образовался дополнительный отдел и на сегодняшний день в команде как эксперты с огромным опытом,

которых знает большая часть наших клиентов, так и молодые талантливые специалисты, которые планируют развиваться вместе с БКС. Могу сказать, что это перспективный союз и качество совместной работы уже высоко оценили наши клиенты! Безусловное преимущество в том, что мы не просто брокер и не просто банк, так как решаем и финансовые, и нефинансовые задачи клиентов.

— Какие инвестиционные возможности сегодня пользуются наибольшим спросом?

— В связи со сложившейся геополитической ситуацией на первый план выходят запросы, которые мы успешно решаем как компания, сохранившая доступ к биржам: Московской, Санкт-Петербургской, Гонконгской и другим. Ценной для клиентов является возможность работать как с российским, так и с зарубежными фондовыми рынками. Ситуация 2022 года заставила нас искать новые инструменты и новых партнеров. И мы их нашли.

Второе популярное направление — валютные переводы, валютная диверсификация и открытие счетов за рубежом. Особенно актуально для тех, кто ведет внешнеэкономическую деятельность. В этом наши безусловные преимущества для бизнеса, для юридических лиц. Но и для физических лиц есть «эксклюзив» — это наш международный офис в





ональная инфраструктура Финансовой Группы БКС позволила нам бесперебойно предоставлять клиентам сервис по валютным переводам.

По мере снижения градуса напряжения клиенты стали возвращаться к теме приумножения денежных средств, так как перед нами развернулся большой горизонт возможностей, связанных с новой рыночной ситуацией.

— Как начать инвестировать? С какой суммы?

— Начать инвестировать можно от 1000 рублей и проще всего это сделать в нашем мобильном приложении «БКС Мир инвестиций», которое входит в ТОП-3 по данным рейтинга Makswebb*** с точки зрения удобства и функционала. Там есть и наша эксклюзивная аналитика, и специальный обучающий режим для новичков.

Но большинство высокодоходных инструментов по законодательству РФ доступно только для квалифицированных инвесторов. Один из подходящих критериев для получения квалификации — документально подтвердить владение суммой от 6 млн рублей. Есть и другие способы: сумма годового оборота по сделкам, наличие международного сертификата или аттестата ЦБ и т. д. Наши советники владеют информацией и всегда готовы помочь.

Соответственно, если к нам обращаются впервые, мы узнаем горизонт инвестирования, желаемую доходность, приемлемые риски. Исходя из этого, составляем персональный финансовый портфель. Поэтому клиенту, который не понимает, с чего начать, лучше прийти на личную встречу за чашкой кофе.

— Какими чертами должны обладать финансовые советники БКС?

— Проактивностью, коммуникабельностью, опытом работы на фондовом

ОАЭ, который позволяет российскому резиденту открыть брокерский счет от минимальной суммы 30 тысяч долларов (примерно 2 млн рублей).

И третий пул запросов связан с интересной рыночной ситуацией, которая бывает один раз в десять — двадцать лет. Даже на консервативных инструментах, таких как еврооблигации, можно зарабатывать не меньше, чем год назад на более рискованных. Не говоря уже об акциях. В начале 2022 года капитализация фондового рынка в стране по индексу Мосбиржи приближалась к 18 трлн рублей. Сейчас же, после реализации геополитических рисков, российские компании стоят совокупно не более 10-11 трлн рублей. Они подешевели не потому, что стали слабее, а

вследствие новостного фона и политической ситуации. Существенный дисконт около 40-45% позволяет приобретать акции крупного российского бизнеса, такого как Газпром, Сбербанк, Лукойл по значительно более низким ценам. Что важно — с недавнего времени большинство финансовых решений доступно и для юридических лиц.

Не будем скрывать, подход любого инвестора — взгляд на кризис как на время возможностей.

— Можете назвать три основных принципа достижения успеха в кризис?

— Один из принципов — не бояться покупать подешевевшие активы. Второй базовый принцип — доверять профес-

сионалам. Выбирать тех, кто обладает максимальной экспертизой и самым большим практическим багажом. В качестве третьего принципа я бы выделил разумную осторожность. Инвестиции всегда требуют холодного рассудка, спокойствия и терпения.

Что касается доверия профи, то могу привести такой пример: БКС, обладая многолетней экспертизой в работе с российскими и американскими ценными бумагами, не жалеет сил и средств на изучение новых рынков. Поскольку в последнее время возрос спрос на китайские акции*, мы первые из российских брокеров получили доступ к локальным данным по китайскому рынку от крупнейшего игрока China International Capital Corporation (CICC). Это дает

нам и клиентам ценные сведения об экономике Китая.

— С какими запросами от клиентов вы чаще сталкивались в минувшем 2022?

— Начну с того, что клиентский поток увеличился в разы. После февральских событий перед всеми стоял один вопрос: «Как сохранить накопленный капитал?». В первые месяцы клиенты шли к нам за ситуативной информацией. Это был период напряженной работы. Мы кропотливо разъясняли: что означают те или иные введенные санкции, каковы запреты регулятора и что предлагает БКС. После чего клиенты, уже успокоившись, приходили с решением, и мы предпринимали шаги по спасению

активов. Финсоветники работали как «психологи», чтобы вернуть аналитическое восприятие реальности. В итоге справились с коллективным стрессом, сейчас наше клиентское сообщество в целом имеет рабочий настрой и разумное отношение к рынку.

Вторая волна — клиенты других брокеров, которые переводили к нам свои бумаги. Третья волна — клиенты, столкнувшиеся с ограничениями по валютным операциям. Многофунк-

Такие **ВОЗМОЖНОСТИ** на фондовом рынке, как сегодня, открываются **РАЗ В 10-20 ЛЕТ**

БКС МИР ИНВЕСТИЦИЙ

- Более 1 млн клиентов
- 6000 сотрудников
- Филиалы по всей России (более 40 городов)
- Представительства в крупных зарубежных городах
- Престижные отраслевые награды:
 - FINAWARD за «Готовое инвестиционное решение: структурный продукт с защитой капитала» и «Инновационный подход в консультационно-брокерском обслуживании»
 - Investment Leaders Award в номинациях «Лучшая инвестиционная компания для квалифицированных инвесторов» и «Партнерская программа года»
 - Премии Банки.ру как «Инвестиционная компания года»

рынке и высокой обучаемостью, в первую очередь. Безусловно, большое значение имеет вовлеченность. У нас за каждым финансовым советником закреплено строго определенное количество клиентов, и рабочее время распределено с учетом этих приоритетов. Важно, чтобы финансовый советник в моменте, в идеале — за один день, решал клиентские вопросы вне зависимости от их сложности и делал этот процесс максимально комфортным для клиента. Ведь доверяющий нам человек не обязан разбираться в отраслевых нюансах. К тому же мы оказываем нефинансовые услуги, связанные с приобретением недвижимости за границей, арендой яхт и самолетов, оформлением иностранного гражданства и вида на жительство, обучением детей за рубежом и даже пополнением коллекции картин, драгоценностей и винотеки. Поэтому способность к работе в условиях многозадачности и диалогу с клиентом 24/7 станут серьезным преимуществом финансового советника.

— **Что сейчас является основным в работе и жизни?**

— Конечно же, как и любой бизнес, мы работаем на финансовый результат. А поскольку наши ключевые клиенты — это наши партнеры, и мы больше всего заинтересованы в долгосрочных отношениях с ними, то этот результат очень зависит от нашего сервиса. Поэтому, конечно, меня заботит клиентская удовлетворенность.

А в личной жизни для меня главное — семья. Как профессионал, я всегда выделяю время на собственную эволюцию, люблю читать, предпочитая бизнес-литературу для развития и мотивации. Все это очень меня вдохновляет, а я, в свою очередь, вдохновляю других.

— **На текущий момент сохраняется ли у людей интерес к инвестициям?**

— Безусловно. Число частных инвесторов продолжает расти активными темпами. Только за январь 2023 года на фондовый рынок вышли почти полмиллиона новых пользователей. Их общее количество превысило 23,5 млн.**

Финансовые инструменты помогают нивелировать влияние инфляции. Сейчас многие открывают себе ИИС, изучают новые возможности. Один из свежих способов валютной диверсификации — возможность покупки акций известных крупных компаний, торгующихся на Гонконгской бирже (Alibaba, Tencent и др.).

Растет спрос граждан на качественное финансовое консультирование. Это связано с желанием максимально защитить сбережения и при этом не упустить возможности для размещения средств. Причем обсуждение типологии рисков и способов их снижения отнюдь не отпугивает людей, а наоборот, укрепляет их доверие и делает подход к инвестированию более осмысленным.

— **БКС — давно уже в лидерах российского рынка. Это и статус, и ответственность. Как вы оцениваете минувший год и ситуацию на фондовом рынке?**

— Я благодарен этому году. Он был непростым. Но, как показывает практика, именно в такие времена сильные компании становятся еще сильнее, а слабые либо меняют подход, либо уходят навсегда. Я доволен уровнем, которого достигла наша компания и в том числе Томский филиал за эти 12 месяцев. В частности, количество наших клиентов выросло на 18%. Пользуясь случаем, говорю «спасибо» всем томским клиентам «БКС Мир инвестиций» за доверие и терпение.

* На платформе СПБ биржи представлено более 70 китайских компаний, чьи акции может приобрести неквалифицированный инвестор <https://spbexchange.ru/>

** Уникальные пользователи системы торгов по данным ММВБ (moex.com)

*** Приведены данные рейтинга <https://www.markswobb.ru/report/digital-investment-rank-2021> на 30.12.2021

ООО «Компания БКС», лицензия № 154-04434-100000 от 10.01.2001 г. на осуществление брокерской деятельности. Выдана ФСФР. Без ограничения срока действия. С информацией об ООО «Компания БКС» можно ознакомиться: <https://broker.ru/disclosure>.

«БКС Мир инвестиций» используется АО «БКС Банк» (универсальная лицензия Банка России № 101 от 29.11.2018) и ООО «Компанией БКС» в качестве товарного знака.

Лидерские позиции «БКС Мир инвестиций» подтверждены рейтингом Московской биржи по оборотам на фондовом рынке (2,5 трлн рублей) и рейтингом участников торгов по объему клиентских операций на срочном рынке с результатом 6,9 трлн рублей (данные на 28.02.2022 г. <https://www.moex.com/ru/derivatives/members-rating.aspx?rid=9&month=2&year=2022>)

Данная информация не является индивидуальной инвестиционной рекомендацией. Упомянутые продукты не являются банковским вкладом, на них не распространяется система страхования вкладов АСВ. Самостоятельное пользование мобильным приложением разрешено с 18-летнего возраста.

Управление частным капиталом



Евгений Молодых



Оксана Буздалина



Даниил Ровицкий



БКС в лицах. Томск



Иван Бедов



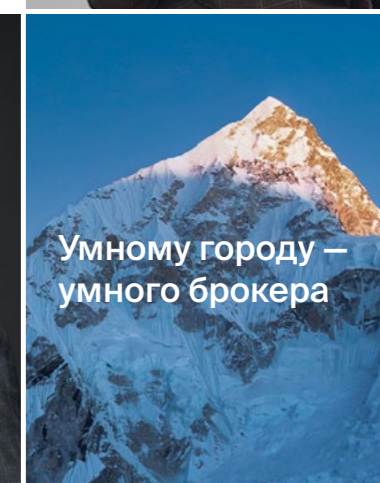
Никита Огнев



Елена Бескровная



Андрей Ким



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

ООО «Компания БКС» Лицензия № 154-04434-100000 от 10.01.2001 на осуществление брокерской деятельности выдана ФСФР без ограничения срока действия.



Фотостудия: «9a_studio», ул. Сибирская, 9 а, тел. +7-923-408-46-23
 Одежда: Бутик Хмелевской, ТЦ «Смайл Сити», ул. Учебная, 48 д (1-й этаж),
taplink.cc/khmel.clothes
 Макияж и укладка: Юлия Степанова, тел. +7-960-972-06-02

Наталья Плиева, владелица сети магазинов головных уборов и купальников «Melany», считает себя абсолютно счастливым человеком. У нее есть собственное дело, которое она бесконечно любит и которому отдается полностью, она постоянно чувствует огромную поддержку своих родных, с ней всегда рядом близкие друзья, с которыми она на одной волне.

Фото: Алексей Почеревный. Интервью: Софья Ломовская

Экстремальная Оптимистка

Наталья нравится делать добро совершенно бескорыстно: потому что нет ничего круче, говорит она, чем видеть благодарные улыбки на лицах людей. Она умеет радоваться жизни сама, но еще больше ей нравится приносить радость другим. Внутренне очень сильный человек, она очаровывает своей женственностью, мягкостью, умением идти на контакт, желанием выслушать, поддержать, убедить клиентку, которая пришла к ней, в ее привлекательности. Она гордится, что умеет найти общий язык практически с каждым, что среди ее постоянных клиентов много тех, с кем она познакомилась несколько лет назад. О своем бизнесе, об особенных отношениях с покупателями, о том, что делает ее жизнь наполненной, она рассказывает на страницах «Дорогого».

— Наталья, в ваших магазинах представлен довольно специфический товар, который можно назвать сезонным. Разве это не сужает рамки возможностей вашего бизнеса?

— На самом деле, в моих магазинах представлены всесезонные товары. Головные уборы и аксессуары для холодного времени года активно пользуются спросом с осени до весны. Что же касается купальников, они давно перешли в разряд вещей, которые покупают круглый год. Ведь сейчас есть возможность в любое время выбираться на море. А еще открою небольшой секрет. Если честно, во многом я остановила свой выбор на продаже купальников именно благодаря моей любви к отдыху. Дело в том, что в определенное время мы с дочерью поняли, что никак не можем подобрать себе купальники: у нас с ней, скажем так, не вполне стандартные фигуры. Думаю, женщины с большим бюстом меня поймут. (Улыбается.) И вот в течение почти



Надеюсь, что удастся все-таки с ПАРАШЮТОМ спрыгнуть. Еще хочу полетать на вертолете над осенним Алтаем. ЭКСТРЕМАЛКА я, видимо, в душе.

10 лет я занимаюсь продажей одежды для пляжного отдыха и, можно сказать, стала крупным специалистом в этой теме. От меня редко кому удастся уйти без покупки. (Смеется.)

— **Как вообще вы стали предпринимателем?**

— Моя бизнес-история начиналась в 90-е, с вещевого рынка. Да-да, все как у всех: поездки, баулы, «зима, холода, одинокие дома», ну и, конечно, вишневая девятка. (Смеется.) Я никогда не скрывала этого, напротив, горжусь этой страницей своей биографии. У каждого свой путь, мой начинался именно так. Потом открыла торговую точку в ТЦ «Волна», куда пришли прежние мои покупатели, быстро подтянулись новые. Год назад открылся магазин в ТЦ «Манеж». Это для меня важно: хочу расширить круг своей клиентуры, стать более популярной и известной. Под этими словами я, прежде всего, подразумеваю желание быть нужной людям.

— **Когда было сложнее — на старте собственного дела или в процессе его развития и становления?**

— Мне не было сложно: ни в начале, ни сейчас. Начинать всегда интересно. Продолжать — не меньше. Получаешь удовольствие от довольных клиентов, от лиц счастливых покупателей. Знаете, часто ко мне приходят именно как к последней инстанции. «Помогите выручите...» И ведь помогаю. Чувствуете, что поиски «своего» купальника затянулись, не знаете, где приобрести подходящий вариант, приходите в наши магазины. (Улыбается.) Это приглашение, кстати, относится и к сфере головных уборов. Иногда женщины с трудом видят себя со стороны, у них не получается создать законченный образ. У меня это происходит на раз-два. Думаю, это оттого, что у меня врожденный вкус. Это от папы мне передалось, он всегда был у нас модником: запонки, галстуки, шляпы... Да что говорить, знаю, что даже мои конкуренты отправляют ко мне покупателей со словами: «Если у нас ничего не подошло, идите в «Melany». Все нестандартные фигуры, все сложные случаи — это мой вариант. Люблю решать трудные задачи, и своих замечательных продавцов своим этому научила. Бесконечно могу повторять, что весь мой товар имеет волшебные свойства стройнить, молодить и привносить в жизнь любой женщины море позитива. (Смеется.)




**Тест на
смелость**

ВОЗРАСТ Мне никогда не будет 60, а лишь четыре раза по 15.

РАЗМЕР ОДЕЖДЫ Роскошный 48-й.

НАТУРАЛЬНЫЙ ЦВЕТ ВОЛОС Блондинка от бога.

САМАЯ КРУПНАЯ СУММА ДЕНЕГ, КОТОРУЮ ПОТРАТИЛИ СПОНТАННО Машину купили... случайно.

САМАЯ НЕЛЮБИМАЯ ДОМАШНЯЯ ОБЯЗАННОСТЬ Конечно, пуговицы пришивать! Я даже нитку в иглолку вставлять не умею.

ВАША ФОБИЯ Тараканы.

ЛУЧШИЙ ГОРОД ЗЕМЛИ Конечно, Томск!

С УДОВОЛЬСТВИЕМ ПЕРЕСМАТРИВАЮ ФИЛЬМ «Красотка».

ЛЮБИМОЕ БЛЮДО Блины, фаршированные мясом.

ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА Люблю Prosecco.

ИДЕАЛ МУЖЧИНЫ Ричард Гир.

ЧТО НЕЛЬЗЯ ПРОСТИТЬ МУЖЧИНЕ?

Жадность и отсутствие чувства юмора.

ГОТОВИТЕ ЛИ ВЫ МУЖУ ЗАВТРАК?

Конечно, готовлю. Когда у него выходной.

держивает морскую воду, поход в бассейн, горячие солнечные лучи. Главное — они сделаны по шикарным лекалам, разработанным именно с учетом особенностей фигур российских женщин.

— **Чем наполнена ваша жизнь, кроме предпринимательства?**

— Дальними путешествиями, катанием на горных лыжах, в Томске — регулярными походами в баню, бассейн, вообще стараюсь много двигаться. У нас обалденная компания, в которой все дружат семьями. Летом на даче, вместо копания в огороде проводим тематические вечеринки... За выходные у нас иногда столько событий, сколько у людей за всю жизнь не бывает. Среди моих достоинств, мне кажется, есть такое важное, как талант общаться с людьми. Я всех люблю, всегда всем довольна. Не зря говорят: как ты к жизни относишься — так и жизнь к тебе. Меня окружает все только хорошее. Завидуют ли мне другие? Наверное, да: в моем окружении были люди, которые словно вдруг растворились... Испытываю ли я к кому-то зависть? Ну, если только к самой себе. (Смеется.) Ко всему, чего я добилась сама.

— **Строите далеко идущие планы? Или это не ваш вариант?**

— Планирую жизнь не более чем на год вперед. Мы живем здесь и сейчас. И именно сейчас я предпочитаю

Среди моих достоинств, мне кажется, есть такое важное, как ТАЛАНТ ОБЩАТЬСЯ с людьми. Я всех люблю, всегда ВСЕМ ДОВОЛЬНА.

Наша аудитория — самая разная: взрослые леди, молоденькие девушки и даже с самыми капризными подростками благодаря моему педагогическому образованию мне запросто удастся договориться. И вся моя команда, мне кажется, лучшая в городе, справляется не хуже меня. Понимаю, что нужно быть всегда выше, лучше, должны быть видны рост, движение, постоянное обновление ассортимента.

— **С точки зрения специалиста, сколько купальников должно быть в гардеробе каждой женщины?**

— С собой в отпуск лично я беру по пять купальников. Ну, почему кофточек-юбочек должно быть много, а купальник один? Как минимум три! (Улыбается.) У нас ведь и выбор достойный, и ценовая политика вполне приемлемая. Мои купальники стройнят и при необходимости молодят всех без исключения. Качество ткани — просто супер: вы-

жать на все педали. С мужем у нас равнопартнерские отношения. Он помогал мне всегда и во всем, хотя у него свой бизнес. Дочь работает турагентом в Москве, но даже оттуда очень выручает меня — ведет соцсети, поддерживая развитие моего дела. Так что у меня остается время не только на мечты, но и на их реализацию. Надеюсь, что удастся все-таки с парашютом прыгнуть. Еще хочу полетать на вертолете над осенним Алтаем. Экстремалка я, видимо, в душе. (Смеется.) У меня нет никакого негатива в жизни. Уверена, даже что-то плохое в ней происходит, чтобы потом наступил хороший период. Хочу, чтобы в моих магазинах всегда были километровые очереди, и чтобы я могла сделать счастливыми всех людей, кто приходит туда.

Melany

Пр. Мира, 48/3, ТЦ «Волна», пав. 250; ул. Беринга, 10, ТЦ «Манеж», тел. 8-903-954-54-59

ВЫХОДИМ НА СТАРТ

В апреле на рынке появится новый перспективный бренд спортивной компрессионной одежды и питания FITFLOW. Запускает стартап Валерий Пеньков — основатель томской IT-компании «Студия Т». Его digital-агентство входит в сотню лучших российских продакшенов по версии Tagline.

Интервью: Елена Журавлева. Фото: Алексей Почервный

Молодой предприниматель, раскрутивший в России десятки подобных проектов, сам — активный спортсмен, на вершине ценностей которого здоровый образ жизни. Он вкладывает в этот продукт собственную философию — не просто активные продажи, а в первую очередь формирование сообщества людей, ведущих активный образ жизни и поддерживающих друг друга на пути к тренировкам и здоровому телу. Подробнее о FITFLOW в интервью нашему журналу рассказывает автор идеи.

— Валерий, как решились на кейс в прямых продажах? Ведь ваш основной бизнес сосредоточен в IT.

— Любой стартап рождается либо когда его создатели находят проблему на рынке услуг, либо когда они закрывают собственную потребность. В моем случае это второй вариант: я тренируюсь 5-6 раз в неделю, и при моей комплекции (рост Валерия более 190 см, — прим. ред.) всегда сложно найти подходящую спортивную одежду. Но в период санкций эта проблема особенно обострилась в связи с уходом многих брендов, а те, что остались на российском рынке, взвинтили цены из-за скачка валюты. Я, например, не

готов каждый раз выкладывать за спортивный комплект на 15-20 тысяч больше только потому, что на нем особенный лейбл. Думаю, так же осознанно мыслят многие. Так я решил обратиться к пошиву на заказ: подобрал материал, который меня устраивал, нашел людей, которые были готовы изготовить для меня и затем сшить несколько пробных образцов. Мы долго играли с расположением швов, деталей, много работали над дизайном изделий... В итоге срослась комбинация, которая меня удовлетворила и которую быстро оценили мои друзья и знакомые. Так появился бренд FITFLOW.

— В чем плюсы такой одежды?

— Безусловно, это практичность и соотношение цена-качество. Спортивная одежда быстро изнашивается, особенно если вести активные тренировки, поэтому она не может и не должна стоить супердорого. Качество пошива должно гарантировать, что спортсмен может заниматься любыми видами спорта, компрессия сбалансирует нагрузки на разные группы мышц, а швы при этом останутся целыми, нитки не разойдутся. Кроме того, согласитесь, не менее приятно купить ее быстро, а не ждать долгую доставку. Важно также разнообразие и универсальность: пока мы шьем только комплекты (лосины, компрес-

Локация: ресторан «Nova», пл. Ново-Соборная, 2



сионный верх и шорты), но в перспективе будем ориентироваться на запросы. Сразу подчеркну, что создается не просто товар, мы создаем сообщество. Покупая нашу одежду, можно будет вступить в чат с единомышленниками — это будет дополнительным стимулом и мотивацией для тех, кто пришел в спорт и не хотел бы забросить занятия. Кроме того, планируем запустить линейку спортивного питания — это второй этап нашего проекта, который мы реализуем летом.

— **Планируете выпускать протеин?**

— Да, протеин, или белок, необходимый спортсмену для восполнения энергозатрат, это сегодня самый востребованный и универсальный вид спортивного питания. Те, кто регулярно его употребляют,

том, что это так вкусно, а в том, что это максимально полезно и это работает — знатоки поймут, как важно восстановить силы, когда «жмешь» на полную. Вполне подойдет продукт и тем, кто намерен его применять как замену одного из приемов пищи — насыщение гарантировано, как и нужный «отвес». Я использую зарегистрированный товарный знак производителя, мы прошли все исследования, готовим разрешительные документы и просчитываем, как соблюсти все условия, чтобы вывести продукт на рынок.

— **Где можно купить FITFLOW?**

— На маркетплейсах, таких как Вайлдберриз и Озон, а также на официальном сайте FITFLOW. Вдобавок мы планируем большую дистрибуцию в магазины по всей России и, конечно, распространение по

присутствует у каждого руководителя. Моя личная вовлеченность заряжает и увлекает других, но у нас и без того крутая команда, отлично выстроен топ-менеджмент, и я верю, что ребята себя покажут. Есть на что опираться: например, наш стартап по обучению в IT «Asap Education» только что успешно запустил второй поток при полной посадке, причем без моего участия. По итогам года мы снова в топе лучших продакшенов страны, стабильно растет индекс удовлетворенности клиентов студии, большинство из которых теперь приходят с запросом на скорость — всем надо быстро «зарядить» или вернуть своих клиентов. Это точно наш формат: прогремевший в марте на весь Томск бизнес-форум «Делай» с участием топовых экспертов мы упаковали от разработки идеи до запуска

Любой СТАРТАП рождается либо когда его создатели находят проблему на рынке услуг, либо когда они закрывают СОБСТВЕННУЮ ПОТРЕБНОСТЬ.

ют, как и я, почти наверняка столкнулись с трудностями при уходе с российского рынка ряда производителей. Поэтому, изучая эту тему, я тоже закрывал собственную потребность. Сначала нашел российского производителя, продукт которого по заявленному составу более-менее соответствовал нужным характеристикам, но решил подстраховаться и отдал его на экспертизу. Сильно разочаровался, потому что внутри оказалось совсем не то, что написано на банке. Тогда я начал «копать» дальше — изучать, где берут сырье, из чего оно состоит, и на пробу заказал себе 20-килограммовый мешок чистого белка. Он оказался совершенно безвкусным, но зато безопасным по составу, что подтвердила экспертиза. Затем я нашел поставщика качественных добавок и ароматизаторов, сам на кухне все смешивал, подыскивая оптимальные пропорции — и получилось идеальное вкуснейшее сочетание! Когда я дал попробовать это ребятам из зала, где тренируюсь, им тоже понравилось, дальше коктейль оценили моя жена и друзья. Смысл даже не в

Томску через спортивные залы, фитнес-клубы и амбассадоров. Уверен, что приобрести наш продукт из любого региона будет легко, быстро и удобно.

— **Будет ли задействована «Студия Т» в раскрутке продукта?**

— Ну, конечно! (Улыбается.) У нас уже есть большой опыт раскрутки подобных стартапов, и я отлично понимаю, где люди совершают ошибки. Этот путь мы протраивали другим предпринимателям много раз, и мне кажется, сейчас справимся на отлично. Из наших успешных кейсов, например, — вывод на рынок новосибирского бренда протеиновых батончиков, который, благодаря профессионализму нашего агентства, уже давно перестал быть региональной историей и пользуется спросом у потребителей по всей стране.

— **Не переживаете, что другим вашим бизнесам теперь будет меньше внимания?**

— Волнуюсь, и это факт. Диссонанс распределения собственных ресурсов

всего за неделю. Билеты очень хорошо покупались, и даже несмотря на то, что «сорвался» один из спикеров, мы решили не снижать планку, и привезли в Томск самого известного маркетера России Игоря Манна. Это, конечно, вызвало много положительных отзывов.

— **Какой совет вы бы дали тем, кто сейчас так же проходит этап становления нового бизнеса?**

— Делайте! Не стесняйтесь обращаться за опытом к профессионалам: если хотите запустить на рынок стартап, лучше всего идти к тем, кто запускал десятки таких стартапов и знает все подводные камни. Наверное, я и сам уже могу выступать в роли такого эксперта, welcome!



Подпишитесь на телеграм Валерия

СПЕЦПРОЕКТ

Томские лауреаты

В 2022 году сразу несколько томских компаний за свою профессиональную деятельность были отмечены различными наградами регионального или всероссийского уровня. В новом проекте «Томские лауреаты» представляем тех, кто в непростых экономических условиях достиг бизнес-высот и постоянно вносит свой вклад в развитие города.

Возможно, в прошлом году за свою успешную работу или реализацию интересных проектов получила награду и ваша компания? Вы можете рассказать об этом на страницах следующего номера журнала. Телефон редакции: 52-10-01.



КРИСТИНА БАЙДАЛИ И «ПОТАПЫЧ»

Известная в более чем 350 городах России и за рубежом (25 стран) группа компаний «Потапыч» — пожалуй, один из самых титулованных томских брендов. В 2022 году компания одержала победу в номинации «Бренд №1» премии Top Luxury Awards, прошедшей в Москве. А ее основатель Кристина Байдали стала обладательницей званий «Женищина года» (Премия FB Люди года) и «Человек года».

Начавшись в 2012 году с бизнес-идеи, построенной на желании оживить героев с картинок, и небольшого швейного производства, сегодня компания «Потапыч» представлена одноименной фабрикой ростовых кукол, работающей с 52 регионами России, Казахстана, Белоруссии, Азербайджана и ежедневно расширяющей границы. Среди ее клиентов крупнейшие томские компании и госучреждения: Администрация Томска, «Газпром», «СИБАГРО», «33 пингвина», «Деревенское молоко», «Межениновская птицефабрика» и многие другие. Именно томской фабрике обязаны своим созданием талисманы больших международных и региональных событий: Ластик (Чемпионат мира по подводному плаванию в ластах), Гусь Паша (футбольный фестиваль «Спортивная Волна-2020»), Мараленок (форум АТР 2018). А еще «Потапыч» стал официальным изготовителем ростовых кукол для британской мультипликационной компании 3D Spragow, создателей мультсериала «Буба».

Другие направления деятельности группы компаний — профессиональное ивент-агентство «Потапыч Шоу», создающее для детей и взрослых незабываемые развлекательные программы с участием популярных мультяшных



героев и организующее экскурсии на томскую фабрику «Потапыч» для всех желающих. Кристина Байдали также развивает партнерские сети своей компании, благодаря которым легко стать успешным предпринимателем в плюшевом бизнесе.

К 5-летию дня рождения компании увидела свет детская книжка «Потапыч и друзья», написанная Кристиной Байдали совместно с детским психологом. По признанию автора, этот проект — для души. Кристине захотелось рассказать о том, что происходит с главным героем ее детства — оранжевым медведем, сделать Потапыча и его друзей — зайку Лялю и мишек Грея и Зефирку — частью истории, чтобы дети могли познакомиться с ними поближе. Презентации

с участием персонажей из книги — четырех ростовых кукол — прошли на площадке технопарка «Сколково», в московских библиотеках и в Томской областной библиотеке им. Пушкина.

Сегодня талантливый предприниматель, главный драйвер и вдохновитель всей огромной команды «Потапыча» Кристина Байдали активно делится своими знаниями с другими предпринимателями в рамках обучающего курса, а также в качестве спикера на бизнес-ивентах и мечтает о том, что в центре Томска появится «Дом Потапыча».

Компания ростовых кукол «Потапыч», пер. Плеханова, 11,
тел.: 8-800-551-69-68, +7-952-886-28-46, potaph.com



«ФОРТИС ГРУПП»

В октябре 2022 года томская производственно-строительная компания «Фортис Групп» стала лауреатом 5-й международной премии архитектуры, дизайна и визуальных коммуникаций «BEST FOR LIFE» (г. Сочи). Проект сибиряков «Умная остановка», реализованный по заказу администрации города Ноябрьск Ямало-Ненецкого автономного округа, одержал уверенную победу в номинации «Городская среда».

Заслуженная награда была вручена компании как за интеллектуальное наполнение остановочного комплекса, так и за внешний облик объекта.

Теплый остановочный комплекс размещен около городской больницы. В нем предусмотрен пандус для маломобильных граждан, а также открытый и два закрытых отопляемых блока. Система климат-контроля поддерживает оптимальную температуру внутри при помощи инфракрасных обогревателей и тепловых завес. Внутри размещен сенсорный экран для отслеживания движения общественного транспорта в реальном времени. Также можно зарядить электронные устройства, есть WI-FI.

Павильон выполнен в фирменном стиле общественного транспорта Ноябрьска. Цвета и символику для города разрабатывала дизайн-студия Артемия Лебедева. В темное время суток остановка подсвечивается желтым цветом.

Компания «Фортис-Групп» работает в сфере металлоконструкций, фасадных работ и модульного строительства уже больше 15 лет, реализуя проекты по всей



Алексей Милехин, директор компании

России. В портфолио компании такие известные в Томске объекты, как стела «Я люблю Томск», расположенная на площади Новособорной, въездной знак «Томская область» на территории аэропорта в Богашево, больше тысячи информационно-ценовых стел на автозаправочных станциях по всей стране, электронные табло на остановочных комплексах в Томске и в ряде других городов, уличные тренажеры и спортивные площадки, и сотни других объектов.

Основное направление деятельности компании — благоустройство городской среды. «Нам нравится менять мир вокруг себя», — так однажды сказал в своем интервью директор «Фор-

тис Групп» Алексей Милехин, и эта фраза стала новым слоганом фирмы.

Также в мае 2022 года «Фортис Групп» стала лучшей на региональном этапе конкурса «Золотой Меркурий», организованного Торгово-промышленной палатой, в номинации «Лучшее малое производственное предприятие».

В компании уверены, что это не последние победы, и ее сотрудники еще прославят область новыми достижениями.

Производственно-строительная компания «ФОРТИС ГРУПП»
г. Томск, ул. Герцена, 72 б, тел. (3822) 30-21-71,
fortis.tomsk.ru, fortis@rde.ru



«THE MOST»

С первым номером интеллектуально-делового журнала «The MOST» читатели Томска познакомились в декабре 2021-го. А уже через год новое издание, сразу обратившее на себя внимание большой аудитории, получило диплом победителя премии Томского Союза журналистов «Акулы пера-2022» в номинации «Проект года».

Идея предложить томичам формат журнала, который бы рассказывал об актуальных и важных событиях и процессах в сферах образования, науки, маркетинга, бизнеса, технологий и искусства пришла команде одного из подразделений крупнейшего за Уралом медиахолдинга «Рекламный дайджест». На взгляд редакции издания, городу с репутацией образовательного центра с огромным потенциалом и невероятной энергетикой подобное интеллектуально-деловое печатное издание просто необходимо.

Примеряя глобальные культурные процессы на его жителей, свою задачу коллектив журнала видит в том, чтобы показать истинное лицо Томска — активно развивающегося сибирского города, крупнейшего центра науки и культуры, бережно хранящего свои традиции и историю. Не случайно родилось и название. Мост — это фундаментальное, устойчивое сооружение, олицетворяющее надежность и обстоятельный, серьезный подход. И в то же время это символ коммуникации, связи между прошлым и будущим, многоуровневого диалога между разными



Наталья Альтмаер, главный редактор

поколениями людей, движения к познанию нового. А еще МОСТ — это аббревиатура, за которой скрывается слоган издания: «Мы открываем современный Томск».

Пока к выходу готовится только четвертый номер журнала, но уже ясно, что издание нашло горячий отклик у довольно широкой аудитории, включающей в себя представителей томского бизнес-сообщества, интеллектуальной сферы, органов власти, IT-сектора, многих людей разного возраста и социального статуса.

Каждый номер журнала — это почти 250 страниц авторских материалов и содержательных обзоров, освещающих актуальные сюжеты в таких динамично развивающихся сферах, как современ-

ное образование, российский IT-сектор, психология и медицина, инновационные технологии, языкознание, передовые достижения томской науки, виртуальный мир. Редакция рассказывает об уникальных бизнес-проектах, знакомит с портретами людей, которые приближают завтрашний день Томска, а также с литературным и художественным творчеством наших земляков.

С 2023 года периодичность выхода журнала — 3 раза в год тиражом 4000 экземпляров.

Интеллектуально-деловой журнал «The MOST», ул. Герцена, 72 б,
тел. 52-10-01 (доп. 370)

ВСЕМУ СВОЕ ВРЕМЯ

Идеальный возраст для рождения ребенка сегодня понятие весьма условное. Героини нашего материала пришли к материнству после сорока, и для каждой этот опыт стал по-настоящему трансформационным и очень счастливым. Ведь вопреки опасениям они все же приняли решение выносить и родить ребенка.

Подготовила: Валерия Клименко

■ ХЭЛЛИ БЕРРИ

Одна из самых ярких и темпераментных актрис Голливуда впервые стала мамой в 42 года. По ее словам, только после рождения дочери она впервые по-настоящему пожалела, что не познала радость материнства раньше. Впрочем, на это были свои причины. Во-первых, стремительно развивающаяся карьера в Голливуде, во-вторых, травмирующие воспоминания детства, которые, по признанию Берри, сильно мешали ей строить гармоничные отношения с мужчинами. В детстве вместе с сестрой они постоянно становились свидетелями скандалов и драк между родителями, видели, как отец избивал мать.

При всей своей харизме и красоте Хэлли Берри относится к типу женщин, которым хронически не везет в любви. После двух неудачных браков актриса, казалось бы, обрела счастье с моделью Гэбриелом Обри. У пары родилась долгожданная дочь Нала, однако сохранить отношения им не удалось. Вскоре у Берри вспыхнул новый роман с французским актером Оливье Мартинесом, который инициировал судебный запрет на приближение Обри к Хэлли и ее дочери. Дело в том, что манекенщик пытался отсудить право опеки над девочкой, а также запретить ее выезд из США во Францию. Актрисе пришлось выплатить ему порядка 300 тысяч долларов отступных.

Когда страсти немного улеглись, Берри не могла поверить своему счастью – в 46 лет она готовилась стать мамой во второй раз. У актрисы и Оливье Мартинеса родился сын Мосео. Впрочем, и этому браку не суждено было продлиться долго. В 2016 году супруги мирно развелись и сейчас поддерживают общение исключительно ради ребенка.

■ МОНИКА БЕЛУЧЧИ

Красавица-итальянка впервые стала мамой после сорока. Долгие годы попыток забеременеть не приносили



МОНИКА
БЕЛУЧЧИ
стала мамой
в **40**
и в **45** лет

результатов, а врачи с сожалением разводили руками. Однако в 2004 году на свет появилась первая дочь Моника Белуччи и Венсана Касселя – Дева. Спустя еще шесть лет супруги стали родителями во второй раз. Несмотря на то, что Леони была долгожданным ребенком, через три года после ее рождения супруги объявили о расставании. «Женщины после 40, мечтающие иметь детей, обычно боятся, что не смогут выносить ребенка. А после родов волнуются, как бы муж не оставил их, испугавшись проблем», – признавалась в интервью Моника. Увы, ее слова отчасти стали пророческими.

■ САЛЬМА ХАЙЕК

Знойная красавица Сальма Хайек может похвастаться внушительным списком ролей у лучших режиссеров Голливуда. А вот громких романов в ее биографии было не так много.



ХЭЛЛИ
БЕРРИ
стала мамой
в **42**
и в **46** лет



Фото: 123RF, ThePlace





САЛЬМА ХАЙЕК стала мамой в **42** года

В середине двухтысячных актриса познакомилась с французским миллиардером Франсуа-Анри Пино, который на тот момент еще состоял в отношениях с Линдой Евангелистой. Несмотря на заверения в том, что он завершил роман с легендарной супермоделью, дети у Сальмы и Линды родились в один и тот же год с разницей всего в пару месяцев. По этой причине 42-летняя Хайек без тени сомнения разорвала помолвку с Пино. Однако Франсуа сделал свой выбор и приложил все усилия, чтобы вернуть Сальму с дочерью Валентиной обратно. С актрисой он счастлив в браке и по сей день. А вот с Линдой и их общим сыном Августинном Джеймсом миллиардер практически не общается.

■ **ДЖАНЕТ ДЖЕКСОН**

Младшая сестра короля поп-музыки трижды была замужем. В браке с катарским миллионером Виссама аль-Мана, который был младше супруги почти на десять лет, певица родила долгожданного сына Иссу. На тот момент ей было пятьдесят. Беременность далась знаменитости нелегко: ей пришлось отменить мировое турне из-за угрозы выкидыша, а на момент родов Джанет набрала около 43 килограммов. Впрочем, в форму знаменитость вернулась в рекордно быстрые сроки. Возможно, на это повлиял сильный стресс на фоне развода с отцом долгожданного ребенка аль-Маной, от которого Джексон ушла спустя месяц после рождения сына, сославшись на вспыльчивый характер мужа-тирана.

■ **ХИЛАРИ СУОНК**

Долгое время Хилари Суонк считали главной пацанкой Голливуда. Мировую известность ей принесла роль трансгендерного мужчины в фильме «Парни не плачут». Тогда Суонк собрала практически все премии как лучшая актриса 1999 года, в том числе и «Оскар» за исполнение глав-

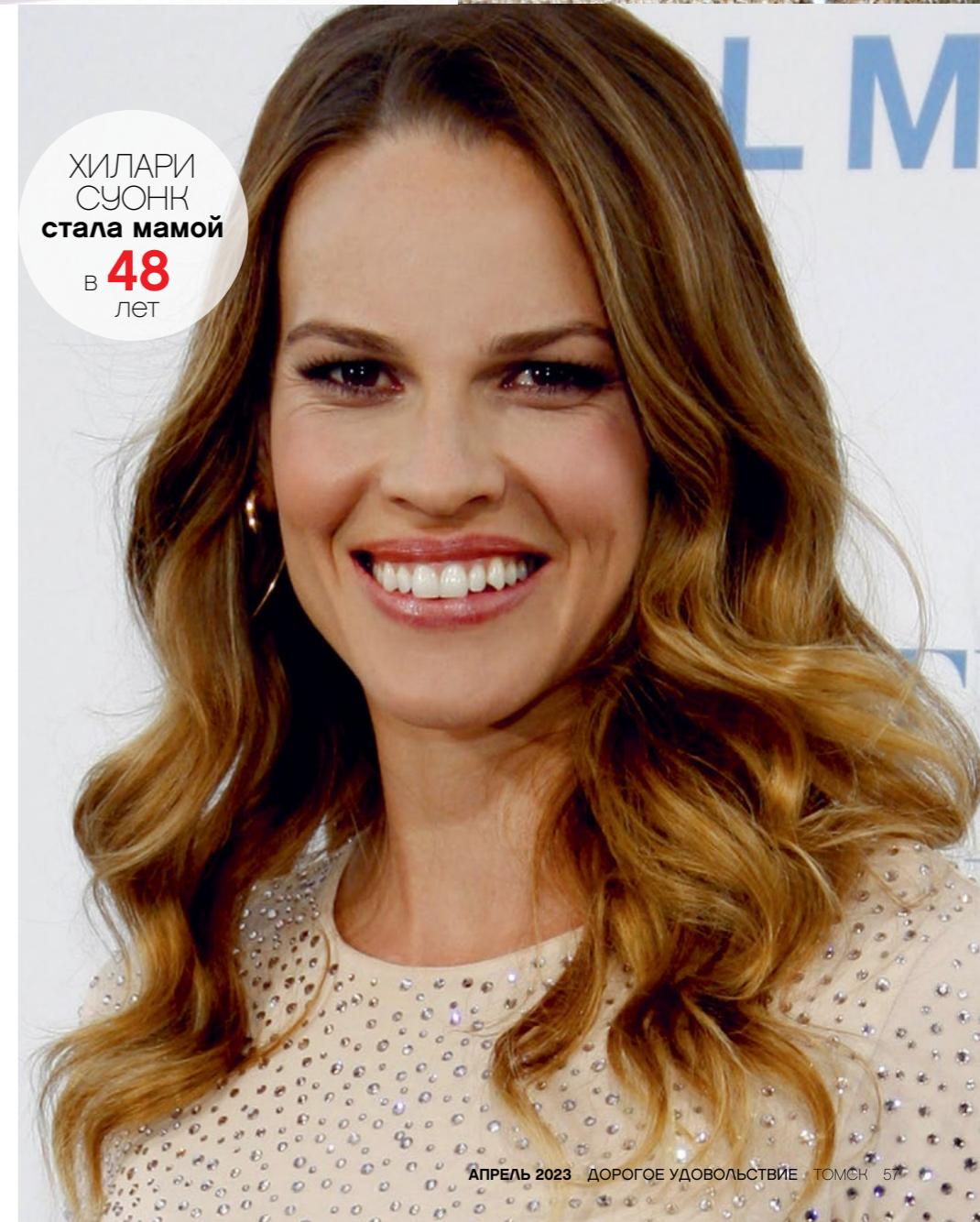
Фото: 123RF



ДЖАНЕТ ДЖЕКсон родила единственного сына в **50** лет

ной женской роли. Вторую статуэтку она получила за фильм «Малышка на миллион», где предстала в образе девушки-боксера.

При этом в гору шла не только карьера актрисы, но и ее личная жизнь. Расставшись после десяти лет брака с мужем и партнером по съемочной площадке «Тихие дни в Голливуде» Чадом Лоу, Хилари начала встречаться со своим агентом Джоном Кампизи. Однако и в этих отношениях приоритетом для обеих была скорее карьера, нежели создание семьи и рождение детей. Лишь после встречи с предпринимателем Филипом Шнайдером в 2018 году актриса позволила себе немного замедлиться. При этом в своих интервью Суонк продолжала виртуозно обходить неудобную тему материнства, ссылаясь на высокую занятость и гармоничные отношения с супругом без детей. Именно поэтому новость о беременности 48-летней актрисы стала настоящей сенсацией в прессе. Ведь «малышку на миллион» уже давно успели записать в лагерь чайдфри звезд Голливуда. Сама знаменитость не давала никаких комментариев на тему, но говорят, что поздняя беременность Суонк - заслуга удачно проведенной процедуры ЭКО.



ХИЛАРИ СУОНК стала мамой в **48** лет

ТОМСКИЙ TALK-FEST

Необычный гибридный формат вечеринки и конференции, организованный в прошлом году командой «Дорогого удовольствия», так понравился гостям и участникам, что мы решили его повторить. TALK-FEST'23 пройдет в мае на площадке атмосферного ресторана «Santa Monica». А вот познакомить читателей со спикерами нового ивента мы спешим уже сейчас!

СВЕТЛАНА ЯГУЖИНСКАЯ



ул. Шевченко, 15,
тел. +7 (3822) 900-888,
eliksir.tomsk.ru



«**М**оя клиника — это моя душа, — говорит директор Светлана Ягужинская, директор клиники функциональной стоматологии «Эликсир Премьер». — А моя душа — это команда, люди, которые, обращаясь к нам за помощью, их счастливые глаза. Любить — это прежде всего делать. С радостью могу сказать, что я и вся команда делаем максимально возможное, чтобы наши пациенты почувствовали нашу любовь. Многие уже заметили, что в нашей компании произошел ребрендинг. Это не просто смена обертки — это изменения всего внутреннего мира, обогащение новыми знаниями. Последние два года процесс изменений и улучшений идет постоянно и непрерывно. Счастлива, что он не ограничивается только мной, а формируется в моих единомышленниках — талантливых, современных и целеустремленных специалистах. Главное в нашей работе — качество жизни и здоровья пациентов, их счастливые улыбки, возможность жить в радости. А мы будем продолжать учиться, развиваться, совершенствоваться. Сегодня в клинике полностью меняется концепция всей работы, результат которой однозначно повысит качество стоматологии. Мы просто будем продолжать идти в направлении роста, а наивысшим результатом будет для нас благодарность людей».

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Костюм: «Maggio», ул. А. Беленца, 9/1, maggio.group

АНАСТАСИЯ КРЕТОВА

Анастасии Кретовой, руководителю школы Таро и нумерологии «Kretova school», первой в России удалось расшифровать всю символику классического Таро и даже оформить авторские права на свой творческий труд. За небольшой отрезок времени она смогла создать собственную авторскую методику обучения, благодаря которой люди даже с нулевым уровнем знаний в Таро за 2 месяца становятся профессиональными сильными тарологами.

Школа Таро Анастасии Кретовой одной из первых в нашей стране прошла аккредитацию в международной Академии профессионального обучения и получила право выдавать своим ученикам дипломы установленного образца. Статус международной «Kretova school» приобрела благодаря ученикам из Германии, Италии, Франции и других стран. Студентами школы являются не только бизнесмены, фрилансеры и мамы в декрете, но также руководители других школ Таро. Создание пространства для современных женщин, идущих в ногу со временем, Анастасия Кретова считает одним из больших достижений.



kretova-school.ru
kretova-school



Макияж и укладка: Татьяна Зайцева, WA +7-913-116-72-09



пр. Кирова 36, оф 213
+7-952-888-48-42
nalogov-net.com

ТАТЬЯНА БРУСЬЯНИНА

Бухгалтерский аутсорсинг сегодня приходит на помощь компаниям, успешно позволяя оптимизировать в них работу отдельных подразделений. Татьяна Брусьянина, руководитель бухгалтерской организации «Высота», хорошо знает, сколько труда, знаний, времени нужно, чтобы отладить важные финансовые механизмы предприятия. Имея около 8 лет опыта удаленного бухгалтерского сопровождения организаций и ИП в Томске, Новосибирске, Кемерове и Москве, вместе со своей командой в режиме 24/7 она помогает предпринимателям освободить время для увеличения прибыли их компаний, оптимизировать налогообложение, получить субсидии и значительно сэкономить расходы. Среди сотрудников «Высоты» — и специалисты по юридическим вопросам, и профессиональные программисты, которые занимаются обслуживанием всей системы, помогают с работой 1С. Команда «Высоты» всегда предложит своим клиентам самые оптимальные варианты, вовремя проконсультирует в вопросах господдержки и поможет получить ее. К тому же компания сопровождает организации из самых разных сфер — от торговли и грузоперевозок до интернет-маркетинга, имея большой опыт и кругозор, прекрасно ориентируясь в решении самых разных вопросов.



Макияж и укладка: Катерина Кабанец,
vk.com/katerinapromakeup

ЕЛЕНА СМИРНОВА



ул. Дальне-Ключевская, 16 а
8-953-914-22-45
smirnova_pm

Елена Смирнова, руководитель мастерской красоты «Frida», бьюти-мастер, создала свое неповторимое творческое пространство в 2019 году. Когда-то она считала, что «рисовать брови» — дело абсолютно несерьезное, но вот уже 10 лет она с удовольствием погружается в процесс создания женской красоты. Свое дело Елена любит за его многогранность: в нем она ощущает себя и визажистом, и косметологом, и художником, и пластическим хирургом, и психологом, и стилистом... У нее есть свои незыблемые профессиональные принципы, которые заключаются в полной натуральности и естественности создаваемых ей женских образов.

С 2017 она начала принимать участие в конференциях и чемпионатах российского и международного уровней, одержав немало побед. На сегодняшний день она единственный в Томске мастер, имеющий звание чемпиона мира по перманентному макияжу. Создав свою школу, на ее базе Елена занимается подготовкой мастеров и не скрывает, что гордится высоким уровнем своего преподавания. За качественными знаниями к ней приезжают уже из разных городов России.

НАТАЛЬЯ ШИШКИНА



ул. Яковлева, 15,
тел.: 77-03-03, 777-100,
terra-медика.пф terra_medica
skenarpride.ru skenar_pride

Объединяя два медицинских центра — «СКЭНАР Прайд» и «ТЕРРА МЕДИКА» — в единый бренд, их создатель Наталья Шишкина понимала: наиболее эффективным вариантом помощи пациентам может стать медицинское учреждение с комплексным подходом и полным циклом. С осени прошлого года все самые актуальные и востребованные услуги, включая СКЭНАР-терапию, томичи могут получить в Многопрофильном медицинском центре «Том Терра». Здесь пациент взаимодействует с медицинским учреждением в формате максимального комфорта и отсутствия очередей. Полный цикл — это более 4000 анализов и тестов, диагностика, совмещение традиционных и нетрадиционных методов лечения, сам врачебный прием и сопровождение пациента до получения результата. Все — в одном месте, под постоянным контролем каждого этапа диагностики и лечения. Смотреть на проблему интегративно — такого принципа директор Центра придерживалась изначально, а реализовать его теперь стало еще проще и удобнее благодаря коллективу врачей с безупречной репутацией и высокой квалификацией. Центр «Том Терра» — замечательный пример того, как на основе сформированных за годы работы врачебных традиций и профессиональных принципов создается медицина для людей, направленная в завтрашний день.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ИРИНА БОГДАНОВИЧ И КСЕНИЯ МЕЛЕНЧУК



Макияж и укладка: «Nabs», пр. Фрунзе 25, тел. +7-923-457-74-54, tomsk.nabsnail.com;
Зоя Романовская, студия «Кудри бар», тел. +7-913-849-03-60



ул. Иркутский тракт, 71 д, тел. 99-52-82,
ул. Суворова, 17 а, тел. 708-588
csdent.ru

«**Я** в тебе нашел абсолютно все» — так можно сказать про Центр Современной Стоматологии. Сегодня его команда предоставляет своим пациентам — взрослым и детям — широкий спектр услуг: от профилактики до терапии сложных заболеваний, от лечения во сне до хирургических вмешательств. Специалисты ЦСС делают все возможное, чтобы гарантировать всем, кто к ним обращается, лучшие результаты. Команда высококвалифицированных врачей применяет инновационные методы лечения, а также уделяет особое внимание индивидуальному подходу к каждому пациенту, который позволяет сделать процесс лечения максимально комфортным и безболезненным.

Сотрудники центра постоянно повышают квалификацию и следят за последними тенденциями в отрасли. «Наша миссия — это Люди и искренняя забота об их здоровье» — так здесь считают все без исключения. В этом смысл деятельности ЦСС, который ценит своих пациентов, с уважением и благодарностью относится к их выбору. Посещение клиники — это отличная возможность убедиться, что Центр Современной Стоматологии является отличным выбором в вопросе сохранения здоровья зубов.

ДИАНА РЯБЫКИНА



ул. Беленца, 9/1, 1 под., 2 этаж,
daisyknit.ru
d.knitwear
daisyknit

Диана Рябыкина — создатель и креативный директор Daisyknit, руками которой создаются модели, ставшие бестселлерами коллекций бренда. Именно с ее желания одеваться необычно и создавать для себя одежду из качественных материалов и начался бренд. В 2015 году небольшое увлечение девушки переросло в маленький, но очень амбициозный бренд одежды. Возглавил управление процессами Daisyknit супруг Дианы — Максим. Усилиями пары бренд достаточно быстро стал популярным — семейный тандем создавал и создает одежду для женщин самых разных поколений, умеющих ценить свободу и качество, мечтающих иметь функциональный и удобный базовый гардероб.

За 8 лет из небольшой компании, одного рейла из Икеа и пары воодушевленных молодых людей Daisyknit вырос в российский бренд с собственными производственными площадками и магазинами в 7 городах (Томск, Новосибирск, Москва, Санкт-Петербург, Красноярск, Южно-Сахалинск, Калининград), онлайн-магазином, растущей франчайзинговой сетью и командой из 180 человек, продолжая оставаться при этом семейным. У руля креативной части бренда — по-прежнему Диана, обладающая особым удивительным видением.



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

МАРИНА ГАМИДОВА



ул. Яковлева, 15
тел. +7 903 950 01 75
nova_nedvigimost_tomsk

Агентство недвижимости «Нова», которое появилось на томском рынке в конце 2021 года, объединяет опытных, позитивных и активных специалистов, которые успешно действуют даже во времена серьезных перемен. Руководитель компании Марина Гамидова изначально поставила перед собой задачу собрать команду, в которой каждый является профессионалом высокого уровня. Ее сотрудники, уверена глава «Новы», должны разбираться в азах юридических вопросов, в ипотеке, в недвижимости как таковой, будь то загородная, вторичная или новостройка, отлично справляться с многозадачностью. Важно, что все проблемы клиентов здесь решают прежде всего с позиции персонального отношения к людям, осознавая полноту ответственности перед ними. Работа специалистов базируется на индивидуальном подходе, прекрасном знании рынка, сопровождении всех этапов операции купли-продажи. Такой метод позволяет добиваться главной цели — клиент должен совершить выгодную для себя сделку, выбрать именно тот вариант, который максимально ему подходит.

ЕКАТЕРИНА КОЗЛОВА



ул. Елизаровых, 53/2, оф. 501,
тел./ WA +7-913-814-08-86,
taplink.cc/ekaterina.kozlova.coach,
kozlovadombrovskaya

Екатерина Козлова, предприниматель, психолог, коуч, всегда готова помочь тем, кто чувствует тревогу, напряжение, неудовлетворенность, страх перед будущим, потерю смысла жизни, чувство вины, стыда. Тем, кто находится в личном или профессиональном кризисе, в токсичных разрушающих отношениях, в состоянии апатии или депрессии. Тем, кто хочет познать себя и максимально раскрыть свой потенциал, развить эмоциональный интеллект, завершить семейные конфликты, построить счастливые отношения, успешную карьеру или частную практику.

С помощью современных методов практической психологии, системного семейного и гештальт-подходов она помогает реанимировать чувства и тела людей, с ней вы обнаружите свои ресурсы и ограничения, найдете опоры внутри себя, научитесь строить отношения с собой и другими, быть в моменте здесь и сейчас, оставаясь в безопасности и осознанности. Встречи с ней — процесс, позволяющий проживать реальность такой, какая она есть, находить силы в настоящем, повысить самооценку, уверенность в себе, построить надежный фундамент для дальнейшей жизни и личную стратегию успеха.



ОЛЕГ ЯРКОВ



ул. Белинского, 18
тел. 908-800
eliksirtomsk.ru

Уже более 30 лет уникальной философией центра современной стоматологии «Эликсир» остается интеллектуальный подход к каждому пациенту. Это и деликатное отношение, и безболезненное, индивидуально спланированное лечение, которое проводит команда специалистов с колоссальным опытом работы, и использование высокотехнологичного оснащения. По словам заведующего ортопедическим отделением Центра современной стоматологии «Эликсир» Олега Яркова сегодня главная задача его врачей — решить проблему пациента максимально качественно и с наименьшим количеством посещений. Одно из приоритетных направлений здесь — комплексная реабилитация пациентов с опорой на имплантаты: когда зубов на челюсти нет либо имеющиеся зубы не состоятельны. Предоставляя полный спектр услуг на базе одной клиники, для каждого человека, независимо от его возраста, пошагово выстраивается индивидуальный план терапии и реабилитации. Лечение под полным контролем, исключая ошибку из-за человеческого фактора, возможно благодаря работе на современном экспертном оборудовании, использованию высокотехнологичных томографов, сканеров, микроскопов.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

СВЕТЛАНА МАЧЕХИНА



Светлана Мачехина — предприниматель, блогер, основатель и лидер самого крупного женского сообщества в Томске, известного, как женский клуб W. Это современное пространство для развития и вдохновения женщин, место, где они черпают силы, получают поддержку и возможности для изменений. Наставник и спикер в теме саморазвития, личного роста, публичных выступлений и возможности реализовать себя, проводит в своем клубе мощные заряжающие и очень окрыляющие встречи.

Она прекрасно знает, как мотивировать и побудить женщину начать двигаться вперед, раскрыть перед ней перспективы, расширить горизонты. Встречи с участницами клуба, которые она проводит в формате «свидание с собой», часто кардинально меняют их жизнь. После этого женщина уже не будет прежней, убеждена Светлана, искренне уверенная, что она способна зажечь и наполнить всех, кому нужна ее поддержка. «Моя миссия, — говорит Светлана, — вдохновлять людей на изменения. И в первую очередь, собственным примером».



тел. +7 913 816-88-08,
wclub-tomsk.ru



НИКИТА РУЖИЛОВ

специалист отдела работ повышенной опасности ООО «Деловой партнер ОТ», инструктор по сноуборду категории «С» NRLI ISIA



Мое жизненное кредо — быть исследователем, сохранять любопытство и интерес к миру, быть открытым ему. Не создавать рамок и не застревать в них. Продолжать знакомиться с самим собой, искать пути самосовершенствования, познавать способности своего тела, осознанно проверяя его на прочность. Искренне делиться с людьми эмоциями и знаниями.

Лучше всего я умею находить нестандартные способы решения задач в любой обстановке, с любыми исходными данными. Даже в самой стрессовой или патовой ситуации.

Считаю, что идеальных женщин (как и мужчин) не существует. Есть общая энергетика, которая соединяет абсолютно разных по темпераменту, вероисповеданию, поведению, характеру мужчину и женщину. И если захотят, они способны создать прекрасный гармоничный союз: подстраиваться друг под друга, уступать, договариваться и самое главное — быть счастливыми вместе.

Настоящий мужчина — мужчина, способный не сворачивать со своего пути, даже если вокруг все рушится, способный находить нестандартные решения. Тот, кто заботится о близких, является для них щитом. Тот, кто всегда развивается и всегда держит слово. Увлечение настоящего мужчины — экстрим, чтение книг и получение знаний, спорт, музыка, искусство, точные науки и, конечно же, автомобили.

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



Беседа об искусстве с Ириной Малиновской

2 апреля

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

«Что вы знаете за Одессу?»

Читакль по рассказам Исаака Бабеля
Исполняют: Евгений Казаков, Татьяна Угрюмова,
Евгений Шевелев

10 апреля

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



«Городские антики»

Литературно-театральный вечер по мемуарам
Эдуарда Кочергина
Исполняют актеры: Илья Гваракидзе, Ирина Шишлянникова

17 апреля

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



«Театральный роман»

Читакль по мотивам одноименного романа Михаила Булгакова
Исполняют актеры: Евгений Казаков, Татьяна Угрюмова,
Евгений Шевелёв

24 апреля

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



Художественная выставка

Выставка томских художников в гостинной Арт-бутика
«Русский Шарм»

С 1 апреля по 31 мая

Модная галерея Антеприма,
ул. Никитина, 99. 16+



Билеты:

арт-бутик «Русский Шарм»
(Модная галерея «Антеприма», Никитина, 99), тел. 8 (961) 098-19-33

Организатор:

Арт-студия «Золотое Сечение»

Партнеры:

Ресторанный комплекс «Бамбук»
Союз театральных деятелей РФ
Театр-студия Натальи Корляковой

Информационные партнеры:

Журнал «Дорогое удовольствие», журнал «The МОСТ»

Юбилейная программа Юлиана

Концерты Юлиана, эстрадного певца и композитора, заслуженного артиста России, — это невероятный энергетический ураган эмоций, волшебный праздник настоящей музыки! В репертуаре артиста, обладающего уникальным тембром голоса, около 400 песен. Им создано 14 сольных программ, выпущено 8 альбомов и виниловая пластинка. В юбилейной программе Юлиана, посвященной 30-летию творческой деятельности, зрители услышат много незабываемых хитов.

25 апреля

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел.: 710-900, 20-20-72
Начало в 19.00. 6+



«Кино» вновь с нами!

Группа «Кино» даст большой концерт в Томске в честь 60-летия Виктора Цоя, попасть на который смогут все желающие. Группа, сегодня вернувшаяся в статус одной из самых мощных и популярных русскоязычных команд в мире, покажет зрелищное и масштабное шоу. Лучшие песни «Кино», оригинальный вокал Виктора Цоя, легендарные участники Александр Титов, Игорь Тихомиров и Юрий Каспарян, уникальный видеоряд, мощный свет и яркие спецэффекты.

1 мая

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



Комедия

«Родственные связи»

На что только не пойдет влюбленная девушка ради того, чтобы устроить сюрприз любимому к свадьбе. Вот и Маша Иванова решила продать старинное пианино своего деда. Но что делать, если покупатель слишком красив, жених ревнив до смертоубийства, а жена покупателя совсем не та, за кого себя выдает? В ролях: Александр Носик, Мария Климова, Александр Головин, Елена Саар.

26 апреля

Томский театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел.: 710-900, 906-837
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 200 руб. Подробности уточняйте по тел. 42-40-98

Подробности проведения акций узнавайте в сообществах «Химчистка BOWE»

ANNA ASTI

с новым шоу «Феникс»

ANNA ASTI открыла новую главу своей творческой карьеры и вернулась на сцену уже в роли сольной артистки. «Singing soul of a woman» — новый девиз исполнительницы, который говорит о борьбе за голоса женщин, желании их поддержать песнями. «Я искренне верю, что смогу помочь многим женщинам обрести себя, не сдаваться, гордиться собой и не останавливаться на пути у любых препятствий», — говорит ANNA ASTI. Несмотря на новое звучание, певица сохранила свой фирменный стиль: ее песни и ее голос всегда оказывают на слушателей исцеляющий душу эффект.

10 мая

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



Николай Носков с программой «Живой»

Артист, чьи песни зрители знают наизусть от первого до последнего слова, в представлении не нуждается: композиции Носкова вошли в самые авторитетные хит-парады. На протяжении 25 лет сольного творчества Николай остается верен себе: живой звук, абсолютная отдача, мощный, хорошо узнаваемый вокал, мужская харизма и песни, которые говорят сами за себя. Плотное рок-звучание или душевная лирика — Носкову удастся всё. В Томске артист представит специальную программу, в которую войдут самые любимые публикой композиции.

2 июня

Большой концертный зал,
пл. Ленина, 12 а, тел.: 710-900, 20-20-72
Начало в 19.00. 12+



111 ЛЕТ НАЗАД (В МАЕ 1912) ПРОШЛА
ТОРЖЕСТВЕННАЯ ЗАКЛАДКА ФУНДАМЕНТА
ЗДАНИЯ НАУЧНОЙ БИБЛИОТЕКИ
Императорского Томского университета.

Драма «Катя»

До поры до времени семья общественного деятеля Георгия Стибелева была образцовой: делающий успешную карьеру муж, красавица и умница жена, милые ребятишки... Что же разрушило эту идиллию? Почему добропорядочная жена и мать вдруг превратилась в современную Мессалину и пустилась «во все тяжкие»? Что это — месть мужу за несправедливые обвинения в измене или вдруг открывшееся стремление испытать жизнь во всей ее полноте? Постановочная труппа ставит перед зрителем актуальный вопрос: как найти цель жизни и жить с ощущением наполненности, не теряя нравственной чистоты?

9 мая

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел.: 906-837, 906-845
Начало в 19.00. 16+



Из племени Кедр

В октябре 1974 года на сцене Томского театра драмы состоялась премьера легендарного спектакля «Из племени Кедр» в постановке Олега Афанасьева по роману томского писателя Александра Шелудякова. Почти полвека спустя режиссер Олег Молитвин решил создать совершенно новую сценическую версию романа. Андрей Шаманов возвращается на родину — в небольшой поселок Улангай на берегу реки Вас-Юган, где встречается со своими друзьями детства. Поселок живет своей обычной жизнью, наполненной радостью и горестями. Мечтает заполучить мужа хохотушка-продавщица Соня, плетет интриги старуха-травница Андрониха, помогает советом и делом оказавшимся в беде мудрая шаманка Югана, последняя женщина из племени Кедр. Проект реализован при поддержке гранта Президентского фонда культурных инициатив.

1, 22, 23 апреля, 7, 13 мая

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел.: 906-837, 906-845
Начало в 18.00. 16+



Давным
давно

Большой концерт Мари Краймбрери

За последние пару лет Мари сумела поломать все возможные стереотипы, доказав, что понятие «формат» просто отсутствует, если ты честен, в первую очередь, с самим собой. От поп-хитов «Мне так хорошо» и «Океан» до коллабораций с Гуфом и HammAli, от «Палево» до душераздирающих «Пряталась в ванной» и «AMORE» — это все она! Для нее не важны тренды, она не умеет быть заурядной, а ее тексты выбивают 100 из 100.

6 июня

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



Роман с оркестром «Евгений Онегин»

Проект филармонии, впервые показанный зрителям в конце прошлого года, — это не опера и не классический спектакль, а читка произведения в сопровождении волшебной музыки Чайковского. Полету фантазии зрителя, созданию образов в его голове будут помогать оперные голоса, актерские интонации, великая музыка в исполнении симфонического оркестра и картинка углем, подобные тем, которыми иллюстрировали старые книги.

16 апреля

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

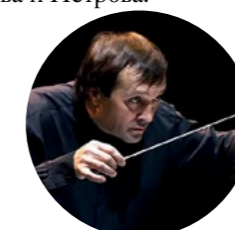


Очаровательный концерт

Когда за дирижерский пульт становится артист оркестра, концерт приобретает иную окраску — очень личностную. Литаврист, мультиинструменталист Владимир Дорохов в новую программу включил свои любимые симфонические произведения. Он убежден, что к каждому из сочинений, составивших программу, подходит определение «очаровательное». Это касается таких шедевров, как «Вальс цветов» Чайковского и вальс из драмы Лермонтова «Маскарад», музыки Свиридова и Петрова.

23 апреля

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



Островский в музыке

Литературно-краеведческая постановка о жизни и творчестве драматурга от лица самых известных персонажей его пьес и самого Островского. Участвуют: Томский академический симфонический оркестр (дирижер Игорь Берендеев), солисты Екатерина Клеменс и Евгений Штейнмиллер, ведущие Татьяна Угрюмова и Евгений Шевелев.

29 апреля

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



Ансамбль Александрова на сцене БКЗ

Более 90 лет дважды краснознаменный Академический ансамбль песни и пляски Российской Армии имени А. В. Александрова с честью и достоинством служит армии и культуре страны, являясь визитной карточкой национальной культуры России. В его репертуаре насчитывается более 2 тысяч произведений разных жанров. В Томск ансамбль приезжает с гастролями в третий раз. В программу концерта включены знаковые для коллектива произведения патриотического характера и народные песни и танцы.

17 мая

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



Лунная соната в 4 руки

Магия любовной тайны, лирическая грусть, эпикурейское наслаждение, торжество радости и страстное утверждение Жизни над смертью — все эти оттенки переживаний, чувств и движений души зашифрованы в концерте фортепианного дуэта Томской филармонии Ad libitum — Марии Блажевич и Павла Шинкевича. Исполнители подготовили для своих поклонников роскошную программу фортепианных шедевров Моцарта, Бетховена, Шуберта, Рахманинова, Равеля.

20 мая

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



Квартет саксофонистов

Квартет «Sax Time» из Красноярска — это талантливые музыканты, лауреаты многочисленных международных и всероссийских конкурсов, которые привезут в наш город интереснейшую программу, состоящую из классических и современных произведений. Зрители услышат музыку Баха, Дворжака, Лаго, Пяццоллы, Лигриана и других композиторов.

23 мая

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



«Золушка» — сказка навсегда

«Золушка», которую любят во всем мире, — сказка на все времена и для всех возрастов. История эта не уникальна. Этот народный сюжет пересказывали в своих произведениях многие авторы, но именно произведение Шарля Перро, доброе, светлое, в котором нет жестокости, является наиболее популярным.

15 и 16 апреля

Театр куклы и актера «Скоморох»
им. Р. Виндермана на сцене
Дворца творчества детей и молодежи,
ул. Вершинина, 17, тел.: 652-890, 652-807,
www.skomoroh.tomsk.ru
Начало в 13.00. 6+



Спектакль «Лес»

В основе спектакля — общечеловеческие проблемы. Он о правде и лжи, о ханжестве и лицемерии, об искренности и чистоте, о высоком благородстве и наглой бесцеремонности. Это постановка об ускользающем счастье, которое каждый персонаж старается поймать или хотя бы прикоснуться к нему в сложном «лесу» интриг, темноты и дремучести провинциальной жизни.

29 апреля 4 мая

Начало в 18.00 Начало в 19.00

Театр куклы и актера «Скоморох»
им. Р. Виндермана на сцене
Дворца творчества детей и молодежи,
ул. Вершинина, 17, тел.: 652-890, 652-807,
www.skomoroh.tomsk.ru. 16+



TALK
FEST

ЧЕТВЕРГ
18 И 25 МАЯ

II Томский TALK FEST

В мае в рестобаре «Santa Monica» пройдет II Томский TALK FEST. В качестве гостей на него приглашаются представители бизнес-сообщества города, заинтересованные в презентации своих товаров или услуг, укреплении имиджа своей компании, привлечении новых клиентов и партнеров, увеличении продаж. Фестиваль — это гибрид вечеринки и конференции, что позволит участникам послушать выступления представителей разных сфер бизнеса, узнать об интересных предложениях рынка, потестить продукты, пообщаться в неофициальном формате drink&talk. По вопросам участия звоните: 52-10-01 (доп. 370).

18 и 25 мая

Рестобар «Santa Monica», ул. Кулева, 26. 16+

Полина ищет Па

Полине 13 лет. Она мечтает выиграть в школьной семейной спартакиаде, и вместе с мамой и бабушкой ей это удастся. Победителям полагается приз — студийная фотосессия, их фото будет висеть на баннере у школы! Но организаторы и школа против — их смущает, что у Полины неполная семья, она растет без папы. А на баннере нужна идеальная картинка: «Мама, папа, я — спортивная семья!» Тогда девочка едет в Петербург — искать мифического отца. В итоге находит себя и начинает лучше понимать своих близких.

21 апреля

Театр юного зрителя, пер. Нахановича, 4,
тел.: 51-36-55, 51-36-42
Начало 18.30. 12+



Феномен ЯНГ ЭДАЛТ



ВАЛЕНТИНА БОГАЧЕВА

Я читала книги о Гарри Поттере в период с 20 до 28 лет. Иными словами, «мальчик, который выжил» не стал моим спутником взросления. Книги Роулинг стали, как мне кажется, поворотным моментом в признании жанра «янг эдалт» как серьезного игрока на литературном рынке.

«Янг эдалт» лидирует в десятке самых востребованных жанров художественной литературы. И при этом, по данным разных исследований, от 50% до 70% основных читателей «янг эдалт» — взрослые. Из интереса я провела опрос в своем телеграм-канале. Оказалось, 8% откровенно признаются в любви к этому жанру, и еще 55% читают такие книги время от времени «под настроение». Что за чертовщина? Почему взрослые выбирают такие книги? Что в них такого особенного? Давайте поразмышляем.

Начнем с терминологии. «Young adult» — это «молодой взрослый». Так традиционно обозначают молодежь от 18 до 21 года. Молодежная литература, «янг эдалт», не возникла из ниоткуда. Специальная литература для юного поколения была популярна еще в XIX веке, хотя популярность Тома Сойера вряд ли сопоставима с культом Гарри Поттера. Граница между детской, подростковой и молодежной литературой — зыбкая и субъективная. С жанровой точки зрения все тоже неоднородно. Это могут быть и романы о любви или взрослении, школьные и студенческие повести, детективы, графиче-

ческие романы, но самую высокую волну популярности, мне кажется, создают антиутопии и фэнтези. «Голодные игры» Сьюзен Коллинз, «Сумерки» Стефани Майер, «Дивергент» Вероники Рот — благодаря Голливуду об этих книгах все слышали, но есть и менее раскрученный и, возможно, более качественный «янг эдалт».

Приведу несколько примеров. Тетралогия «Сквозь зеркала» французской писательницы Кристель Дабо — фантастика в ретро-стиле с необычным миром и очаровательной главной героиней — Офелией, которая умеет «читать» предметы и проходить сквозь зеркала. Два славных отечественных автора — Ли Виксен с трилогией «Лисий чертог», где есть непредсказуемый сюжет и оригинальный мир, и Яна Летт с очень крутой трилогией «Мир из прорех» — постапокалипсис на территории России с магическими элементами и обломками былого величия.

Что объединяет все эти книги, помимо очевидного коммерческого успеха и многопоточности? Почему взрослые тянутся к этим сюжетам? Первая и очевидная причина: понятие взрослости весьма размы-

лось в современном обществе. Мы дольше живем, позже взрослеем, долго сохраняем инфантильное мировосприятие. А значит, тридцатилетние и даже сорокалетние читатели «янг эдалт» — это не аномалия, а просто новые «молодые взрослые», новая социальная норма развития человека. Во-вторых, этим книгам присуща особая (как раз юношеская) эмоциональная яркость переживаний — удивительно редкий ресурс для современного взрослого человека, живущего в замкнутом цикле «дом-работа», где так мало необычных событий и новых ощущений.

Нельзя упускать из вида и эскапизм — желание «выключиться» из реальности и новостной повестки, и отвлечься на что-то легкое. «Янг эдалт» имеет, как правило, увлекательный сюжет и отличается умеренными дозами насилия и откровенности, что делает чтение в меру острым и интересным, но не травмирующим. Кстати, «янг эдалт» литература — отличный способ попытаться найти общий язык с выросшими детьми.

В любом случае я остаюсь сторонником позиции, что бы люди ни читали, лишь бы читали!

ГРАНИЦА между детской, **ПОДРОСТКОВОЙ** и молодежной литературой — **ЗЫБКАЯ** и **СУБЪЕКТИВНАЯ**.

Рецензии на книги можете
прочитать здесь:



Дружба крепкая не сломается, не расклеится от дождей и вьюг. (с)

Было бы здорово, если бы все было, как в славной, знакомой с детства, песне. Но, к сожалению, нет. Лично у меня и ломалась, и расклеивалась. Из-за ошибки своей или чужой, из-за некрасивого случайного или намеренного поступка...

А еще бывает, что дружба изнашивается, как старое, ветхое полотно. Ослабевают, перетираются связующие нити и там, где, казалось бы, всё неизбежно и прочно, образовалась — не стянешь, не заштопаешь — дыра. Так истрепалась, например, одна моя многолетняя семейная дружба. Она в последние годы стала носить, скорее, декларативный характер и превратилась, по сути, в совместное отмечание праздников. Мы стали «дружить домами», как предлагал Николай из фильма «Москва слезам не верит», а точнее даже — их фасадами. И главное, что исчезла, испарилась радость общения... Раньше мы «искрили» друг об друга, заряжались энергией, радовались и поддерживали в разные жизненные моменты! Рождения детей, новоселья, совместные отпуска и прочие события — всё проживали и проходили вместе. Но с годами наши столы становились все богаче, а общение все скучнее... А встряв как-то в Новый год в двухчасовую политическую дискуссию, мы стали обходить острые темы. А потом перестали делиться друг с другом мыслями и новостями, звать «в кино, на вино и домино» и в итоге просто признали дружбу официально закрытой.

Что ж, так бывает. Бывает и еще хуже. Вот и недавний «Банши Инисерина» — гениальный, хотя и не получивший «Оскара», фильм-притча режиссера Мартина Макдоны рассказывает нам историю на ту же тему. Два приятеля дружат, сколько себя помнят: один — не очень умный, но добрый пастих Подрик (Колин Фаррелл), второй — умный, но жесткий скрипач Калм (Брендан Глисон). Именно последний, придя к выводу, что жизнь быстротечна и нужно тратить ее только на самое важное (например, написание

музыки), решает в одночасье прервать эту многолетнюю дружбу. Последствия этого решения будут шокирующими. История грустная и даже трагическая, в ней много боли в прямом и переносном смысле. Фильм поднимает вопросы об отношениях между людьми и в том числе старый-добрый «в ответе ли мы за тех, кого приручили».



ГАЛИНА ЗАВГОРОДНЯЯ
gzarogorodnyaya

А вообще-то, дружить классно! Ведь именно друзья дают нам разнообразную физическую, моральную и эмоциональную поддержку. Известный психолог Шерил Кармайл утверждает: «Дружба защищает нас от травмирующего влияния, которое порой оказывает на нас окружающий мир. Она помогает вспомнить кто мы и найти свое место в мире». Мы проявляемся в том числе и через

друзей, и не даром пословица гласит: «Скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты».

Неважно, много ли у вас друзей или вы довольствуетесь узким кругом — близкое общение с этими людьми полезно для вашего здоровья! По исследованиям ученых, пожилые люди, у которых есть друзья, живут дольше. Одиночество увеличивает риск инфаркта и инсульта, деменции и преждевременной смерти, а дружба, наоборот, защищает от сердечных приступов и психических расстройств. Вот вам и научная мотивация к дружбе!

И в качестве позитивного и жизнеутверждающего примера дружбы я приведу отношения между двумя великими русскими балеринами Галиной Улановой и Ольгой Лепешинской. Казалось бы — две прима Большого театра, две первые балерины страны, но никакой конкуренции между ними не было. А дружба как раз была. Балетмейстер Наталья Касаткина, близко знакомая с обеими, объяснила это так: «Галина Сергеевна и Ольга Васильевна были необыкновенно талантливы обе. А талантливые люди, как правило, не завидуют друг другу. Им было интересно друг с другом, у обеих были потрясающие мужья, они были насыщены своим временем и окружением. У них было желание дружить».

Чего и нам всем желаю — дружбы чистой и бескорыстной, поддерживающей и вдохновляющей, такой, как в детской песне, когда «с друзьями тебя МНОГО!»

А вообще-то, **ДРУЖИТЬ КЛАССНО!** Ведь именно друзья дают нам разнообразную физическую, моральную и **ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ ПОДДЕРЖКУ**

LOOK & Style*

ЗАПАД И ВОСТОК

Начав путешествие в Италию, новая рекламная кампания Pal Zileri перенеслась в Стамбул. Коллекция бренда Effortless Attitude (Непринужденный подход) отражает в этом сезоне смешение Запада и Востока, сочетая итальянскую ДНК с цветами и тканями, заимствованными из восточной культуры. Синтез теплых цветов пряностей с неосозаемым муслином и тканями материалами дает жизнь универсальным и современным предметам одежды.



-ОБРАЗ И СТИЛЬ



В ЛУЧШЕМ ВИДЕ

СУМКИ РАЗМЕРА XXL, АКСЕССУАРЫ С БАНТАМИ, ДОСТОЙНЫЕ ТЕАТРАЛЬНЫХ КОСТЮМЕРНЫХ, И ОБУВЬ С АРТ-АКЦЕНТОМ: МОДА НОВОГО СЕЗОНА ПРИВЕТСТВУЕТ САМЫХ СМЕЛЫХ И НАХОДЧИВЫХ!

Подготовила: Анастасия Калугина

ПОРА ЗАВЯЗЫВАТЬ

На подиумах снова все «под завязку». Как ни пыталась мода последних лет отрицать романтику как тренд, выдвигая на первый план спортивно-уличный стиль, та все равно взяла свое и заняла лидирующие позиции. Платья, сумки и шляпы с пышными лентами и бантами, как на театральных костюмах, - маленький праздник, который всегда с вами.



ПОСИЛЬНАЯ НОША

Практичность – прежде всего, подумали дизайнеры и решили ни в чем себя не сдерживать. Кажется, что в этих сумках уместится вся жизнь и даже больше. Этой весной тренд на утилитарность и гипертрофированные формы обеими руками поддержали Louis Vuitton, Jil Sander и Bottega Veneta. Мало точно не покажется!





PARURE ATELIER



PARURE ATELIER



CHAMOVSKIKH

КРУПНЫМ ПЛАНОМ

Если вы предпочитаете броские украшения, то тренд на массивные коктейльные кольца точно вас порадует. Ювелиры решили не скромничать в выборе дорогих сердцу камней. Результат впечатляет: от этих колец решительно невозможно отвести взгляд. Они будут смотреться одинаково эффектно как на вечеринке с откровенным платьем в стиле 80-х, так и днем с одеждой в стиле casual.

LA VIVION



PLATIKA, ALL TIME



PARURE ATELIER



CHAMOVSKIKH



MERCURY



CHAMOVSKIKH



DRIES VAN NOTEN



GCDS



AMINA MUADDI

CHRISTIAN LOUBOUTIN



XULY BET

BOTTEGA VENETA

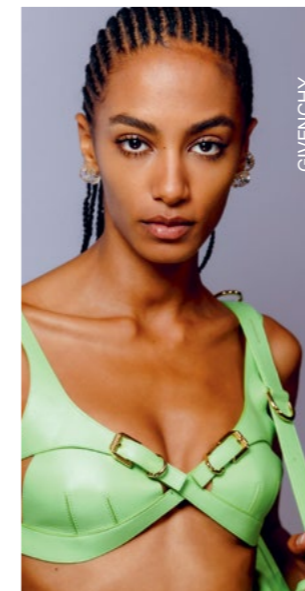


MARNI

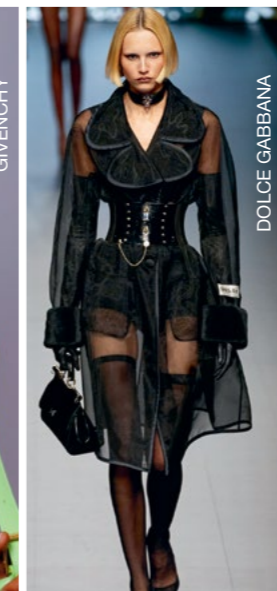


ИЗ ОБЛАСТИ ФАНТАСТИКИ

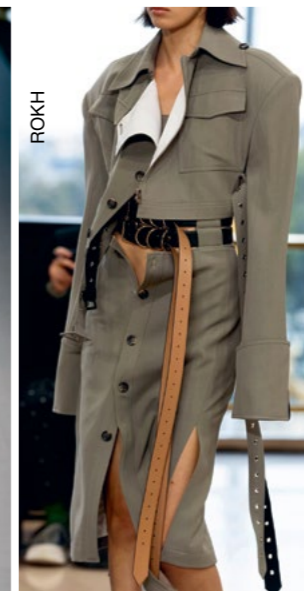
Дизайнеры включают фантазию и изобретательность на максимум: с их легкой руки на смену классической обуви пришли модели, напоминающие причудливые арт-объекты. Если вдруг вы встали не с той ноги, туфли с каблучком, похожим на волчий оскал, расскажут о вашем настроении лучше любых слов.



GIVENCHY



DOLCE GABBANA



ROKH

MAX MARA



DSQUARED



НУЖНОЕ ПОДЧЕРКНУТЬ

Классическое сочетание «белый верх - черный низ» заиграет новыми красками, если добавить одну эффектную деталь. Например, ремень с акцентной пряжкой. В этом сезоне дизайнеры предлагают носить их не только на талии, но и на бедрах — с юбками и брюками на низкой посадке. Вариант для смелых — сочетать несколько ремней одновременно, как это делает Белла Хадид.



LOUIS VUITTON



JUNYA WATANABE



MERCURY

CHAMOVSКИН

ВОТ ЭТО ПЕРЛ!

Тем, кто считает, что жемчуг место в бабушкиной шка-тулке, дизайнеры решитель-но доказывают обратное. Сегодня жемчуг одинаково успешно вписывается в любые стили и течения – от нового минимализма до пыш-ного барокко. Вдохновляем-ся примером Коко Шанель и носим жемчуг каждый день, не дожидаясь подходящего торжественного повода.



PAUL&JOE



SCIENCE & SPIRIT



JUNYA WATANABE



CHOPARD

MIUZ DIAMONDS

GARRARD



SERGIO ROSSI



FENDI



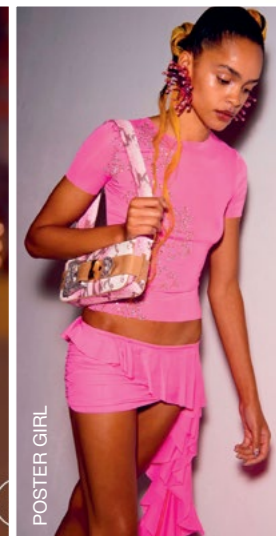
ALBERTA FERRETTI



FENDI



LUDOVIC DE SAINT



POSTER GIRL

БАГЕТНАЯ МАСТЕРСКАЯ

Совершив камбэк из гламурных 2000-х, сумки-багеты официально перешли в разряд must-have. Благодаря вытянутой форме их так же легко носить под мышкой, как и фирмен-ный французский хлеб, отсюда и название – Baguette Bag. Выбираем модели в духе тен-денций сезона: однотонные в спортивном сти-ле или версии с тиснением под кожу питона.



TJ COLLECTION



CHLOE



VERSACE



COLLINA STRADA



ULLA JOHNSON



MAX MARA



UNITED NUDE

НА ТОМ И СТОИМ

Начало теплого сезона – пора продолжительных прогулок на свежем воздухе, а значит, без пары удобных и стильных сандалий просто не обойтись. Лаконичный силуэт, яркая расцветка и массивная подошва – скучать, а тем более сидеть на месте нам точно не придется!



AGL

СВОЯ ВСЕЛЕННАЯ

*ПРОДЮСЕР И ФОТОГРАФ: Наталья Грибова
АССИСТЕНТ ПРОДЮСЕРА: Виолетта Кузнецова
СТИЛИСТЫ: Светлана Голякова, Наталья Грибова
МОДЕЛЬ: Валерия Абрамова*

*Платье **Nightzoomby Mert Aslan**,
головной убор **Get Man Jewelry**,
сумка **Lime***



Головной убор, горжетка
SUBTERRANEI

Головной убор **SUBTERRANEI**,
к crop top **Golyakova Design**,
брюки **Golyakova Design**,
обувь, кольцо/серьги
собственность стилиста





Платье *Pinko*,
головной убор *Get Man Jewelry*,
обувь *ZARA*



Платье *Alena Nega*,
обувь *Carvela*, аксессуары –
собственность стилиста

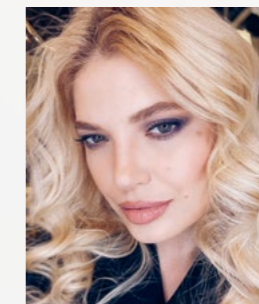


Платье *Pinko*,
головной убор *Get Man Jewelry*

Платье *PINKO*,
головной убор *GET MAN JEWELRY*,
водолазка – собственность стилиста,
колготы *INTIMISSIMI*,
обувь – собственность модели



Платье **ALENA NEGA**,
аксессуары – собственность стилиста



Наталья Грибова,
фотограф и продюсер

– Наталья, ты уже не в первый раз снимаешь на Байкале. Чем тебя, как фотографа, привлекает это место?

– Я снимаю эдиториал на Байкале второй год подряд. Один раз побывав тут, вы захотите возвращаться снова и снова. Величие природы этого уникального озера делает и человека таким же великим.

– Какова главная идея съемки?

– Мы использовали космическую тематику в образах и «космические» байкальские локации в поддержку Юлии Пересильд – первой актрисы, полетевшей в космос. Как раз в апреле фильм «Вызов» выходит на большие экраны. Я считаю очень важным замечать и отмечать такие события. Мы первые. Снова.

– В марте на Байкале еще очень холодно?

– Погода в этот раз преподнесла сюрприз. Днем была плюсовая температура, а ночью -15. Из-за этого лед вел себя непредсказуемо. Когда мы делали последний снимок, он начал трещать под нами с невероятным грохотом. Было как минимум волнительно. Но нам повезло, на этом все закончилось. А вот семья, которая в тот день путешествовала на машине, провалилась под лед! Хорошо, что все выплыли. На льду вообще надо быть предельно аккуратными и передвигаться только на хивусах – это катера на воздушной подушке, которые при необходимости могут плыть и по воде.

– Съемки на такой локации – это сложно? Макияж, одежда, место, где согреться, – как все устроено?

– Очень сложно. Официально заявляю, что это самые сложные съемки в моей практике. Бесплезно делать прическу – ветер все переиначивает по-своему, для макияжа тоже не всегда есть условия. Зачастую на кадр есть секунд 30, потом становится просто невозможно терпеть пронизывающий холодный ветер. Согревались мы в хивусе, чаем или коньяком. Чемоданы с одеждой и аксессуарами сняты мне до сих пор. Оборудование. Физически очень тяжело. Поэтому хочу искренне поблагодарить Алексея Назарова, Сергея Брянского и Леонида Ершова, которые очень нам помогли.

– Что больше всего запомнилось в этой поездке?

– Мы очень много смеялись, у нас была потрясающая компания. Шутки из этой поездки точно не забудутся никогда!



ЭЛЕГАНТНОЕ — ПРОСТО

Новая лимитированная коллекция Mango Selection адресована современной женщине, для которой элегантность естественна. Она не ищет кричащих вещей. Для нее важны качество и актуальность. Ключевые модели коллекции – юбки-баллоны, кожаные куртки и струящиеся платья из однотонных тканей или с принтами тай-дай. Атласные и кружевные вещи позволяют добавить лаконичной элегантности.

КОЛЛЕКЦИИ / ЛИЦА / БЕСТСЕЛЛЕРЫ

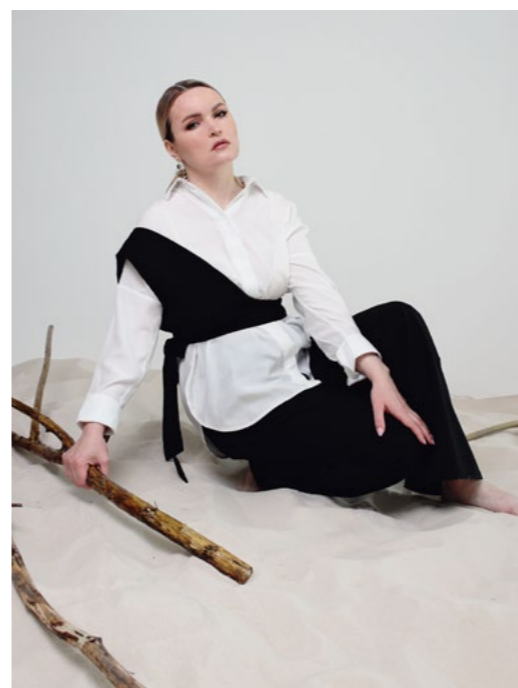
В РИТМЕ ГОРОДА

В весенней коллекции крупнейшей российской сети магазинов «Снежная Королева» важная роль отведена цвету - он объединяет все модели в единую историю, создавая настроение легкости и оптимизма. Гамма сдержанных бежевых и персиковых оттенков со вспышками фуксии и ультрамарина дает новое прочтение лаконичным кэжуал моделям. Стильные пальто и косухи, тренчи, жакеты из натуральной кожи и демисезонные мужские куртки идеальны для городской среды.



УВЕРЕННОЙ ПОХОДКОЙ

Развивая тему северной эстетики и практичности, бренд женской одежды из Санкт-Петербурга YOU запустил собственную коллекцию обуви. Остроносые босоножки с геометричным каблучком, стильные сандалии, классические ботильоны и комфортные кеды – модели коллекции легко сочетаются с актуальными образами, а удобная колодка подчеркнет вашу легкую, женственную походку.



NoVo
— STUDIO —

Собственная фотостудия
и арт-пространство модельного
агентства

пр. Ленина, 1, тел. +7-923-432-41-32,
novostudiotsk.ru

NoVo
— MODELS —

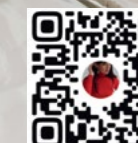
Мы ищем новые лица

пр. Ленина, 1,
тел. +7 923 432 4132

Весенняя коллекция от бренда
собственного производства

Martichelli
smart casual & neo feminity

пер. Дербышевский, 26 б, офис 303,
ул. Беленца, 9/1, под. 3, офис 202 б,
тел. +7-964-093-91-98
martichelli.showroom



НА ВОЛНЕ АНИМЕ

Влюбленные и капризные, застенчивые и циничные – новая коллекция Subterranei посвящена персонажам аниме. Сердца, вырезанные на платьях из денима и домашних джоггерах, понравятся романтичным натурам. Вещи из велюра с лого-аппликацией из страз добавят гламура. А майка с микрошортами или двусторонний водонепроницаемый костюм SCAR подойдут поклонникам спортивного шика. Комплект из термохрома, меняющий цвет при соприкосновении с теплом, добавит фантастики - какие же аниме без чудес?



Александра Страковская — персональный фитнес-тренер СК «Нефтехимик», сертифицированный фитнес-нутрициолог. Уже несколько лет помогая людям совершенствовать их физическую форму, она убедилась, что желание заниматься спортом основано на их стремлении быть здоровыми, успешными, красивыми.



Фитнес навсегда

— Александра, сегодня посещать спортзал по-прежнему престижно?

— Несомненно. В наше время вообще престижно активно развиваться в самых разных сферах жизни: расти профессионально, успевать побыть с семьей и друзьями, путешествовать... Чтобы успевать все и жить в нормальном темпе, а не на разрыв, нужно быть в форме. Нужно быть здоровым. В спортзал давно перестали ходить «для галочки» или в погоне за модой. Сюда приходят восполнять или выплескивать энергию, работать над формой тела, пообщаться с людьми, близкими по духу.

— Людям, которые занимаются фитнесом, нужно делать перерыв для восстановления и отдыха?

— Грамотный процесс тренировки всегда построен так, чтобы человек успевал спокойно восстановиться после нее, а не падал замертво. Понятно, что новичкам нужно времени побольше, чем посетителям спортзала со стажем. Опытный тренер всегда выстраивает процесс занятий так, чтоб сегодня они были более интенсивными, а завтра — менее. В один день упор делается на выносливость, в другой — на силовые показатели, даются рекомендации чередовать силовые занятия в зале с посещением других направлений: йога, пилатес, растяжка или групповые кардиотренировки. Просто «накачаться» — это уже никому неинтересно: все стараются раз-

нообразить свой тренинг, развиваться в нескольких направлениях.

— Лето — это время активного движения. Есть ли смысл брать «отпуск» в спортзале?

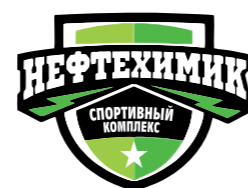
— Летом хочется и побегать, и на велосипеде покататься, и позагорать-поплавать. Делайте все это, но помните, что никакая повседневная активность не заменит регулярные тренировки с оборудованием. Посмотрите на человека, на постоянной основе занимающегося фитнесом, и человека, ведущего активный образ жизни. Внешне они будут выглядеть очень по-разному. Поэтому если вы летом запланировали дальнюю поездку, тренер составит вам программу занятий, а вы можете вести для него онлайн-отчет. В отпуске 2-3 часа в неделю можно выделить на упражнения, чтобы потом проще было адаптироваться при возврате к тренировкам в зале. Не зря ведь тренеры не рекомендуют бросать занятия фитнесом, когда цель — похудение или совершенная форма — достигнута.



ОЛЬГА ПОКАТИЛОВА,
МЕДИА-МЕНЕДЖЕР ЖУРНАЛА
«ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ»

Спорткомплекс «Нефтехимик» я открыла для себя совсем недавно и неожиданно поняла, что здесь я нашла идеальное соединение уровня услуг и качества сервиса, которого раньше мне не удавалось встретить в одном месте. Что же привлекло меня в первую очередь?

- Большие залы для групповых тренировок, что является большой редкостью.
- Тренажерный зал с новым грамотно подобранным оборудованием. Оснащение на 200 баллов!
- Просторная комфортная раздевалка, очень чистая и со свежим воздухом.
- Здесь, без преувеличения, собраны профессионалы, которые под индивидуальный запрос без вреда для здоровья доведут клиента до результата.
- «Нефтехимик» держит очень демократичную ценовую политику, поэтому проще сделать спорт образом жизни, а не просто прийти сюда скинуть пару кг перед отпуском.



Мы в соцсетях



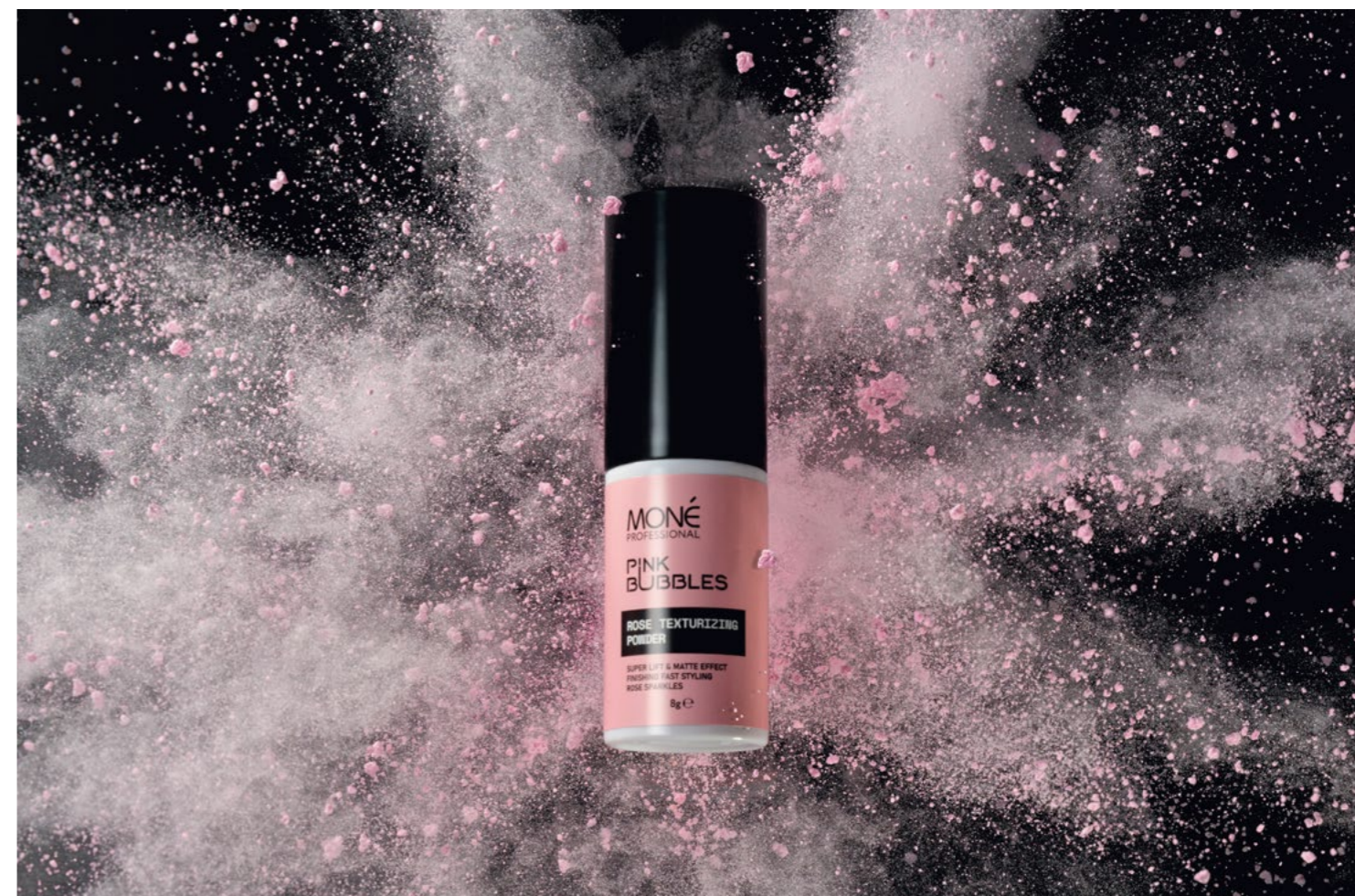
Иркутский тракт, 65, стр. 14,
тел. 8(3822) 60-70-62,
neftehimik_tomsk,
neftehimik.tomsk.ru

BODY & Beauty*

ЭФФЕКТНОЕ СИЯНИЕ

Невесомая спрей-пудра Rose Texturizing Powder с розовыми мерцающими частичками придает волосам моментальный объем, текстуру, подвижную фиксацию и матовый эффект. Специальный помповый дозатор обеспечивает равномерное нанесение. Создать укладку мечты за две минуты и добиться стойкого прикорневого объема без потели пластичности, даже на самых тонких волосах — вместе с пудрой MONE Professional возможно всё.

* «ТЕЛО И КРАСОТА»





Воздушный мусс **Etat Pur**, превращаясь в пену, нежно очищает кожу, не вызывая раздражения, оставляет приятное ощущение мягкости и комфорта. В основе средств — биомиметичные компоненты. Формула на основе изодермической воды сохраняет естественный баланс кожи, обеспечивая каждому типу кожи именно то, в чем она действительно нуждается. Главный принцип: максимальное уважение к коже и к естественным процессам, происходящим внутри нее.

Антивозрастной крем **Red Propolis** от **Maxclinic** с высоким содержанием красного прополиса и женьшеня – спасение для сухой кожи. Он обеспечивает ей насыщенное увлажнение, питает и наполняет энергией. Запатентованный комплекс из 5 видов керамидов восстанавливает липидный барьер кожи и не дает ей терять влагу. Крем эксклюзивно представлен в сети Рив Гош.



Дизайн флакона нового парфюма **Furla Candy**, вдохновлен бестселлером марки – сумочкой **Furla Candy**, а свежий, чувственный аромат адресован современной девушке - сияющей, женственной и желанной. Ощутить вибрации итальянского мандарина и черного перца, нежный жасмин, окутанный нотами фисташки и морской соли, можно в сети Рив Гош.



Название нового парфюма **Arashi No Umi** из коллекции путешествий французского дома **Maison Matine**, поступившей недавно в магазины сети Рив Гош, переводится с японского как «морской тайфун». Свежий искрящийся аромат, словно волшебный тайфун, переносит вас на волшебный остров в океане. Комбинацию кедра и мускуса продолжают волнующие ноты жасмина, дамасской розы и иланг-иланга, а верхние ноты зеленого яблока, фрезии и персика дарят ощущение радости и полноты жизни.



В основе сыворотки **Age Proteom** от **Institut Esthederm** лежит запатентованная биотехнология, основанная на свойствах условно бессмертной экстремофильной бактерии *Arthrobacter agilis*. Продлевая жизнь клеток и восстанавливая протеом кожи, она поддерживает и укрепляет ее собственные внутренние механизмы борьбы с признаками старения. Сыворотка помогает сократить пигментацию и сохранить pH кожи. Легкая увлажняющая текстура продукта тает при нанесении, не оставляя ощущения пленки.



multiclinic

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

* Сроки и условия проведения уточняйте у администраторов по тел. 901-941



ЛАЗЕР
ЭПИЛЯЦИЯ
КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА
УХОД БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ ПЛАЗМОЛИФТИНГ
ЛЕЧЕНИЕ АКНЕ
УДАЛЕНИЕ МОРЩИН
КОСМЕТОЛОГИЯ ДИЕТОЛОГИЯ ТРИХОЛОГИЯ
БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ
ЛЕЧЕНИЕ СОСУДОВ
ПИЛИНГ ШЛИФОВКА ОМОЛОЖЕНИЕ
НИТЕВОЙ ЛИФТИНГ
ДЕРМАТОЛОГИЯ
БОТОКС
ПЛАЗМОЛИФТИНГ
ОСВЕТЛЕНИЕ ПИГМЕНТА
ДИСПОРТ МАССАЖ
МЕЗОТЕРАПИЯ
ЛАЗЕР ДЕРМАТОЛОГИЯ КОСМЕТОЛОГИЯ
КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА
ОМОЛОЖЕНИЕ



Multi Clinic

International Medical Center

Акции по косметологии*:

СКИДКА 25%
на плазмотерапию

СКИДКА 15%
на лазерную шлифовку
отдельных зон

СКИДКА 10%
на все косметологические
процедуры в первое посещение



Время материнства

В современном мире восприятие возраста меняется, мы стремимся дольше оставаться активными и привлекательными, а рождение ребенка откладываем на гораздо более поздний срок, чем это делали наши родители. О том, как меняется сегодня понятие возраста материнства, мы поговорили с профессором Софьей Михайловной Мелкомьян, основателем и главным врачом клиники Клиники семейного здоровья и репродукции GM Clinic.

Интервью: Елена Бальбурова

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

– *Софья Михайловна, много ли в вашей практике женщин, родивших первого ребенка в возрасте старше 40 или даже 45 лет?*

– Моя практика базируется на ситуациях, когда у женщины долго не получается стать мамой и ей нужна помощь врача, поэтому у меня действительно много пациенток, родивших первого ребенка после 40 лет. Но если брать общую статистику, то в основном у женщин такого возраста это, как правило, второй или третий ребенок.

– *Какую наиболее позднюю беременность вам доводилось вести?*

– 51 год. Причем беременность наступила естественно, без ЭКО, и завершилась рождением чудесного здорового мальчика. Это был первый ребенок, которого они с мужем ждали 19 лет. Поэтому я могу сказать, что это Богом данная беременность. Вот такие бывают чудеса.

– *Часто встречаю в популярных статьях утверждение о том, что существует некий запрограммированный природой репродуктивный возраст. Так ли это, на ваш взгляд?*

– Чтобы ответить на этот вопрос, давайте сначала вспомним немного физиологии. Внутриутробно у девочки закладывается порядка 6-7 миллионов яйцеклеток, к моменту рождения их остается 1,5-2 миллиона, а к моменту пубертата 150-200 тысяч. Если считать, что фертильный возраст у женщины длится по самым широким меркам с 10 лет и до 60, это 50 лет, 12 циклов каждый год, до 10 яйцеклеток идет в рост в каждом цикле, то получается, что расходуется максимум 6 тысяч яйцеклеток. Казалось бы – прекрасный запас! Но нужно понимать, что процесс обратного развития или утилизации не прекращается, то есть, количество яйцеклеток продолжает уменьшаться в течение всей жизни. И вот у кого к какому моменту этот запас истощится – вопрос очень индивидуальный. У одной из моих пациенток полное истощение яичников наступило в 24 года. Это редчайший случай. А была пациентка, у которой продолжались менструации до 62 лет. То есть, границы репродуктивного возраста у каждой женщины очень индивидуальны.

– *В таком случае может ли женщина, которая откладывает рождение ребенка по ряду причин, узнать, сколько еще у нее есть времени?*

– Сейчас в нашем арсенале есть такие исследования, которые могут сориентировать женщину, какое еще время она будет фертильна. И очень хорошо и правильно, если она задается таким вопросом и обратится к специалистам. Ведь ошибка многих в чем? Женщины, зная о случаях беременности в 50 лет и старше, могут подумать, что у них в запасе есть еще несколько лет как минимум. Но важно понимать, что все мы разные, у каждой из нас есть генетическая предрасположенность, на которую накладывается образ жизни. У меня была пациентка, здоровая женщина 33 лет, у которой прошла



**МЕЛКОМЯН
Софья Михайловна**

д.м.н., профессор, акушер-гинеколог, репродуктолог, основатель и главный врач Клиники семейного здоровья и репродукции GM Clinic

очередная менструация и вслед за ней внезапно появились признаки климакса. Исследование показало полное истощение яичников, при том, что женщина была уверена, что еще успеет родить, что у нее достаточно времени.

– *Если у женщины в возрасте старше 40 лет регулярный менструальный цикл и она в целом здорова, почему беременность не наступает? Какие изменения происходят с возрастом?*

– Менструация и овуляция, овуляция и яйцеклетка – это не синонимы. В течение цикла организм женщины готовится забеременеть, если этого не происходит, все начинается сначала – снова начинается рост фолликула. Но фолликул – это не яйцеклетка, это «капсула» для нее. Так вот, фолликул может быть пустой или содержать поврежденную яйцеклетку, непригодную для зачатия. С возрастом количество таких «пустых» циклов увеличивается, как и количество аномальных зачатий. На это влияет и образ жизни, и наличие хронических заболеваний.

– То есть, с возрастом действительно повышается риск хромосомных аномалий плода, в частности, развития синдрома Дауна? И позволяет ли диагностика увидеть такие изменения и сообщить о них женщине?

– Да, это действительно так. Существует множество синдромов, вызванных хромосомными аномалиями, но обычные люди, неспециалисты, о них не знают, поскольку большинство аномалий просто нежизнеспособны. Такая беременность отторгается организмом и заканчивается выкидышем примерно на 6-7 неделе. Но есть хромосомные аномалии, которые не препятствуют развитию беременности. На сегодняшний день мы имеем возможность до 12-й недели абсолютно точно установить, здоров ли эмбрион, и предоставить женщине возможность принимать решение.

– Сейчас для многих пар спасением становится процедура ЭКО. В популярной медицинской статье я встречала утверждение о том, что с возрастом «раскачать яичники» сложнее, чем в молодости. Это действительно так?

– Не совсем так. Яичники, как и другие органы эндокринной системы, контролируются гипофизом. Стимулирующие препараты – это препараты центрального действия, которые заставляют яичники дать рост множеству фолликулов и яйцеклеток, чтобы за счет их количества врачи ВРТ (высоких репродуктивных технологий) получили максимум материала для работы в одном цикле. Но у разных женщин сама стимуляция может давать разный отклик – от 2-3 до 20-30 клеток. Опытный врач рассчитывает дозировку, исходя из показателей конкретной пациентки, и больше здесь не значит лучше! Более того, при сильной стимуляции у женщин старшей возрастной группы есть риск вместо роста получить синдром истощения яичников, поэтому здесь зачастую требуется стимуляция более щадящими, деликатными дозами.

Сейчас государство включило ЭКО в программу ОМС и оплачивает до 3 попыток. Но только в том случае, если АМГ, гормон, который отражает резерв организма, у женщины больше единицы. Если ниже, попытки признаются бесперспективными.

– Насколько распространена практика замораживания яйцеклеток, взятых в более молодом возрасте, и какие перспективы у такой беременности после 40 лет?

– Криоконсервация возможна сегодня как в отношении яйцеклеток и сперматозоидов, так и эмбрионов, доросших до определенного возраста. Эмбрион можно получать с помощью спермы супруга или донорской спермы, если у женщины нет партнера. Если это не супруг, нужно иметь

согласие на использование его материала, законодательные акты очень жесткие сейчас в этом вопросе. Криоконсервировать свои клетки я рекомендую девочкам, если обстоятельства не позволяют им иметь ребенка прямо сейчас. Но важно все же не упустить время, потому что в тот момент, когда она, наконец, решится, надо чтобы ее желание совпало с ее возможностями. Кстати, сама криоконсервация не относится к программам ОМС, и оплачивать нужно не только саму процедуру, но и хранение материала.

– Предположим, женщина заморозила свой материал в 30 лет, а на беременность решилась в 45. Какие у нее гарантии, что все пройдет благополучно?

– 100% гарантий здесь дать не может никто. Но скажу так – матку подготовить к беременности проще, чем получить яйцеклетку. Матка – это мышечный орган, сама она гормон не продуцирует, она на него отвечает. И даже если яичники уже истощились, но матка получит гормональный сигнал, она даст адекватный ответ и будет готова выносить беременность. То есть, матку можно эксплуатировать дольше, чем яичники.

– Есть мнение, что беременность «омолаживает» организм женщины. Моя подруга, родившая в 42 года, говорит, что буквально «посыпалась» после родов... Что вы думаете по этому поводу?

– Давайте разберемся, что мы понимаем под словом «омолаживает»? В процессе беременности женщина «строит» нового человека из себя самой. Мужчина отдает одну клетку, а женщина отдает все остальное. Кроме того, перегрузка позвоночника и сосудов, растяжение мышц и кожи. Справедливо будет сказать, что здоровье с беременностью не прибывает. Есть небольшая категория женщин, у которых в результате беременности и родов выравниваются гормональные нарушения, такое случается. Но это не омоложение, а оздоровление с точки зрения эндокринной системы.

В целом же беременность – это нагрузка. Но – какое счастье мы испытываем, когда ребенок рождается! Эмоционально рождение желанного ребенка заряжает женщину таким счастьем материнства, которое не сравнимо ни с чем. Поэтому я призываю девочек адекватно относиться к своему резерву, знать свой организм, не допускать нежелательных беременностей, поскольку прерывание категорически вредно для здоровья, и расставлять приоритеты. Если ты хочешь быть успешной и счастливой, включи в эту формулу успешности рождение ребенка. И если понадобится, медицина может в этом помочь.

Каждый ЦИКЛ ЗАПУСКАЕТ в женском организме РОСТ НОВОГО ФОЛЛИКУЛА, но фолликул – это не яйцеклетка, а «капсула» для нее. Так вот, ФОЛЛИКУЛ МОЖЕТ БЫТЬ ПУСТЫМ, и с возрастом КОЛИЧЕСТВО таких «пустых» ЦИКЛОВ РАСТЕТ.

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



ЭЛИКСИР
ПРЕМЬЕР

С любовью и заботой



Александра Садовникова
стоматолог-терапевт, специалист по функциональной диагностике зубов



Максим Майборода
главный врач, ведущий специалист в области функциональной ортопедической стоматологии



Мария Серякова
стоматолог-терапевт, специалист по высокохудожественной реставрации зубов



Дмитрий Шербаков
стоматолог-хирург, специалист по цифровой имплантации, мягкотканной и костной пластике



Полина Кочеткова
стоматолог-ортодонт, элайн-специалист



Данил Паутов,
заведующий терапевтическим отделением, специалист по эндодонтическому лечению зубов



Стоматологическая клиника «Эликсир Премьер», ул. Шевченко, 15, тел. 900-888



Реконцепт «Звезды»

Решаясь на полную перезагрузку своего проекта «Звезда кино», который успешно существовал на томском бьюти-рынке более 20 лет, его создатель Людмила Попова четко осознавала: бизнес всегда должен идти в ногу со временем, предлагая людям все самое лучшее и современное.

Именно поэтому на смену пространству красоты «Звезда кино» с полным комплексом бьюти-услуг пришел абсолютно новый для города формат — spa-концепт «Звезда».

— Мне всегда было важно, чтобы мои проекты отражали лицо современного Томска. Уверена, что те заведения, которые я открываю здесь, делают его гораздо привлекательнее. На этот раз мне захотелось реализовать идею современного SPA-центра. Уже сегодня ясно, что концепция SPA не ограничивается проведением водных процедур или разных видов массажа. SPA — это

расслабление, оздоровление, удовольствие, уход, внутреннее освобождение, проявление любви к себе и своему телу, готовность меняться... Это возможность взять паузу, остановиться и подумать, что происходит с тобой на самом деле, осмыслить происходящее.

Мы стремимся рассказывать гостю об уникальных возможностях его тела, о

необходимости понимать и любить его, ухаживать за ним. На самом деле, правильная атмосфера дает удивительно мощные инсайты. В spa-концепте все продумано до мелочей: удобная организация пространства, полный комфорт для гостей, которые, пребывая в состоянии полной душевной и физической гармонии, могут не думать ни о чем,

Иными становятся **СМЫСЛЫ** — это гораздо важнее и глубже. Можно сказать, **SPA-КОНЦЕПТ «ЗВЕЗДА»** — это очередной жизненный цикл предприятия.

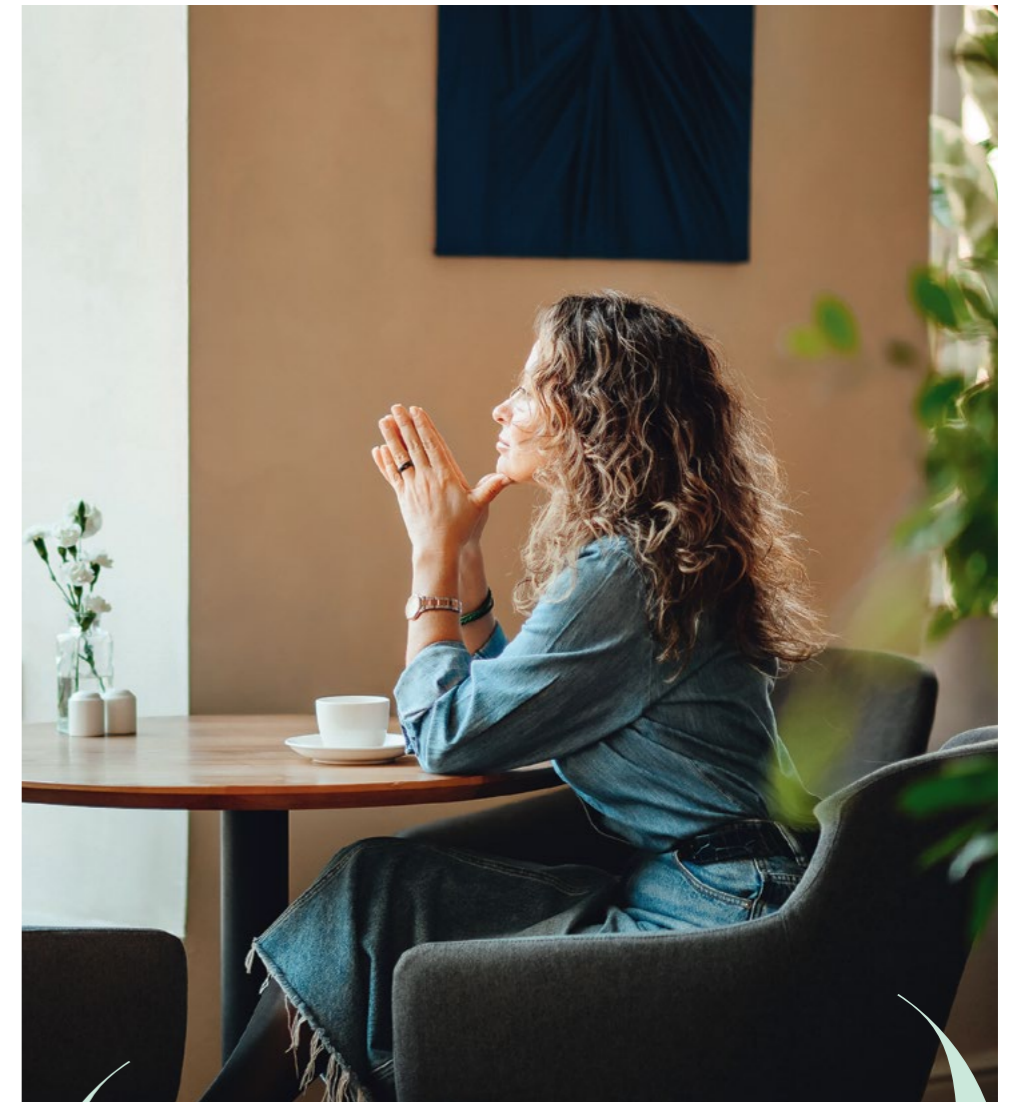
кроме отдыха. Просто для этого действительно необходимо вытащить себя из рутины, побыть с собой наедине.

ПЕРЕМЕНЫ: ВСЕГДА К ЛУЧШЕМУ

Если ты горюшь своим делом и хочешь, чтобы оно развивалось дальше, нужно постоянно давать ему свежий импульс, менять подходы, концепции, внедрять идеи, креативить. Для меня все новое — это всегда про страсть, про перерождение, про поиски иных смыслов. В какой-то момент пришло ясное понимание, что грядут перемены. Хотя внешне все складывалось вполне благополучно: у нас по-прежнему много клиентов, мы предлагаем востребованные услуги, работают прекрасные мастера. Но я умею прислушиваться к своим внутренним ощущениям, поэтому внимательнее посмотрела на все происходящее и попыталась расставить приоритеты. А уже когда провела аналитику и более пристально взглянула на внутренние процессы, то честно призналась себе: нам нужны преобразования. И, к счастью, я оказалась к ним готова.

РЕКОНЦЕПЦИЯ: НАШ ВЫБОР

Возможно, проще всего нам было бы решиться на ребрендинг. Обновить фирменный стиль «Звезды кино», предложить новые услуги, трансформировать бизнес-процессы. Но мы решили идти дальше и выбрали вариант реконцепции, основанный на принципиальном изменении самой идеи проекта и его позиционирования на рынке. А вот тотальных визуальных трансформаций я не предприняла совершенно осознанно, оставив и привычное название, которое было с нами все 20 лет. Иными становятся смыслы — это гораздо важнее и глубже. Можно сказать, spa-концепт «Звезда» — это очередной жизненный цикл предприятия. И для его запуска мы сделали все, чтобы аюрведические, тайские и русские массажи, SPA-программы, косметология,



Тотальных **ВИЗУАЛЬНЫХ** трансформаций я не предприняла совершенно **ОСОЗНАННО**, оставив и **ПРИВЫЧНОЕ** название

ногтевой сервис стали гармоничными составляющими бизнеса, основанного, в первую очередь, на внимании и заботе о людях.

Сохранив наших любимых клиентов, мы ждем у себя и новое поколение, чтобы показать им, что же может им дать современный экспертный SPA-подход. С одной стороны, закончилась эпоха центра красоты «Звезда кино», который многие годы был неиссякаемым источником энергии для его гостей и сотрудников. С другой — началась эпоха spa-концепта «Звезда». И

вступая в нее, мы должны помнить не только о необходимости перемен, но и о сохранении главных профессиональных принципов, основанных на внимании к каждому человеку, его личным желаниям, потребностям, мечтам.



ул. Р. Люксембург, 19, тел. 51-71-51,
zvezda-spaconcept.ru



Все начинается с диагностики

Томский высокоточный центр рентген-диагностики Voxel — часть международной сети центров челюстно-лицевой диагностики европейского уровня. Открывшись в городе 5 лет назад, он стал четвертым успешно реализованным проектом на российском медицинском рынке.

Наш собеседник — человек, благодаря которому центр рентген-диагностики появился в Томске, его руководитель Сергей Ефимов.

— Сергей, чем вас как предпринимателя привлекло направление диагностической медицины?

— Я не только бизнесмен, но и человек, имеющий непосредственное отношение к здравоохранению. Получив медицинское образование, я прекрасно понимал, насколько важна качественная диагностика в сфере стоматологии и отоларингологии. Когда я познакомился с основателем сети Булатом Шакировым, решил, что с этой темой можно уверенно заходить в Томск. По прошествии времени у меня есть понимание — все сделано правильно. Миссия наших центров —

улучшение стоматологической помощи в регионе. Ведь именно точный диагноз позволяет увидеть даже скрытые проблемы, безошибочно составить план лечения и избежать многих ошибок, сохранив здоровье пациентов. Более 40 тысяч исследований, выполненных нами за годы работы, и 3 место в рейтинге всей сети (из 87 центров) Voxel в России и СНГ — это лучший показатель доверия.

Мы работаем по последним медицинским стандартам, системам менеджмента качества и только на многофункциональном оборудовании KaVo из Германии. Это позволяет проводить диагностику в пяти режимах сканирования и получать 3D-изображения высочайшего качества. На наших томографах вместо нескольких маленьких снимков возможно выполнить один, но более масштабный, который поможет за один раз, кроме проблем с зубами, выявить и ЛОР-проблемы, и проблемы с лицевыми суставами.

Важно, что за прошедшие годы, мы смогли стать полезными для своих партнеров. И сегодня около 200 томских врачей отправляют к нам пациентов именно за качественными исследованиями.

Думаю, причина успеха и в выстроенном нами сервисе (начиная от записи пациента онлайн и заканчивая отправкой снимка через 2 минуты врачу на скорост-

ной сервер), и в работающих у нас опытных рентгенологах Юлии Вороновой и Наталии Арестовой. А также в работе горячей линии для врачей-партнеров и их возможности получить бесплатную оперативную консультацию. Вообще, направление медицинского консалтинга является вторым главным в нашей работе.

Чувствуя запросы врачей, мы ежемесячно организуем для них самые разные мероприятия: от бесплатных консультаций по прочтению 3D-томограмм до междисциплинарных семинаров с приездом спикерами. Лечение адентии и заболеваний ВНЧС, медицинское право, ЛОР+стоматолог, реанимационные действия в стоматологии, вопросы онко-настороженности... Эти и многие другие вопросы мы успешно освещали на своих учебных курсах. Большую и безвозмездную работу по обучению мы проводим и среди студентов стомфака СибГМУ. Рады тому, что в прошедшем 2022 году мы принимали участие в возрождении Стоматологической Ассоциации Томской области. Верим, что именно объединившись, врачи смогут успешнее решать задачи развития своей отрасли и личных компетенций.

— В честь своего пятилетия будете проводить какие-то праздничные мероприятия?

— Конечно. В первую очередь, хочу поблагодарить свой коллектив. У нас сложилась крепкая стабильная команда, работающая на результат. Найдём возможность отметить каждого сотрудника. Для пациентов мы также сделаем приятный сюрприз — розыгрыш ценных призов (включая телевизор). Не забудем мы и о наших коллегах. На День медика хотим по конкурсным итогам выбрать двух лучших врачей партнеров центра и оплатить им поездку в Санкт-Петербург на осеннюю выставку Дентал-Экспо.



пр. Фрунзе, 25; ул. Яковлева, 15,
voxelpro.ru, тел. 60-94-40, vk.com/voxelpro

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



ЦЕНТР
СЕМЕЙНОЙ
ОФТАЛЬМОЛОГИИ

ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ

Почему жители Томской области и соседних регионов выбирают Eyeclinic?

ПЕРЕДОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

В клинике операции по коррекции зрения проводят на лазере последнего поколения – WaveLight EX500 от мирового лидера отрасли Alcon (США).

ПОСТОЯННОЕ НАБЛЮДЕНИЕ И КОНТРОЛЬ

Пациенты Eyeclinic получают самое внимательное и бережное отношение в предоперационном и послеоперационном периоде.

СПЕЦИАЛИСТЫ

Лазерные хирурги клиники имеют опыт в сотнях успешных операций.

КОМПЛЕКСНЫЕ УСЛУГИ

В клинике в удобный день и время вы получите комплексную услугу от диагностики до хирургического лечения. При показаниях вам предложат альтернативные методы коррекции зрения.

EYECLINIC

г. Томск, ул. Нахимова, 13 а | Иркутский тракт, 12, тел. 900-200
eyeclinic.pro

Принцип синергии

Купероз — распространенная косметологическая проблема, известная многим женщинам. Вот и Анастасия столкнулась с неэстетичными покраснениями на коже, вызванными истончением сосудов и нарушением микроциркуляции крови. Комплексный подход позволил ей справиться с куперозом, устранить повышенную жирность кожи и высыпания (акне).

Все три проблемы решались слаженно: с помощью фототерапии мы воздействовали на сосуды, а правильно подобранный домашний уход позволил реабилитировать кожу и восстановить ее защитные функции. Мы не использовали активные вещества: наша пациентка достаточно молода — ей 30 лет. И в основном уход был направлен на дополнительное увлажнение кожи и ее защиту от УФ-лучей, несмотря на то, что лечение проходило зимой.

Для очищения и базового ухода использовались гель-пенка для умывания Prime, тоник Prime для чувствительной кожи, увлажняющая сыворотка, крем для век «Поддерживающий уход», крем Oily Home bioretinol для кожи, склонной к жирности, маска AR Complex для проблемной кожи, солнцезащитный крем Пленер SPF 30. На последнем этапе добавилась гель-маска Your Grace с розовым маслом, а увлажняющую сыворотку сменил T-active с транексамовой кислотой и троксерутином, чтобы укрепить сосуды и пролонгировать эффект от фототерапии.

skin care lab
ARKADIA

Получить консультацию
и приобрести косметику

можно по адресу: пр. Ленина, 80/1, 4 этаж,
тел. +7 913 808-70-39, arkadia.spb.ru



НАЧАЛО ЛЕЧЕНИЯ

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

Многие воспринимают небольшое покраснение или появление сосудов на лице как вариант нормы, полагая даже, что румянец говорит о здоровом цвете лица и делает из вас «Нет, не принцессу... Королеву!». На деле же появление на лице красного цвета, наоборот, придает человеку неухоженный вид.

Когда к нам обратилась Анастасия, мы стали работать над тем, чтобы придать ее коже здоровый, однородный фарфоровый цвет. На помощь нам пришла известная многим процедура фототерапии. В клинике «Ревиталь» она выполняется на передовом аппарате M22 — лидере по удалению сосудов и покраснений на лице. Эффективность лечения сосудистых проявлений напрямую зависит от вида и мощности оборудования. Зная, что M22 дает гарантированный результат, врачи из других клиник нередко посылают своих пациентов к нам на процедуры.

Но чтобы добиться стопроцентного и пролонгированного эффекта, необходимо подключить косметические средства, правильный домашний уход. Очень часто пациенты не уделяют этому должного внимания, а в данной ситуации именно домашний уход не просто улучшает, но и действительно усиливает эффективность процедур!



пр. Фрунзе, 88,
тел. 50-00-47
revitaltomsk.ru,
@revital_tomsk

ДОСТИГНУТЫЙ ЭФФЕКТ



ЭФФЕКТИВНОСТЬ лечения сосудистых проявлений **НАПРЯМУЮ** зависит от **ВИДА** и мощности **ОБОРУДОВАНИЯ**

Поменять программу

Ольга Фурсова уже более трех лет занимается тем, что помогает людям решать их вопросы и задачи при помощи расстановочных техник. В прошлом учитель начальных классов, логопед по образованию, она не раз в своей жизни сталкивалась с непростыми жизненными ситуациями в семейных взаимоотношениях, с финансовыми трудностями.



Макияж и укладка: «Рубе Студия», alexandrube.ru
Локация: отель «Кухтерин», kuhterinhotel.ru

— В поисках ответов и более эффективных решений своих проблем, я прочитала много книг, прошла разные тренинги, много времени и средств вложила в саморазвитие и самообразование. У каждого человека на жизненном пути возникают сложные моменты. И порой на уровне разума понять, что делать, как выйти из тяжелого положения, невозможно. Я искала более эффективные методы и ими стали расстановки по Берту Хеллингеру. Этот метод помог изменить мою жизнь и жизнь многих моих клиентов в сфере финансов, личной жизни, здоровья.

Сначала мне удалось самой ответить на многие важные для себя вопросы, решить проблему с деньгами, определиться со своими желаниями и стать счастливым человеком. А потом я поняла, что, владея знанием о системно-семейных расстановках, смогу помогать и другим людям. Кратко объясню суть метода, разработанного немецким психотерапевтом Бертом Хеллингером. Семья — это система, в которой есть четкая структура и иерархия, где каждый участник играет свою роль. Бывает, что баланс в семье нарушается: мама с ребенком меняются местами, или родитель заменяет ребенку вторую половинку и не дает ему построить нормальные отношения с кем-то другим. Такие ситуации приводят к ссорам, конфликтам и недоразумениям. Метод расстановок помогает всё и всех в семье расставить по своим местам.

Под семьей мы понимаем не только тех людей, которые с нами сейчас, но и в целом наш род. Зачастую мы не знаем ничего о нашей семье дальше бабушек, у нас как будто закрыта родовая память. А в роду записано очень много кодов, которые передаются практически на генетическом уровне. Например, человек старается зарабатывать, но у него ничего не получается. Выясняется, что в его роду были раскулаченные, и у него на подсознательном уровне записано, что деньги — это опасно. Или у женщины не клеятся отношения с мужчинами. Если копнуть глубже, можно увидеть, что несколько женских поколений в этой семье были одиноки. И она словно повторяет сценарий своего рода.

Это те самые устаревшие или нерабочие программы, корни которых сидят глубоко в прошлом. И я, как расстановщик, нахожу эту программу, и мы вместе с клиентом ее переписываем. По сути расстановка возвращает человеку его судьбу, помогает отделить личное от родового, за счет чего он начинает жить своей жизнью, не повторяя деструктивные сценарии.

Как проходит сеанс

Часто я использую театрализованный метод групповой терапии. Есть клиент, который пришел решать свою проблему, есть расстановщик, и есть заместители — люди, которые пришли отыграть некие роли — жены или мужа, бабушек

или дедушек, родителей или детей, роль самого клиента. Он как будто бы смотрит на себя и свою семью со стороны. Это как некое кино про тебя, сыгранное другими. Во время сеанса мы наводим в системе порядок, а также выпускаем эмоции.

Метод расстановки можно использовать не только в группе, но и на индивидуальном сеансе, даже в формате онлайн. Обычно сеанс длится 1,5-2 часа, и иногда решить проблему можно за одну встречу. В процессе работы могут всплыть и другие вопросы, для решения которых нужен отдельный сеанс. Но это в любом случае эффективнее, чем многие психотерапевтические, более длительные, методы. Перед началом взаимодействия с расстановщиком постарайтесь узнать максимум информации о каждом члене семьи, о своих предках. Сформируйте запрос: в чем ваша боль, что хотите решить, что мешает?

Сейчас я планирую реализовать проект «Не конкурс красоты», в котором каждая участница сможет попробовать на себе метод расстановок и добиться внутреннего преображения. Оно зачастую гораздо важнее внешнего.

olgafursova.tilda.ws



тел. 8 900 923 80 59



Таиланд гораздо ближе,
чем кажется...



Профессиональные мастера из Таиланда и острова Бали

Ул. Алтайская, 8/3, ул. Студенческая, 4, пр. Комсомольский, 59, тел. 936-126, thai-tomsk.ru

Проводник в мире финансов

В современных реалиях даже экономически грамотному человеку сложно самостоятельно оценить свое благосостояние, сделать прогноз потенциальных рисков в развитии бизнеса, контролировать денежные потоки, а уж тем более профессионально продумать инвестиционную политику или схему работы с банковскими учреждениями.

По статистике каждый пятый россиянин обращался к эксперту за финансовой консультацией, а у каждого второго бизнесмена в нашей стране есть личный финансовый советник. Оксана Филимонова, эксперт в области финансового управления с 20-летним опытом, рассказывает, как грамотно принять управленческие решения и разобраться в тенденциях денежных вложений.

— Оксана, почему, на ваш взгляд, услуги финансовых аналитиков и советников становятся все более востребованными?

— Потому что все люди, имеющие дело с финансовыми потоками, стремятся их контролировать. У кого-то они ограничены доходом от работы в найме, и планирование происходит только в части собственных расходов или расходов семьи в течение месяца. У предпринимателей эта система работает шире, поскольку решения принимаются не только за себя, но и в отношении действующих бизнес-проектов. Финансовые эксперты занимаются прогнозированием, аналитикой и выстраиванием бизнес-стратегии. При этом, они никогда не принимают решения за собственника, высказывая лишь свое экспертное мнение с учетом всех возможных рисков в горизонте трех-пяти лет.

— С какими проблемами к вам обращаются чаще всего?



— Так как я занимаюсь комплексным финансовым сопровождением бизнеса, мои клиенты чаще всего просят структурировать их доходы и расходы и разработать стратегию, которая позволит извлечь максимальную прибыль. Как финансовый эксперт я делаю расчеты, насколько устойчиво будет существовать бизнес, каков будет ожидаемый доход или убыток — бывает и такое! Есть множество важных финансовых показателей, указать на которые в перспективе может только эксперт, углубившись в суть финансовой стратегии. На основа-

нии этих данных клиент принимает окончательное решение о целесообразности проекта. Как финансовый руководитель, управлявший активами крупных промышленных предприятий и среднего бизнеса, считаю, что любым организациям с доходом более 2-3 млн рублей в год необходимо иметь в штате финансиста. Главный бухгалтер не закроет этот спектр задач, так как процессами — от финансового до экономического — нужно управлять, контролируя денежные потоки и грамотно инвестируя.

— Какие качества клиенты высоко ценят в финансовых экспертах?

— Понимание желаний и целей клиента, его планов и возможностей. Важно не критиковать и не бить по рукам, а выслушать мнение собственника и экспертно разложить ему видение ситуации. Бывает, что, имея капитал, бизнесмен не знает, во что его инвестировать. Ему нужно задать вопросы, которые помогут сориентироваться, и предложить варианты, из которых он выберет оптимальный. Другая важная задача финансового эксперта — помочь выйти из затруднительного положения или долговой ямы, заставить деньги работать. И в том, и в другом случае я выступаю проводником в сложном и хаотично меняющемся мире финансов.

тел. +7 903 954-92-32

Макіяж и укладка: «Алессандро», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20




BELLAGIO

МЕБЕЛЬ «ПОД КЛЮЧ» — УСЛУГА, ДОСТУПНАЯ АБСОЛЮТНО ВСЕМ!



- Изготовление качественной корпусной мебели под дизайнерское решение интерьера
- Выполнение всех необходимых замеров на объекте
- Бережная установка мебели
- Соблюдение четких сроков по договору

ул. Герцена, 68/2 (ТЦ «Экстра»)
ул. Пушкина, 59/1 («МебельПарк»)
тел. 8 (3822) 901-388  studia_mebeli_bellagio





Интуиция в бизнесе

Томский предприниматель Алексей Лисицкий уже несколько лет входит в число крупнейших игроков не только местного, но и российского мебельного рынка. Его компания «Томские мебельные фасады» сегодня представлена на территории всей страны — от Калининграда до Камчатки. Это свыше 100 офисов продаж, свой автопарк и разработанная логистика.

Все началось в далеком 2003 году, когда в съемной однокомнатной квартире Алексей занялся сборкой мебели. Главным его помощником и опорой была и остается супруга Юлия. Сегодня это время Алексей вспоминает с улыбкой и называет себя мебельщиком-самоучкой.

— Я не выбирал себе профессию, профессия выбрала меня сама. Сложные двухтысячные, работы не было, а жить хотелось хорошо. Молодость и амбициозность — двигатели во все времена. Тогда еще мебельная ниша в городе была практически свободна, и перспективы были отличные. Первые свои доходы я стал инвестировать в расширение и открытие производственных площадей. В результате упорной работы производство встало на поток, и сегодня нас знают под брендами «Метелица» (производство серийной мебели) и «Фабрика мебели «Мабель» (изготовление индивидуальной мебели).

В процессе работы у Алексея возник интерес к производству собственных фасадов, ведь всегда интереснее, когда проект полностью твой и продуман до мелочей. Стимулом для развития этого направления стал кризис 2010 года, когда пришлось остановить изготовление большой партии серийных кухонь из-за отсутствия у томских производителей ПВХ-пленки для отделки фасадов. Выход нашелся сразу: он приобрел необходимое оборудование и стал изготавливать фасады для своего производства.

Постепенно это направление заняло отдельную нишу бизнеса Алексея и стало основным. Качество, сроки и ценовая политика привлекли коллег по изготовлению мебели, которые стали приобретать фасады. Так родилась компания «Томские мебельные фасады».

— У меня всегда, наверное, с самого детства, срабатывала предпринимательская интуиция. Мое дело для меня — это естественный образ жизни. В отличие от многих своих знакомых, я никогда не вкладывался в показную роскошь, не покупал домов и машин, я все инвестировал в производство. Мне нравится жить именно так. Даже дом я купил рядом с работой, чтобы в любой момент приехать сюда. И свои деловые поездки стараюсь совмещать с отдыхом — отправляюсь на выставку и смотрю мир.

Неожиданный бум бизнес Алексея пережил в пандемию коронавируса. Закрывшие границы повлекло за собой желание людей заняться ремонтом, часто требующим и обновления мебели. Не напугали и санкции: со свойственным ему оптимизмом Алексей говорит, что, хотя и затраты на логистику стали выше, и сроки доставки немного увеличились, глобально на его бизнес это не повлияло.

Сегодня «Томские мебельные фасады» — это огромный ассортимент фасадов на любой вкус, это сплоченный коллектив из более чем 400 сотрудников, среди них многие работают с самого основания. Это своевременная выплата заработной платы, наличие стимулирующего фонда для мотивации сотрудников,

подарки ко дням рождения и праздникам, различные корпоративные мероприятия.

Важная забота для Алексея Лисицкого — обучение персонала:

— Мы сами занимаемся подготовкой кадров и с удовольствием приветствуем творческие порывы сотрудников. Разрабатываем собственные ноу-хау, внедряем новые технологии. Дизайнеры, конструкторы, маркетологи — все работают над тем, чтобы раз в 3-4 месяца ассортимент изделий фабрики пополнялся новинками.

За 20 лет в этой достаточно конкурентной сфере предприниматель, называющий себя мебельщиком-самоучкой, заработал отличную бизнес-репутацию: своей пунктуальностью, умением держать слово и никогда не давать пустых обещаний.

Алексей честно признается: в будущем он планирует привлечь в дело трех своих сыновей. Пока же в его планах — реализация нового проекта, совершенно другой направленности: выращивание в Томске мелких водных ракообразных. Первая партия, говорит предприниматель, даст понимание и о себестоимости продукции, и о том, как должно развиваться это производство в будущем. Так что очень скоро в Томской области станет еще одним местным брендом больше.

**ТОМСКИЕ
МЕБЕЛЬНЫЕ
ФАСАДЫ**



пр. Фрунзе, 119 е,
тел. 54-51-50,
tmf70.ru fasadtmf

ПЕРВАЯ СТРОИТЕЛЬНАЯ НЕДЕЛЯ. ДОМ. РЕМОНТ. ДАЧА.

23 - 30 АПРЕЛЯ

ТЕМЫ ВЫСТАВКИ

- ▲ Ремонт
- ▲ Спецтехника
- ▲ Уличная мебель
- ▲ Стройматериалы
- ▲ Дизайн интерьера и ландшафта
- ▲ Строительный и садовый инструмент

Деловая программа, мастер-классы и большой розыгрыш для гостей!

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

ритейл-парк «Мегаполис»,
г. Томск, пр. Ленина 217

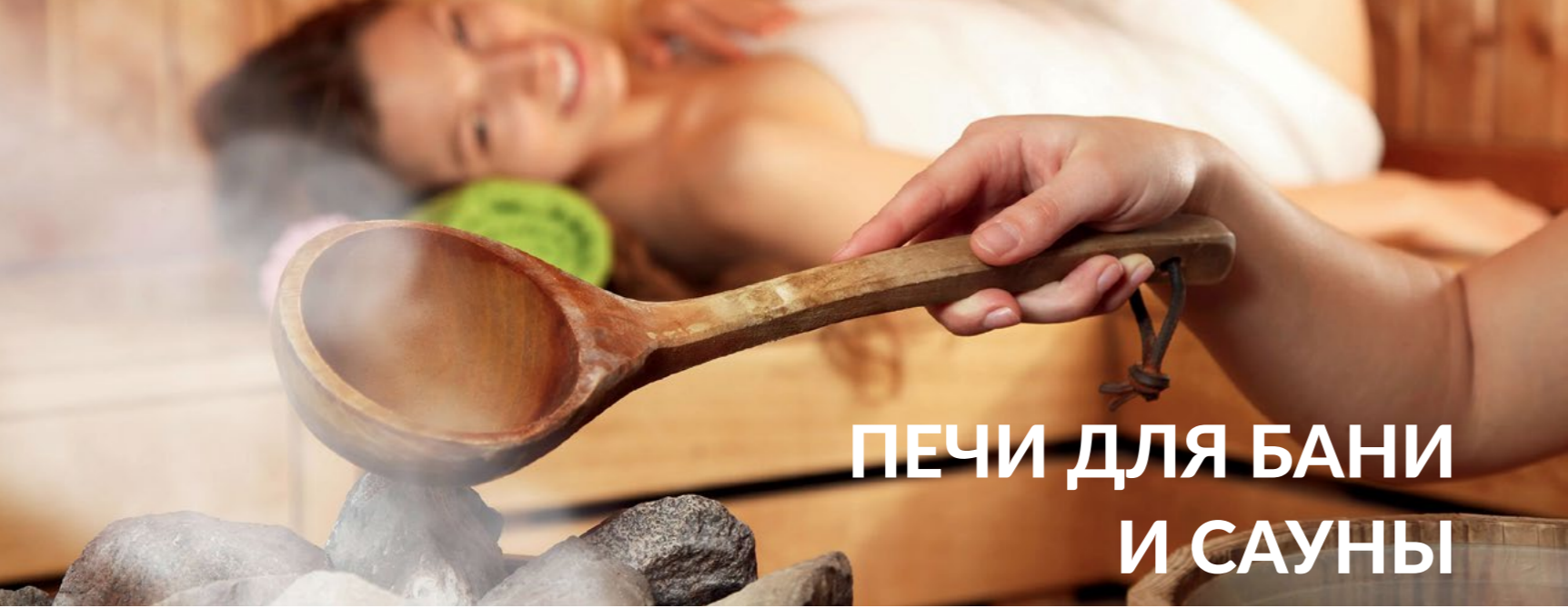
ОРГАНИЗАТОР:

ООО ПСК «Фортис-Групп»

ЗАКАЗАТЬ СТЕНД:

30-21-71
drd.tomsk.ru





ПЕЧИ ДЛЯ БАНИ И САУНЫ



ПЕЧЬ «ПРЕМЬЕРА РУСА»
с закрытой каменкой

Большая теплоаккумулирующая способность электропечи за счет солидного объема камня и его высокой температуры. Длительное увлажнение воздуха в парилке. Возможность продолжительно эксплуатировать печь в любом режиме: для аккумуляции тепла и для парообразования.

ПЕЧЬ «ПАРИЖАР»
паротермальная

Создает в парной особый климат за счет возможности регулирования режимов влажности (русская баня, хамам, сауна). Простая и надежная механическая система подачи и регулирования уровня воды. Автономно нагревающаяся теплоизолированная емкость для камней, закрывающаяся дверью.



ПЕЧЬ «ПРЕМЬЕРА»
с гималайской солью в составе облицовки

Гималайская соль содержит более 80 природных минералов, благотворно влияет на органы дыхания, нервную и иммунную системы. В парной испарения полезных микроэлементов и выделение ионов из минералов гималайской соли становится максимально активным и полезным для организма. Солевые блоки и плиты выдерживают температуру до 500 градусов и высокую влажность.



ПЕЧЬ «АТМОСФЕРА»



ПЕЧЬ «СИБИРЬ»



ПЕЧЬ «СУДАРУШКА»



Печной Дом

www.pechihouse.ru

г. Томск, ул. Усова, 37

+7-952-181-02-04

+7-952-880-88-99

ПЕЧИ ДЛЯ БАНИ ЧУГУННЫЕ В ПРИРОДНОМ КАМНЕ

Возможность выбрать три режима: «Сауна», «Хамам» и «Русская Баня».
Закрытая каменка позволяет получать мелкодисперсный от нагретых камней до 300-400 градусов.
Чугунные топки 10-12 мм имеют большую теплоотдачу и теплоемкость.
Каменные и чугунные дверцы с жаропрочным стеклом и режимом «Чистое стекло».



Макияж и укладка Анны: Зоя Романовская, студия Кудри бар, тел. +7-913-849-03-60

Доверить самое важное

Карьера, успех, деньги — эти и многие аспекты жизни для каждого из нас очень важны. Правда, если у человека нет самого главного — здоровья, все остальное просто-напросто теряет смысл. Но даже с учетом высокого уровня современной медицины любой гражданин может столкнуться с различными трудностями: несвоевременно оказанная помощь, длительное ожидание

диагностики, неверно поставленный диагноз, требование оплаты медицинских услуг, которые должны оказываться бесплатно, многие другие.

Где искать защиту и как оградить себя от возможных проблем? В таких случаях обязана помочь страховая компания, в которой был оформлен полис ОМС. Однако среди разных страховых медицинских организаций не всегда легко выбрать компанию, которой можно доверять безусловно. Очевидно одно — лучшую защиту

здоровья сможет дать сильнейший.

«СОГАЗ-Мед» — крупная российская страховая компания, пришедшая на рынок в 1998 году. Сегодня, спустя 25 лет, она стала лидером системы ОМС по количеству застрахованных лиц и территориальному охвату, а также одной из лучших по количеству инновационных решений в работе с населением в области ОМС.

О нюансах страховой медицины рассказывает директор Томского филиала страховой компании «СОГАЗ-Мед» Анна Николаевна Пахтусова.

ВОЗМОЖНОСТИ «СОГАЗ-МЕД»

— Наша страховая компания является крупнейшей страховой медицинской организацией России в сфере ОМС. Общее количество застрахованных «СОГАЗ-Мед» составляет 44 млн человек, которые проживают в 56 регионах РФ и городе Байконур (Казахстан), что составляет 30% застрахованных по ОМС российских граждан. На территории Томской области в «СОГАЗ-Мед» имеется 36 пунктов выдачи полисов, где застраховано более 560 тысяч человек.

Для «СОГАЗ-Мед» всегда в приоритете защита прав граждан, доверивших компании свое здоровье. Его сотрудники помогают людям успешно решать различные вопросы, контролируя качество обслуживания при получении медицинской помощи в системе ОМС, восстанавливая нарушенные права граждан в досудебном и судебном порядке.

ВСЕГДА НА СВЯЗИ

В Томском филиале работает 47 страховых представителей. Благодаря их персональному подходу, каждый застрахованный в компании человек может быть уверен в получении своевременной и качественной медицинской помощи в системе ОМС. Обратиться к специалистам «СОГАЗ-Мед» можно любым удобным для обладателя полиса способом: письменное обращение, личный визит в офис, звонок в контакт-центр, обращение на официальном сайте компании или через мобильное



Для «СОГАЗ-МЕД» всегда в приоритете ЗАЩИТА ПРАВ граждан, доверивших компании свое ЗДОРОВЬЕ.

приложение «СОГАЗ-Мед». Кроме того, в медицинских организациях дежурят страховые представители, что позволяет пациентам оперативно получать помощь на месте. А также в некоторых медорганизациях установлены телефоны (в Томске их уже 46) для оперативной связи со страховыми представителями. Более 2 тысяч обращений в месяц — это важные для пациентов вопросы, связанные с отказом в прикреплении к медицинским организациям или предоставлением бесплатной медицинской помощи, с длительными сроками ожидания диагностики или лечения и прочими проблемами.

ОБЕРЕГ ПРАВ И ЗДОРОВЬЯ

Большинство проблем, послуживших поводом для обращений и жалоб, решаются сотрудниками «СОГАЗ-Мед» совместно с представителями медицинских организаций в короткие сроки, чтобы не доводить дела до судебных разбирательств. При необходимости «СОГАЗ-Мед» организует медико-экономическую экспертизу или экспертизу качества оказанной медицинской помощи, предоставляет необходимые консультации не только врачам, но и юристам. Как правило, речь идет о несоблюдении установленных сроков оказания медицинской помощи, о времени пребывания больного в медицинской организации, о тяжелых случаях при

диагностике, о неполном объеме обследований и лечения.

В 2022 году в Томском филиале страховой компании «СОГАЗ-Мед» проведено более 59 тысяч экспертиз: из них 17 тысяч относится к качеству медицинской помощи, 41 тысяча — к медико-экономическим аспектам. По результатам выявлено 8,42% случаев нарушений амбулаторного лечения и 22,2% — стационарного. В большинстве случаев речь шла о невыполнении тех или иных диагностических, лечебных или профилактических назначений и вмешательств.

ИНФОРМАЦИОННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Страховая компания «СОГАЗ-Мед» постоянно осуществляет информирование о доступных для граждан медицинских услугах, включая напоминание о прохождении профилактических мероприятий. За 2022 год Томский филиал проинформировал более 476 тысяч владельцев полисов о необходимости диспансерного наблюдения, о возможности прохождения профилактических мероприятий, о вопро-

сах оформления полисов ОМС.

Такая забота — важный аспект, который помогает формировать у людей ответственное отношение к своему физическому и душевному состоянию, в конечном счете, способствует увеличению продолжительности их жизни.

Чтобы быть спокойными за свое здоровье, мы рекомендуем томичам отдавать предпочтение страховой компании с проверенной репутацией, способной позаботиться о защите их прав при получении медицинской помощи.

Если вы застрахованы в компании «СОГАЗ-Мед» и у вас возникли вопросы о системе ОМС, вы можете обратиться за помощью к страховым представителям на сайте sogaz-med.ru, используя форму «Официальное обращение» или онлайн-чат, по телефону круглосуточного контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный) и в офисах компании «СОГАЗ-Мед».



ИРИНА ТРОЩЕНКО

Wellness-коуч, тренер, инструктор международного уровня по карате Кёкусинкай, Кёкусин Будокай, кросс-фиту, Нрав Мага, по специальной системе растяжки

Среди моих персональных достижений — черный пояс 3 Дан по карате Кёкусинкай, серебряный приз чемпионата России по карате Кёкусин Будокай 2007 г. Среди моих учеников — участники чемпионатов Мира и Европы по карате, люди, добившиеся звания мастеров спорта, обладатели черных поясов. Сегодня я работаю с проактивными предпринимателями, которые хотят большего во всем: ресурса для жизни и чемпионских побед в бизнесе. Я помогаю решать их проблемы с лишним весом, хроническим стрессом, болевой спиной, межпозвоночными грыжами, коленями и суставами, наполняю здоровьем, силой и энергией, корректирую пищевое поведение.

Поддержку в ЖЕЛАНИИ избавиться от вредных привычек, **ВЫЙТИ** из депрессии, построить идеальное **ТЕЛО** и научиться управлять своей **ЖИЗНЬЮ**.



ОКСАНА БЕРЕЗИНА

Управляющий партнер сети кондитерских «ТОРТА», кафе «Гости» и «Желток», небистро «Nova», ресторатор, выпускник школы «Сколново», гастроэнтузиаст

Рестораны давно перестали быть просто местом принятия пищи, и сегодня развитие сферы гостеприимства является одной из важнейших задач в жизни общества. Ресторанный бизнес — это необходимость учиться самому и обучать команду, пробовать новое и постоянно предлагать новое гостям, это умение ставить интересные задачи, знакомить со своим опытом всех игроков этого рынка. В наших проектах мы выстраиваем систему. И хотя это долго и дорого, оно того стоит. Мы приглашаем специалистов из других городов, ищем нестандартные подходы, тем самым оздоравливая гастрономическую сферу, делая ее привлекательной для построения карьеры.

СФЕРА гостеприимства требует грамотного **ВЫСТРАИВАНИЯ** всех **БИЗНЕС-ПРОЦЕССОВ** и **ПОСТОЯННОГО** профессионального **РОСТА**.



МАРИЯ ДИКАЕВА

Директор цветочного салона «Бутон»

Своим любимым делом — флористикой — занимаюсь уже 16 лет. Постоянно обучаюсь и развиваясь, добившись высокого уровня в этой сфере, я не собираюсь останавливаться на достигнутых успехах и все равно иду вперед. Ведь мода в нашем творческом деле, как и в любом другом, связанном с эстетикой, сферой прекрасного, постоянно меняется. Нужно пристально следить за трендами и при этом обязательно учитывать все персональные пожелания клиента. Как руководитель преуспевающего цветочного салона, вместе с моей командой я делаю все, чтобы приносить искреннюю радость людям, и сама получаю огромное удовольствие, когда вижу на их лицах улыбки.

Возможность делать ЛЮДЕЙ счастливее вносит в мою жизнь **ОГРОМНЫЙ** позитив. Когда мы дарим цветы, мы **ДАРИМ ЭМОЦИИ**, а они — бесценны!



МАРИЯ ЛЕЩЕНЯ

Модель, Миссис Фитнес России Мира, директор модельного агентства «Fashion Fond» продюсерского центра «ARS-Альянс»

В короткий срок моделинг вошел в мою жизнь: за год я овладела техникой дефиле, выиграла конкурс красоты. Сегодня я легко совмещаю важные для меня статусы: мама, дочь, спортсменка, модель, руководитель. Я люблю то, что делаю! Мне нравится проявляться самой и зажигать людей своей харизмой, опытом и эмоциями. Моя философия и принцип «Fashion Fond» — вера в потенциал других и помощь в его развитии. Для профессионального успеха очень важно найти то место, то агентство, где в вас верят, будут вдохновлять и поддерживать. Это половина успеха в модельной карьере! Мы умеем работать с прекрасным, это ценят наши партнеры, заказчики и друзья.

FASHION FOND — это грамотная **СТРАТЕГИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** в сфере фэшн-индустрии, **МОДЕЛЬНОГО** и шоу-бизнеса.



ЖИЗНЬ КАК ИСКУССТВО
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, РОССИЯ

Wupwood – единственный в Санкт-Петербурге и один из немногих в России дизайн-отель, который постоянно пополняет собственную коллекцию современного искусства, проводит выставки и сезоны арт-резиденций для молодых художников. До 1 мая в отеле проходит выставка «Тонкий лед» – история о хрупкости человеческих отношений. Дизайн номеров отеля был создан бюро Choice Interior. Ключевые акценты в интерьере – сочные оттенки, черный металл, дерево, бетон, исторический кирпич. Расположен отель на пересечении Невского проспекта и набережной канала Грибоедова.

Кто куда...

**ПУТЕШЕСТВИЯ, ОТЕЛИ, КУОРТЫ, СПА,
РАЗВЛЕЧЕНИЯ, ПРИКЛЮЧЕНИЯ**

МАЛЬДИВЫ *Fun&Toys* ФРАНЦИЯ *Fun&Toys* МАЛЬТА *Fun&Toys* ОАЭ *Fun&Toys* КАТАР *Fun&Toys* ВЕЛИКОБРИТАНИЯ

**ОСТАНОВИСЬ,
МГНОВЕНЬЕ!**
ОЗЕРО КОМО, ИТАЛИЯ

Расположенный над живописной итальянской деревушкой Мольтрацио, отель Passalacqua - идеальное место для весенней перезагрузки. Из окон элегантных номеров открывается невероятной красоты вид на озеро Комо в окружении зеленеющих холмов. Уроженцы здешних мест, владельцы отеля семья Де Сантис, балуют своих гостей авторскими пешими маршрутами в окрестностях озера, прогулками на лодке и фермерскими завтраками на свежем воздухе.



**АКТИВНЫЕ
КАНИКУЛЫ**
ПХУКЕТ, ТАИЛАНД

Один из главных хайлайтов отдыха в отеле Anantara Layan Phuket Resort в Таиланде - знаменитые велнес-ретриты. В женскую программу входят спа-процедуры, уроки саунд-хилинга для раскрытия чакр и занятия йогой. Велосипедисты смогут испытать свою выносливость в рамках тренировочного лагеря с Фарисом Аль-Султаном, чемпиона мира в соревнованиях Ironman. И все это в окружении невероятных тайских пейзажей.

С ОКЕАНОМ НАЕДИНЕ
**АТОЛЛ МАТУ, МАЛЬДИВСКИЕ
ОСТРОВА**

Мальдивы - идеальное направление для отдыха в любое время года. Прекрасным вариантом размещения для большой семьи или компании друзей станет роскошная резиденция отеля Ozen Life Maadhoo's Residence. Это уединенно расположенная в океане водная вилла с собственным причалом. В распоряжении гостей три просторные спальни, каждая с собственной ванной комнатой, а также тренажерный зал, гардеробная и гостиная с выходом на террасу. Просторный инфинити-бассейн с видом на Индийский океан позволит окунуться в истинное блаженство мальдивских каникул.



ТАИНСТВЕННЫЙ ОСТРОВ
**ПРАСЛИН, СЕЙШЕЛЬСКИЕ
ОСТРОВА**

Поместье La Cigale Estate на острове Праслин на Сейшелах названо «Лучшей свадебной площадкой в Индийском океане» по версии журнала Wedding. Уединенная вилла с пятью комнатами и четырьмя отдельными бунгало позволит с комфортом разместиться большой семье или компании друзей до восемнадцати человек. Это абсолютно эксклюзивная история, так как поместье предназначено для единовременной аренды, что гарантирует гостям максимальную приватность.





БОЛЬШОЙ ДЕБЮТ

АТОЛЛ БАА, МАЛЬДИВСКИЕ ОСТРОВА

Курорт Avan i + Fares Maldives Resort – младший брат любимого многими бренда Anantara – открывается на Мальдивах. ОТЕЛЬ рассчитан на 176 номеров и находится на тропическом острове Фарес у западного края знаменитого атолла Баа, всего в получасе лета на гидроплане от международного аэропорта Велана. Среди конкурентных преимуществ – стоимость номеров и большой выбор вилл, позволяющий подобрать нужную конфигурацию спален от одной до четырех, что безусловно привлечет тех, кто путешествует большой семьей или компанией.



БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ СЕН-ТРОПЕ, ФРАНЦИЯ

В этом сезоне ряд номеров отеля La Réserve Ramatuelle Hotel, Spa & Villas в Сен-Тропе предстанут в новом дизайне. Работая над проектом, Жак Гарсия обратился к эстетическим кодам Золотого века Французской Ривьеры 1950-60-х годов, эпохи Жана Кокто, Фернана Леже и Пабло Пикассо. Ручная роспись и керамика, чистый белый цвет и охра, коралл и терракота с вкраплениями ярких акцентов – изящная простота декора рождает сильные и очень личные эмоции. Ведь Сен-Тропе вот уже более века – символ «дольче вита» французской Ривьеры.

ДЗЕН И ПОКОЙ ШРИ-ЛАНКА, ЮЖНОЕ ПОБЕРЕЖЬЕ

Расположенный в уединении на южном побережье Шри-Ланки, отель Anantara Peace Haven Tangalle – идеальное место для весеннего ретрита. Новая трехдневная программа Sanjeevana Ayurvedic Journey поможет устроить перезагрузку, позабыв о стрессе и суете большого города. В программу входят целебные СПА-процедуры, медитация в храме и церемонии у огня под руководством монаха и опытного йога, а также уроки приготовления блюд ланкийской кухни и выпекание лепешек в дровяной печи – занятия, заряженные на покой и умиротворение.



БЫТЬ КАК БОНД

ОЗЕРО КОМО, ИТАЛИЯ

Гости отеля Grand Hotel Tremezzo могут стать главными героями сценария шпионских приключений в духе бондианы, отправившись в новый тур «Chic Nic» на фирменном катере. В ходе экскурсии гости посетят знаковые локации знаменитой Бондианы. Например, виллу Балбьянелло, где были сняты кадры «Казино Рояль». В качестве антуража – изысканные блюда итальянской кухни под аккомпанемент фирменного коктейля, приготовленного по знаменитой формуле Бонда «взболтать, не смешивать».



FELFRI

Качество, доступное каждому Покупайте на Маркетплейсах

Портативный Ирригатор FELFRI обеспечивает свежесть дыхания на весь день. Это незаменимый гаджет для здоровья полости рта.

Устройство помогает максимально избавиться от налета и остатков пищи, вымывая все напором струи воды. В комплекте 8 насадок для различных целей: очистка зубов, десен, языка, имплантов, брекетов и носа.

Используйте ирригатор ежедневно и радуйтесь здоровым деснам и зубам. Обеспечьте себе комфорт и красивую улыбку!



Отсканируйте
для покупки



Даже если вы не раз бывали в Эмиратах и хорошо знакомы с Дубаем, не сомневайтесь - Абу-Даби найдет, чем вас удивит. Щедрый и гостеприимный, он живет в размеренном ритме, с большим достоинством неся свой статус столицы ОАЭ – самой богатой страны на планете.



ГОРОД ДВУХСОТ ОСТРОВОВ

Парк Ferrari World



«**В** марте и апреле у нас не так жарко, как в Дубае», - говорят жители Абу-Даби. «Неужели есть разница в климате? - удивитесь вы. - Ведь между городами минут сорок на машине». Оказывается, есть! В отличие от Дубая, Абу-Даби расположен не на материке, а на островах, а значит, и климат здесь чуть более про-

хладный. Особенно в зимнее время. Абу-Даби, столица Объединенных Арабских Эмиратов с полутора миллионным населением, это архипелаг, объединяющий более 200 больших и маленьких островов. Сам мегаполис расположен на острове, соединенном с материком тремя автомобильными мостами. В отличие от Дубая Абу-Даби располагает огромными запасами нефти. Правда, обнаружены они были сравнительно недавно – в 1958 году. Именно

Вид на мангровый заповедник с балкона Anantara Eastern Mangroves Hotel



Багги-raid в горах



тогда и началось стремительное превращение бедного рыбацкого поселения в мегаполис с великолепными дорогами, массивом небоскребов и развитой современной инфраструктурой.

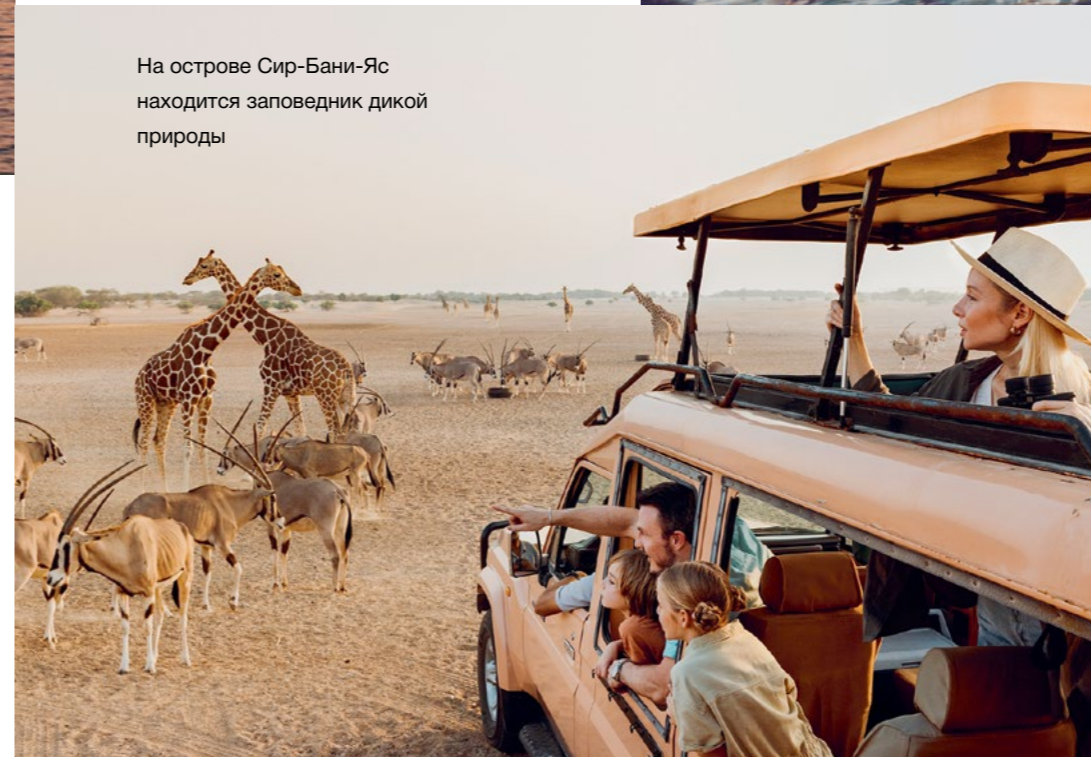
Деловая жизнь города сосредоточена в его северной части, примыкающей к великолепной набережной Корниш протяженностью 7 километров. Благодаря упирающейся в небо высотной застройке даунтауна этот район называют Манхэттеном Ближнего Востока.

И все же первым делом гости Абу-Даби чаще всего отправляются в Большую мечеть шейха Зайда. И ее действительно стоит увидеть своими глазами! Величественное строение площадью в пять футбольных полей с мраморными полами и стенами, инкрустированными самоцветами, посвящено великому человеку, шейху Зайду ибн Султану Аль Нахайяну, объединившему некогда



Большая мечеть шейха Зайда

На острове Сир-Бани-Яс находится заповедник дикой природы



бедные земли и превратившему их в богатую и процветающую страну. Высокие своды и позолота, невероятной красоты хрустальная люстра весом в 9 тонн и самый большой в мире, сотканный вручную ковер площадью около 6 тысяч квадратных метров поражает воображение. А фото на фоне мечети, окруженной искусственным озером, получаются волшебны.

Еще один архитектурный шедевр, олицетворяющий богатство и процветание страны – действующий Президентский дворец Qasr Al Watan, открытый для посещения. От восточной роскоши захватывает дух, и на знакомство с этим сказочным местом вам вряд ли хватит



Встретить восход в пустыне верхом на верблюдах - незабываемое приключение



Большая мечеть шейха Зайда

целого дня. А вечером гостей ждет грандиозное световое и музыкальное шоу, рассказывающее историю ОАЭ.

Деловой центр Абу-Даби, благодаря островному ландшафту, удивительным образом соседствует с крупнейшим в Эмиратах мангровым заповедником. Если вы остановитесь, к примеру, в отеле Anantara Eastern Mangroves Hotel, то вид с вашего балкона будет

открываться на небоскребы поодаль и на мангровые заросли, до которых рукой подать. В заповеднике обитают черепахи, редкие черные цапли и даже фламинго. Возьмите каяк и отправляйтесь на прогулку по живописным каналам, наслаждаясь покоем и красотой этого уголка первозданной природы. А вечером поднимитесь на крышу отеля в бар Impressions, чтобы

насладиться закатом над изумрудным мангровым лесом.

За острыми ощущениями стоит отправиться на остров Яс, где расположен парк развлечений Ferrari World. Это крупнейший в мире тематический парк в крытом помещении, комфортный для отдыха даже в самые жаркие дни. Для фанатов автомобильных гонок здесь просто рай – можно увидеть



Курорт в пустыне Anantara Qasr Al Sarab Desert Resort

процесс сборки гоночных болидов, испытать себя на симуляторах, на которых обучаются профессиональные пилоты спортивных команд. А можно прокатиться на самых быстрых в мире американских горках со скоростью 240 км/ч. Кстати, с недавних пор здесь можно совершить прогулку по знаменитой красной крыше Ferrari парка и полюбоваться с высоты островом Яс.

На шопинг в Абу-Даби отправляйтесь в один из крупных моллов – Marina Mall, Abu-Dhabi Mall, Galleria Mall. При большом разнообразии брендов торговые центры Абу-Даби не имеют таких исполинских размеров, как знаменитый Dubai Mall, ориентироваться в них проще. Но если вы настоящая акула шопинга и ваша душа захочет дубайского размаха, до соседнего эмирата рукой подать.

Ну а если вам захочется побывать в настоящей арабской сказке, отправляйтесь в пустыню. В материковой части эмирата раскинулась крупнейшая в мире пустыня Руб-эль-Хали. Она настолько велика, что находится на территории сразу нескольких государств – ОАЭ, Саудовской Аравии, Омана и Йемена. Бескрайние барханы, отсвечивающие охрой на фоне лазурного неба, завораживают своей древней, величественной красотой. Роскошный дворец-отель Qasr Al Sarab Desert Resort в самом сердце пустыни в 200 километрах от Абу-Даби откроет вам самые сокровенные ее секреты. Здесь можно встретить рассвет среди барханов верхом на верблюде, совершить экстремальное джип-сафари на больших скоростях, отправиться с гидом в пешую прогулку, чтобы неспеша познакомиться с флорой и фауной пустыни, своими глазами увидеть соколиную охоту и насладиться прохладой в оазисе финиковых пальм.

В любое время года Абу-Даби – это роскошные пляжи и отели, дворцы и небоскребы, художественные музеи и парки развлечений, история и современность. Даже если вы не раз бывали в Эмиратах, не сомневайтесь – Абу-Даби найдет, чем вас удивить.



Президентский дворец Qasr Al Watan



Рацион высоких достижений

Весна — самое популярное время для старта «новой и здоровой жизни», когда люди активно ищут способы начать ее — обращаются к различным диетам, идут в спортзал. А вот специалисты считают: в первую очередь необходимо скорректировать питание, чтобы количество калорий, белков, жиров и углеводов в ежедневном рационе соответствовало выбранной цели — похудение, набор мышечной массы и т.д.



На помощь в достижении желанной красивой фигуры приходит Межениновская птицефабрика с линейкой продуктов «ВКУСНО&ПОЛЕЗНО».

Как известно, основой «строительного материала» всего нашего организма является белок. Именно он помогает формировать клетки и ткани, а также поддерживает в норме работу иммунной системы и обменные процессы в организме. Норма потребления белка для взрослого человека составляет 1 г на 1 кг веса. Но нужно обязательно учитывать физическую активность в течение дня: чем больше нагрузка, тем больше белка требуется.

Куриное мясо — один из лидеров по содержанию белка, поэтому продукты линейки «ВКУСНО&ПОЛЕЗНО», созданные на его основе, также богаты необходимым для организма количеством белка. К тому же они позволяют экономить время на приготовление, которого так не хватает в нашей динамичной жизни.

Лидером по содержанию белка в линейке «ВКУСНО&ПОЛЕЗНО» является ветчина «100 калорий». В ней содержится 17 г белка и всего 94 ккал на 100 г веса. В составе ветчины только кусковое мясо цыплят-бройлеров, соль и черный перец. В сочетании с цельнозерновым хлебом ветчина становится идеальным вариантом для завтрака или перекуса.

Отлично подходит для правильного питания и «Котлета куриная паровая», в 100 г которой содержится 12 г белка, а ее калорийность — 92 ккал в 100 г. Приготовить котлету можно разными способами: запечь в духовке, пожарить на сковороде. Но максимально сохранить полезные свойства продукта и исключить применение дополнительных масел и жиров позволит приготовление на пару.

Тот, кто сказал, что сосиски не подходят для правильного питания, просто еще не пробовал наши

фирменные «Филейные». В их составе только мясо цыплят-бройлеров и специи. В этом продукте отсутствуют консерванты, стабилизаторы и соя. Натуральность состава подтверждает и короткий срок годности — всего 15 суток. В сосисках содержится 12 г белка и 230 ккал на 100 г продукта.

Попробуйте и другие продукты линейки «ВКУСНО&ПОЛЕЗНО», объединенные в направлении «Полезно овощей»: котлета с брокколи, котлета с морковью, манты с тыквой и фрикадельки с овощным гарниром.



*Точные значения КБЖУ рассчитываются индивидуально, в зависимости от возраста, веса и желаемого результата.



ПРИМЕР СБАЛАНСИРОВАННОГО РАЦИОНА

*Легкий и питательный прием пищи для женщин, который качественно восполнит потребность в калориях у тех, кто худеет, посещая 2-3 тренировки средней активности в неделю.**

Первый завтрак. Ветчина «100 калорий» (50 г) + 1 ломтик цельнозернового хлеба + легкий сыр 15% жирности + 1 яйцо + чайная ложка меда + травяной чай

Второй завтрак. Орехи (40 г) + яблоко или шоколад 70% (40 г)

Обед. Вариант 1: рис бурый (40 г) + семга на пару (100 г) + овощной салат (150 г). Вариант 2: макароны цельнозерновые (55 г) + сосиски «Филейные» (2 шт) + овощной салат (150 г)

Перекус. Тост из цельнозернового хлеба + ½ авокадо + ветчина «100 калорий» (50 г)

Ужин. Котлета куриная паровая (2 шт.) + овощи (150 г) + зеленый или травяной чай



ВАДИМ КОРАБЛЕВ,

основатель и главный тренер команды Korablev Team, лучший тренер Томска 2021/2022, тренер томской сборной по бодибилдингу и фитнесу, судья международной Федерации бодибилдинга и фитнеса, обладатель более 30 наград за воспитание чемпионов.

«Чтобы добиться результатов в нашем виде спорта, очень важно потреблять правильные и сбалансированные продукты питания. Поэтому я всегда очень тщательно выбираю то, что могу есть сам и, тем более, рекомендовать другим.

Основательно просмотрев состав новой линейки продуктов «ВКУСНО&ПОЛЕЗНО» от Межениновской птицефабрики, я пришел к выводу, что они идеально подходят для питания спортсменов и людей, ведущих здоровый динамичный образ жизни».



межениновская-птицефабрика.рф



Адреса фирменных магазинов и отделов



Будьте в курсе последних новостей от Межениновской птицефабрики, подписывайтесь на нас в «ВК» и «Одноклассниках».

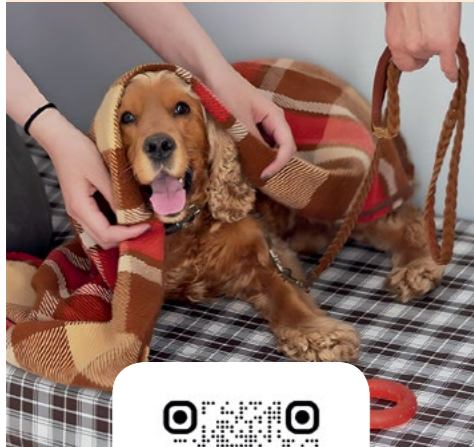


ВИЗИТКИ

ЗОЛОТАЯ КОСТОЧКА

Гостиница для собак и кошек

Индивидуальный подход к каждому питомцу, комфортабельные условия, любовь и терпение. Ежедневный фотоотчет.



ZOLOTAYA_KOSTO4KA

KIDSOUT

Сервис подбора бебиситтеров

Надежные, квалифицированные и ответственные «няни на час». Найдут подход к любому ребенку. Гарантия качества работы от федерального оператора.



KIDSOUT.RU

УХ ТЫ, ШАРИКИ!

Оформление праздников

Шары • Фотозоны • Томск • Северск
Подарок по промокоду «2023».



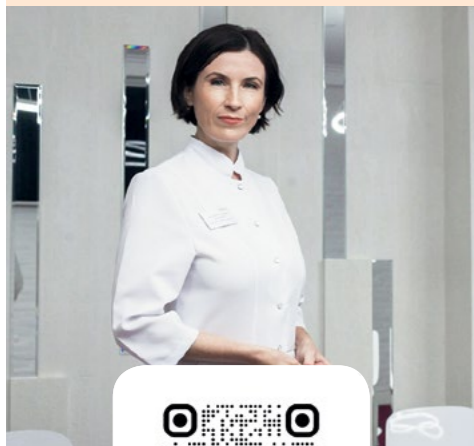
SHARIKI70.RU

ТАТЬЯНА ФЕДОРОВНА ПЕХТЕРЕВА

Врач-косметолог

центра омоложения лица Эстетик.про

Программы послыонного омоложения лица с максимально высоким результатом. Перезагрузна молодости 1 раз в год!



ESTETIC.TOMSK

КРАСИВЫЙ ДОМ

Строительная компания

Товары и строительные материалы для экстерьера загородных домов и дачных участков. Товары для эксклюзивного дизайна интерьера.



KDTOMSK.RU

9A_STUDIO

Арт-пространство

Уютная студия в центре города для фото-, видеосъемок, мастер-классов и обучений на ул. Сибирской, 9 а.



8 923 408 46 23

14

АПРЕЛЯ

СБОР ГОСТЕЙ

22:00

БИЛЕТЫ



РУКИ ВВЕРХ БАР

УЛ. А. БЕЛЕНЦА, 9/1
TOMSK.RVBAR.RU



ЛИГАЛАЙЗ

Его песни доступны и понятны всем, без поправки на возраст и поколение. Выпущенный в 2006 году дебютный альбом «XL» стал платиновым и до сих пор является самым продаваемым диском в истории русского рэпа.

Легенде и сейчас удается расширять границы жанра. Молодой Король по-прежнему молод и готов раскатать наш город!

БРОНЬ СТОЛОВ ПО ТЕЛЕФОНУ 99-54-91



16+



ДОМ МОДЫ НА ЛЕНИНА, 1 ПРИГЛАШАЕТ

11 марта состоялось открытие фотостудии «NoVo Studio» — собственного арт-пространства томского модельного агентства «NoVo Models».

В этот день здесь прошел грандиозный модный показ, на котором были представлены весенние коллекции от 5 томских брендов одежды, а также первая дизайнерская коллекция модельного агентства от Полины Авдеевой, дизайнера и модели агентства. Это событие — первый шаг на пути к созданию Дома моды, где будут поддерживать творцов томской моды и помогать им расти. Мартовский перформанс стал новым форматом мероприятий для модного сообщества города. Среди гостей были известные медиа-личности города, дизайнеры и представители брендов одежды, модные стилисты, фотографы и модели.



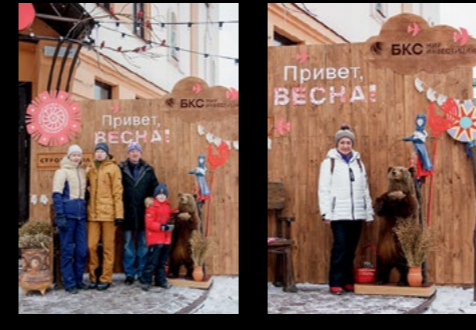
Режиссер-постановщик показа Гульзада Кызматова, ассистент и PR-менеджер Татьяна Зайцева. Генеральные партнеры: «Cuvée», «Martichelli», «Maggio tomск», «Snimi», «Маленькое черное платье», «Потапыч шоу», кейтеринг «Со вкусом». Визажисты-стилисты: Татьяна Зайцева, Маргарита Вершинина, Валентина Кондратьева. Фотографы: Ринат Файзулин, Ольга Валентович, Дарина Гончарова, Анастасия Нагишева.



МУЗЫКАЛЬНОЕ ФЭШН-ШОУ

4 марта в ТРК «Лето» прошел fashion-фестиваль «Взлетай», организованный Fashion Lab Сибирского центра дизайна и модельным агентством «Fashion Fond» продюсерского центра «ARS-Альянс».

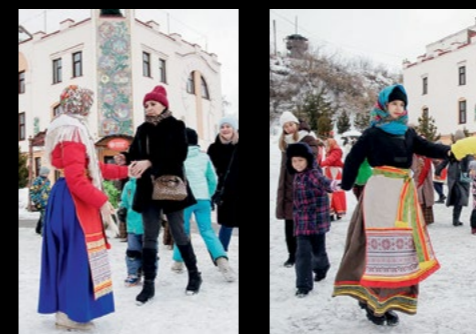
Томичей ждало множество модных активностей — показы одежды, мастер-классы от ведущих специалистов fashion-сферы: по фотопозированию, по созданию модного лука, по самопрезентации. Дизайнер Настасья Плотникова рассказала, как кастомизировать одежду с помощью росписи; стилист Анна Короткова познакомила с весенними трендами в одежде. Активно работала художественная студия «Master Art», подарившая участникам фестиваля фантастический боди-арт, а визажисты Софья Быкова и Татьяна Зайцева делали гостям незабываемый мейкап. Настроение гостей поддерживали шоу-группа «Лимонад» вокальной студии Ирины Павленко продюсерского центра «ARS-Альянс», танцевальная студия «Regina Company», школа танцев «Бит Бомбит». Маленькие и взрослые модели из агентств «Fashion Fond» и «Sigma Scouting» продемонстрировали коллекции весна-лето от марок «Pelican», «Collins», «Детский каприз», «Gloria Jeans», «Cuvee» и др. Фоторепортаж: Александр Копченев.



АРТ-МАСЛЕНИЦА ОТ БКС

Впервые выходные марта состоялось очередное клубное мероприятие БКС Мир инвестиций — АРТ-Масленица! Третья по счету для клиентов БКС встреча весны прошла в Первом музее славянской мифологии. В традиционные масленичные забавы добавили немного искусства и получили яркие эмоции, вспомнили древние традиции и попробовали новое!

В программу праздника вошли игры, хороводы, ряженые, креативные блины из заморских ингредиентов, согревающие природные напитки от «Строганина-бара», интерактивная экскурсия, посвященная обычаям предков, мастер-класс по изготовлению символических фигурок, фотозона и другие сюрпризы. Как всегда, мероприятие БКС — это хорошее настроение и незабываемые впечатления.



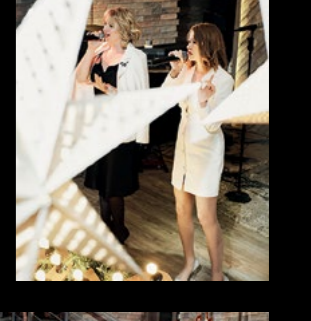


ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ЖЕНСКОГО КЛУБА W («DOUBLE YOU»)

23 марта в ресторане *Santa Monica* состоялось грандиозное мероприятие в честь 3-го дня рождения женского клуба W.

С франшизным проектом Томск в 2020 году познакомила блогер и предприниматель Светлана Мачехина*. Он объединил девушек с активной жизненной позицией, стремящихся к саморазвитию, и дал возможность вдохновлять женщин на личный и духовный рост. Сейчас в российских городах создано уже 8 клубов «W». Организаторы самого крупного женского пространства в Томске, которое насчитывает уже 120 человек, решили сделать мероприятие особенным. В атмосфере красоты и вдохновения, словно заряженной энергией присутствующих, участницы клуба наслаждались танцами, пели вместе с кавер-группой «Блэкджек», делились впечатлениями о клубе. Этот вечер надолго останется в памяти всех, кто побывал на нем.

*Подробнее о Светлане Мачехиной можно прочитать на стр. 67.



Фотографы: Альберт Галаурдинов, galaurdinov.ru; Надежда Князева

Астропрогноз

ТЕЛЕЦ 20.04-20.05

Для Тельцов апрель – это время перехода на новый уровень. Действуйте смело и будьте готовы принимать ответственные решения.

Вам может поступить предложение об интересной работе, появится возможность переезда или новые полезные знакомства – используйте все новое как шанс проявить себя и сделать свою жизнь интереснее.

БЛИЗНЕЦЫ 21.05-20.06

Близнецы, ждите подарков! Поклонники будут дарить вам цветы и изысканные украшения, а друзья – атрибуты домашнего уюта. Вам остается только наслаждаться!

РАК 21.06-22.07

В ближайшее время звезды советуют вам отказаться от соревнований и поездок. Сейчас лучше сосредоточиться на своих проектах или образованиях. Этой весной последовательная и структурированная работа будет вдохновлять и приносить Ракам хороший доход.

ЛЕВ 23.07-22.08

Львы хорошо поработали зимой, а теперь могут пожинать плоды и отдыхать. Насладитесь весенним солнцем в своем городе или отправляйтесь в путешествие. Первый коктейль выпейте за то, что вы этого достойны!

ДЕВА 23.08-22.09

Дева ожидает настоящий прорыв в профессиональной сфере! Руководство проявит интерес к проекту, над которым вы давно работаете, поступят новые интересные предложения, будут заключены выгодные сделки. Кроме того, в ближайшее время вам будет везти и на личном фронте!

ВЕСЫ 23.09-22.10

Весы, уделите как можно больше внимания себе. Этой весной вас ждут внутренние трансформации, поэтому вам необходимо подготовить почву. Проверьте состояние здоровья, попробуйте новый уход у косметолога, совершите грандиозный весенний шопинг и не забудьте про аксессуары!

Помните, расходы на себя – не трата, а инвестиция.

СКОРПИОН 23.10-21.11

У Скорпионов наступает романтический период. В апреле вы можете выпасть из привычного ритма жизни, ведь вокруг столько отвлекающих факторов – свежая листва, неповторимые закаты, первые теплые вечера. Не удивляйтесь, если обнаружите, что все романтические песни – именно о вас. Будьте готовы к восхищенным взглядам и к бабочкам в животе.

СТРЕЛЕЦ 22.11-21.12

Апрель у Стрельцов обещает быть спокойным и гармоничным. Это отличный период для учебы и саморазвития. Эмоциональная легкость и живая общительность Стрельцов не только привлекают к ним симпатии окружающих, но и помогут с их помощью реализовать свои далекоидущие планы.

КОЗЕРОГ 22.12-19.01

Время гениальных идей! С появлением солнца Козероги ощутят интеллектуальный подъем. Вы будете активны, общительны и жизнерадостны. Спортивным Козерогам, немного сбавившим темп зимой, самое время вернуться к активным тренировкам и поставить себе новые цели.

ВОДОЛЕЙ 20.01-18.02

Апрель – активный и позитивный месяц для Водолеев. Представители воздушного знака будут демонстрировать любознательность и дружелюбие, открытость ко всему неизвестному. Удачное время, чтобы попробовать себя в новом качестве или отправиться в путешествие для знакомства с другими культурами и традициями.

РЫБЫ 19.02-20.03

Для Рыб главное слово апреля – самовыражение! Пробуйте, экспериментируйте, открывайте в себе новые грани! Новая прическа, экстравагантный макияж и смелые наряды станут для вас отличным источником энергии, а новые хобби – танцы, стрельба из лука или скалолазание – помогут взглянуть на себя с нового ракурса.



Кольцо *Diamond Love*,
Roberto Bravo

Овен

21.03-19.04

Этой весной Овны окунутся в самопознание. Возможно, вам захочется провести время наедине с собой: отправиться в небольшое путешествие или неспеша заняться разбором гардероба. Звезды советуют вам прислушаться к своим ощущениям и хорошенько перезагрузиться.



ШАНСОН

ул. Мичурина, 88/2

тел.: 22-01-44

shanson-tomsk.ru

*Уют и гостеприимство
в щедрых традициях русской усадьбы
для вашего незабываемого отдыха!*

Локация и образ: Первый музей славянской мифологии, slav-museum.ru
Макияж и укладка: «Рубе Студия», alexandrarube.ru

ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Магазин мультибрендовой мужской и женской одежды «**Модный Бульвар**», пр. Ленина, 15, тел. 42-73-20, sv-center.ru / Меховой салон «**Березка**», ул. Красноармейская, 122 г, тел. +7 (3822) 56-15-39 / Салон «**Kashemir luxury**», ул. Красноармейская, 120/1, тел. 55-70-60 / Сеть магазинов головных уборов и купальников «**Melany**», пр. Мира, 48/3, ТЦ «Волна», пав. 250; ул. Беринга, 10, ТЦ «Манеж», тел. +7-903-954-54-59 / Верхняя одежда «**ANY ONE collection**», ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ «ЛЕТО», тел. 50-10-77 / Салон мужской одежды «**Premier-V**», ул. 79-й Гв. дивизии, 24, ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1 / Магазин женской одежды «**Daisyknit**», ул. Беленца, 9/1, тел. +7-952-888-66-69, daisyknit.ru

ПОДАРКИ И АКСЕССУАРЫ

Арт-бутик «**Русский Шарм**», ул. Никитина, 99, тел. +7-961-098-19-33 / Компания по изготовлению и аренде ростовых кукол «**Потаньич**», пер. Плеханова, 11, тел. +7-800-511-69-68, potaph.com

КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Высокоточный центр рентген-диагностики «**Voxel**», пр. Фрунзе, 25, ул. Яковлева, 15, vk.com/voxelpro, voxelpro.ru, тел. 60-94-40 / Спортивный комплекс «**Нефтехимик**», Иркутский тр., 65, стр. 14, тел. 8 (3822) 60-70-62, vk.com/neftehimik_tomsk, neftehimik.tomsk.ru / SPA-концепт «**Звезда**», ул. Р. Люксембург, 19, тел. 51-71-51, zvezda-spasconcept.ru / Международный медицинский

центр «**Мульти Клиник**», ул. Сибирская, 9/1, ул. Белинского, 20 а, тел. 90-19-41, multiclinic.ru / Хирургия, поликлиника, косметология «**Первая частная клиника**», ул. Пушкина, 16, пер. Макушина, 14 б, тел. 65-16-50, 1klinika.ru, t.me/chastna1 / Клиника эстетической косметологии «**Ревиталь**», пр. Фрунзе, 88, тел. 50-00-47, revitaltomsk.ru / Лаборатория косметики «**Аркадия**», пр. Ленина, 80/1 (4-й этаж), тел. 8-913-808-70-39, arcadia.spb.ru / Стоматологическая клиника «**Эликсир Премьер**», ул. Шевченко, 15, тел. 900-888 / **Ольга Фурсова**, системно-семейные расстановки и коучинг для женщин, olgafursova.tilda.ws, тел. 8-900-923-80-59 / Центр омоложения лица «**esthetic.pro**», ул. Никитина, 15 а, тел. 533-100 / Центр семейной офтальмологии «**Eyeclinic**», ул. Нахимова, 13 а, Иркутский тр., 12, тел. 900-200, eyeclinic.pro / Салон традиционного тайского массажа «**Thai Time**», ул. Алтайская, 8/3, ул. Студенческая, 4, пр. Комсомольский, 59, тел. 936-126, thai-tomsk.ru / Мастерская красоты «**Frida**», ул. Дальне-Ключевская, 16 а, тел. +7-953-914-22-45 / Многопрофильный медицинский центр «**Том Терра**», ул. Яковлева, 15, тел.: 77-03-03, 777-100, terramedica.pф, skenarpride.ru, vk.com/terra_medica, vk.com/skenar_pride / Центр стоматологии «**Эликсир**», ул. Белинского, 18, тел. 908-800, eliksirtomsk.ru / Женский клуб «**W.**» в Томске, wclub-tomsk.ru, тел. +7 913 816-88-08 / **Центр современной стоматологии**, Иркутский тр., 71 д, ул. Суворова, 17 а, тел. 995-282, csdent.ru, vk.com/csdent

ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Студия мебели «**Белладжио**»,

ул. Герцена, 68, стр. 2, ТЦ «Extra» (2-й этаж), ул. Пушкина, 59/1, ТЦ «МебельПарк Гипер», тел. 8 (913) 105-66-39, vk.com/studia_mebeli_bellagio / Торгово-монтажная компания «**Красивый дом**», пр. Ленина, 169, тел. 220-054, kdtomsk.ru, vk.com/kd_tomsk / Печи для бани «**Печной дом**», ул. Усова, 37, pechihouse.ru, тел.: +7-952-181-02-04, +7-952-880-88-99 / «**Томские мебельные фасады**», пр. Фрунзе, 119 е, тел. 54-51-50, tmf70.ru, vk.com/fasadtmf / Агентство недвижимости «**Нова**», ул. Яковлева, 15, тел. +7-903-950-01-75, vk.com/nova_nedvigimost_tomsk

РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Кафе «**Лето**», ул. Гагарина, 2, тел. 52-61-11, positiveeating.ru/restaurants/leto / «**Межениновская птицефабрика**», тел. 98-34-91, межениновская-птицефабрика.pф, vk.com/mezheninovskia / Усадьба «**Шансон**», ул. Мичурина, 88/2, тел. 22-01-44, shanson-tomsk.ru / Кафе-кондитерская «**Торта**», ул. Гоголя, 55, пр. Фрунзе, 98, ул. Набережная реки Ушайки, 16, ул. Марины Цветаевой, 32, torta-torta.ru

ОБРАЗ ЖИЗНИ

Немецкая химчистка «**BÖWE**», ул. А. Иванова, 3, тел. 424-098, bowe.ru / Exceed центр Элке Авто, ул. Елизаровых, 82 а, тел. 900-901 / Фотостудия «**Novo studio**», пр. Ленина, 1, тел. +7-923-432-41-32, novostudiotsk.ru / Модельное агентство «**Novo Models**», vk.com/novo_models, novo.models.tilda.ws / Инвестиционная компания «**БКС Мир Инвестиций**», томский филиал, пр. Ленина, 63, тел. 70-50-30 / Диджитал-агентство «**Студия Т**», пр. Ленина, 80

а, тел. +7 (499) 346-66-40, tdsgn.ru, mail@tdsgn.ru / Финансовый аналитик **Оксана Филимонова**, тел. +7 903 954-92-32 / Школа Таро и нумерологии «**Kretova school**», kretova-school.ru, vk.com/kretova-school / **Татьяна Брусьянина**, бухгалтерский аутсорсинг, пр. Кирова, 36, оф 213, тел. +7-952-888-48-42, nalogov-net.com / LevelUp-коуч, психолог, супервизор, преподаватель МВА, **Екатерина Козлова**, ул. Елизаровых, 53/2, оф. 501, тел./ WA +7-913-814-08-86, taplink.cc/ekaterina.kozlova. coach, vk.com/kozlovadombrovskaya / Модельное агентство «**Fashion Fond**», ул. Карташова, 25, тел. 323-646, vk.com/ffmodels_agency

Расскажем о вашей компании интересно, честно, профессионально

Журнал «the МОСТ» — победитель ежегодного конкурса ТРО Союза журналистов России «**Акулы пера-2022**» в номинации «Проект года», обладатель Гран-при регионального этапа всероссийского конкурса журналистов «**Экономическое возрождение России**» по итогам 2022 года (проводится «Торгово-промышленной палатой Томской области»).



Журнал «**the МОСТ**» рассказывает об актуальных тенденциях в сфере образования, науки, бизнеса, технологий, культуры, дизайна, архитектуры и т.д. Примеряя глобальные культурные процессы на жителей Томска, мы стремимся показать его истинное лицо — современного и активно развивающегося сибирского города.

Открывайте с нами современный Томск

По вопросам рекламы: ☎ (3822) 52 10 01 ✉ altmaer@rde.ru



ERMANNNO
FIRENZE



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



Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА

ОПЕРАТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХОЛЕЦИСТИТА



☎ 651-650 www.1klinika.ru пер. Макушина, 14 б @chastna

Желчный пузырь — это маленький грушевидный мешочек под печенью, основной функцией которого является хранение желчи. Но в силу разных обстоятельств — генетических, либо появившихся под влиянием образа и условий жизни — в нем могут образовываться камни.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ