

# ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

МАЙ 2015  
ТОМСК



НАСТАСЬЯ  
САМБУРСКАЯ  
ДЕВУШКА  
НА РОЛЬ  
СУПЕРГЕРОЯ

ПУТЕШЕСТВИЕ  
ДЖИБУТИ

ВТОРОЙ  
БРАК  
5 ОШИБОК,  
КОТОРЫЕ  
НЕ СТОИТ  
ПОВТОРЯТЬ

ПО ЗАКОНАМ  
ЭПОХИ ЦВЕТОВ

КРУЖЕВО, БАХРОМА И ЭТНИКА, СТИЛЬ ХИППИ,  
ГЛЭМ-РОК И БОХО-ШИК


16+





SPORTMAX

*Современная линия  
от модного дома Max Mara*

пр. Ленина, 15 / 42-73-20  
 [modny\\_bulvar\\_tomsk](https://www.instagram.com/modny_bulvar_tomsk)

МОДНЫЙ БУЛЬВАР

# ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

## ГЛАВНАЯ РЕДАКЦИЯ GENERAL EDITORIAL BOARD

Шеф-редактор **ЕЛЕНА БАЛЬБУРОВА** Editor-in-Chief **ELENA BALBUROVA**  
Арт-директор **ЮЛИЯ ДЗЮБА** Art Director **YULIYA DZYUBA**  
Выпускающий редактор **КИРИЛЛ ХАИТ** Sub-Editor **KIRILL HAIT**  
Директор отдела Мода **ЛЮДМИЛА ИВАННИКОВА** Fashion Director **LYUDMILA IVANNIKOVA**  
Редактор отдела Красота **МАРИНА ДИВИЧ** Beauty Editor **MARINA DIVICH**  
Редактор отдела Интерьер **ЮЛИЯ ШИШАЛОВА** Interior Editor **JULIA SHISHALOVA**  
Редактор **МАРИЯ БРОНЗОВА** Editor **MARIA BRONZOVA**

## РЕДАКЦИЯ EDITORIAL BOARD «ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ТОМСК» DOROGOE UDOVOLSTVIE TOMSK

Главный редактор **НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР** Executive editor **NATALYA ALTMAER**  
Выпускающий редактор **ЮЛИЯ СИНИЦИНА** Sub-editor **YULIA SINITSINA**  
Литературный редактор **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ** Copy editor **SOFIA LOMOVSKAYA**  
Главный дизайнер **ЕЛЕНА БУЙКИНА** Executive designer **ELENA BUIKINA**  
Дизайнер **МАРИЯ ГОНЧАРОВА** Designer **MARIA GONCHAROVA**  
Редактор светской хроники **ЛАРИСА ГНЫРЯ** Society reporter **LARISA GNYRYA**  
Фотограф **АЛЕКСЕЙ ПОЧЕРЕВНЫЙ** Photographer **ALEKSEY POCHEREVNY**  
Авторы **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ, НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР, АННА ИВАНОВА, КАТЕРИНА КАРПЕНКО, АЛЕНА КОВАЛЕНКО, МАРИЯ СИМОНОВА** Journalists **SOFIA LOMOVSKAYA, NATALYA ALTMAER, ANNA IVANOVA, KATERINA KARPENKO, ALYONA KOVALENKO, MARIA SIMONOVA**  
Корректор **МАРГАРИТА КОМАРОВА** Proof-reader **MARGARITA KOMAROVA**

### Журнал «Дорогое удовольствие» издается в городах:

Барнаул, Благовещенск, Владивосток, Волгоград, Воронеж, Екатеринбург, Иркутск, Казань, Кемерово, Краснодар, Красноярск, Липецк, Москва, Новокузнецк, Новосибирск, Омск, Пенза, Пермь, Ростов-на-Дону, Самара, Санкт-Петербург, Саратов, Сочи, Surgut, Тольятти, Томск, Тюмень, Улан-Удэ, Хабаровск, Челябинск, Алматы (Казахстан)

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

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

Barnaul, Blagoveshchensk, Vladivostok, Volgograd, Voronezh, Ekaterinburg, Irkutsk, Kazan, Kemerovo, Krasnodar, Krasnoyarsk, Lipetsk, Moscow, Novokuznetsk, Novosibirsk, Omsk, Penza, Perm, Rostov-on-Don, Samara, St.Petersburg, Saratov, Sochi, Surgut, Togliatti, Tomsk, Tyumen, Ulan-Ude, Khabarovsk, Chelyabinsk, Almaty (Kazakhstan)

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

Президент Издательского дома «Русская Азия» **ОЛЕГ ГАРЕВСКИХ**  
Исполнительный директор **ИРИНА ТИХАНОВСКАЯ**  
Ассистент Дирекции **ТАТЬЯНА ЛЮБИМОВА**  
Медиаменеджеры **ЯНА МИЛЕНИНА, ВАЛЕРИЯ РЯБОВА**

Адрес: 129085, Москва, 3-й проезд Марьиной Рощи, 40/1, 5 этаж, оф. 501  
tel./fax (495) 617-39-81, welcome@dorogoe.ru, www.dorogoe.ru

President of «Russian Asia» Publishing House **OLEG GAREVSKIKH**  
Executive Director **IRINA TIKHANOVSKAYA**  
Assistant Directorate **TATIANA LYUBIMOVA**  
Media-managers **YANA MILENINA, VALERIA RYABOVA**

Address: 129085, 3-y Maryinoy Roshchi pr-d, 40/1, 5th floor, of. 501, Moscow, Russia



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

Редакция ООО «Медиа пресс 2000» юр. адрес редакции, издателя: 634061, г. Томск, ул. Герцена, 72 б. Главный редактор: Альтмаер Наталья Александровна.  
Отпечатано ООО «Издательский дом «D-Print»», г. Томск, 634061, ул. Герцена, 72 б. Дата выхода из печати 5 мая 2015 года. № 5. Тираж 5 000 экземпляров.

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

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

# БАНКРОТ- СТВО

Что делать, если механизм  
вашего бизнеса остался  
без движущей силы денег.



КОРПОРАТИВНАЯ КОМПАНИЯ  
**БЕЛЯНКО**  
и партнеры

ПРИХОДИТ  
ВРЕМЯ  
ПЛАТИТЬ  
ДЕНЬГИ



**Банк**

- повышает % ставку;
- не выдает новый кредит;
- не выдает банковскую гарантию;
- не продлевает срок возврата кредита.

**Контрагент**

- отключает свет, тепло, газ;
- не поставяет товар;
- не оказывает услуги;
- не платит деньги.

**ИФНС**

- требует уплаты налога;
- проводит проверку;
- привлекает к ответственности.

НАСТУПАЕТ  
БАНКРОТСТВО

То есть риск потери контроля над ситуацией и, как следствие, потеря актива и личная ответственность руководителя по долгам компании.



**Риски компании:**

- арест всего имущества (движимое, недвижимое, продукция, оборудование и т.д.);
- ограничение в пользовании имуществом;
- возбуждение процедуры банкротства;
- потеря управления и контроля;
- бесконтрольная реализация активов;
- оспаривание сделок.

**Ответственность руководителя:**

- имущественная – руководитель/поручитель отвечают всем своим и совместным имуществом супругов по долгам компании;
- административная – дисквалификация, отсутствие возможности быть руководителем новых компаний;
- уголовная – ограничение свободы за преднамеренное, фиктивное банкротство и уклонение от погашения долгов.

БАНКРОТСТВОМ МОЖНО УПРАВЛЯТЬ

**Для компании:**

- возможность пользоваться имуществом;
- оспаривание кредитной задолженности;
- оспаривание комиссий банка;
- контроль над ходом процедуры банкротства;
- контроль над реализацией активов;
- минимизация рисков по оспариванию сделок.

**Для руководителя:**

- прекращение поручительства;
- минимизация рисков по потере личного имущества;
- управление рисками по привлечению к ответственности.



ЕСТЬ 3 ОПЦИИ:

<p><b>1</b></p> <p><b>Сохранение и перемещение актива</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>продолжение пользования имуществом;</li> <li>продолжение деятельности компании в банкротстве;</li> <li>замораживание выплаты % по всем обязательствам;</li> <li>сохранение активов компании;</li> <li>управление рисками по оспариванию сделок сохранения личного имущества;</li> <li>контроль над реализацией имущества;</li> <li>прекращение поручительства, ипотеки;</li> <li>возможность выхода из процедуры банкротства; и другие возможности.</li> </ul> <p>24 – 28 месяцев</p>	<p><b>2</b></p> <p><b>Управляемое банкротство</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>контроль над процедурой банкротства;</li> <li>управление рисками по имущественной и уголовной ответственности собственника;</li> <li>контроль над выявлением признаков преднамеренного либо фиктивного банкротства;</li> <li>контроль над реализацией имущества.</li> </ul> <p>18 – 20 месяцев</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>Скорая ликвидация</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>оперативное проведение процедуры банкротства;</li> <li>списание задолженности компании;</li> <li>управление рисками по имущественной и уголовной ответственности руководителя.</li> </ul> <p>10 – 15 месяцев</p>
--	---	---

# УСПЕШНЫЕ ПРИМЕРЫ:

## Сохранение и перемещение актива

ЗАО «Механизированная колонна №159», г. Томск

(Дело №А67-1265/2011)

В результате проведения процедуры банкротства был сохранен и перемещен актив компании в виде имущественного комплекса из 17 зданий и 2 земельных участков.

## Управляемое банкротство

ООО «Русь» г. Томск

(Дело №А67-880/2013)

В результате осуществления контроля процедуры банкротства была полностью погашена задолженность по заработной плате перед работниками (более 3 млн рублей), осуществлен контроль над реализацией имущества.

## Скорая ликвидация

ООО «Предтеченская мельница», г. Томск

(Дело №А67 – 7804/2013)

Процедура банкротства в отношении должника с суммой кредиторской задолженности в размере более 30 млн рублей была завершена за 12 месяцев.

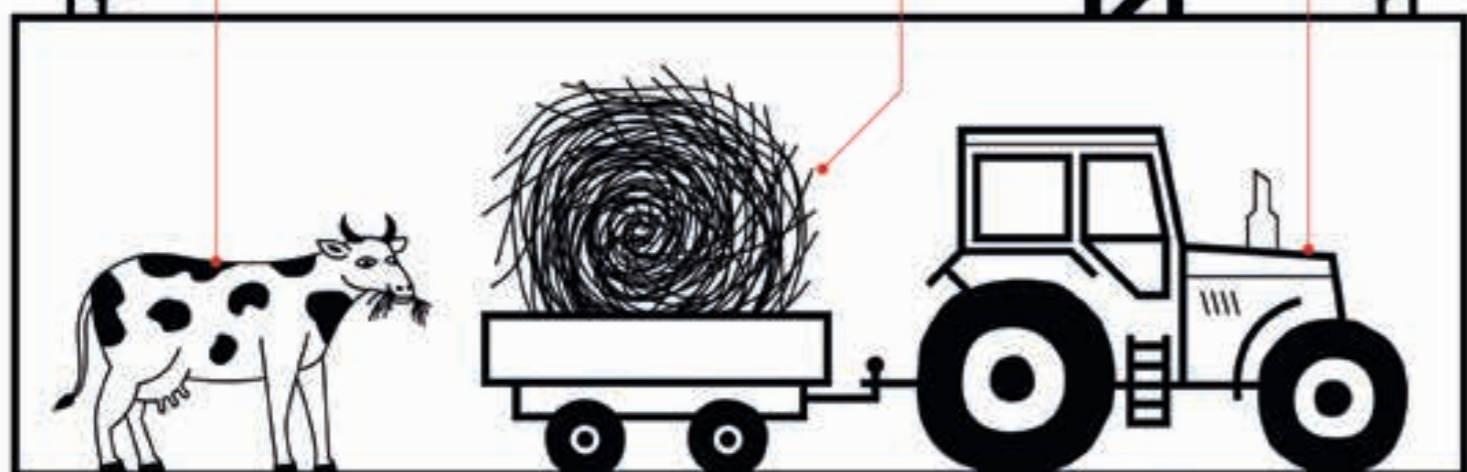
## У нас есть опыт банкротства:

в пищевой промышленности

в строительстве

в сельском хозяйстве

в машиностроении



НАПИШИТЕ НАМ:

[info@belyanko.ru](mailto:info@belyanko.ru)

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

ПОВЗОНИТЕ НАМ:

+7 (3822) 511-437

ул. Трифонова, 22Б, Томск, 634050, Россия

БЕЛЯНКО  
И ПАРТНЕРЫ

Всемирно известный искусствовед, историк моды, коллекционер, декоратор интерьеров, театральные художник, автор популярных книг и статей, лектор и телеведущий

# АЛЕКСАНДР ВАСИЛЬЕВ

С моноспектаклем «Русский стиль в моде»

24  
мая



Большой концертный зал  
Томской областной филармонии  
Начало в 18.00

Приобретайте билеты  
в кассе БКЗ (пл. Ленина, 12 а),  
тел. 51-59-56

Партнеры

А  
ДЖЕЙ ВИ

IMAGE STUDIO  
SEBASTIAN  
PROFESSIONAL

Организаторы

ЖУРНАЛ  
ДОРОГОЕ  
идеальность в моде

MOSAICO  
Event

Александр Васильев



а ресепшене миланского «Марриотта» бородатый хипстер, кажется, британского происхождения, прежде чем поселиться в номер, досконально выясняет, где здесь можно бегать. Ресепшионистка развернула карту, и вместе они прокладывают маршрут до ближайшего парка, где бегать просто «беллссимо».

Мне очень нравится эта позиция: неважно, где ты и в каких обстоятельствах, твои планы не должны нарушаться, цели не должны сбиваться.

Ведь очень часто деловые поездки или просто интенсивный рабочий график мы превращаем в вескую причину для зарубания на корню хороших и полезных начинаний. Некогда. Неудобно. Невозможно.

Мои кумиры — люди, которые прихватывают с собой в поездки кроссовки для бега, очки для плавания или овсяные отруби для завтраков. Люди, которые умеют создать вокруг себя уютную микровселенную, где все живет и функционирует по привычным правилам. Которым ничто не мешает встретить любимыми асанами солнце. У которых на офисном столе есть место любимому сорту чая в правильном чайничке и согревающим душу безделушкам.

Я думаю, тем, кто, как и я, воспитан в аскетичные советские времена, когда отказывать себе учили гораздо надежнее, чем что-то себе позволять, такая позиция может показаться неуместным детским баловством. Но на самом деле все это и есть взрослая позиция. Ведь очень многие взрослые, оставаясь по сути детьми, живут с постоянной обидой, что им чего-то «не дали», «не позволили», «не предложили». А по-настоящему взрослый человек просто берет сам. Точнее, берет на себя ответственность за то, чтобы все было так, как ему хочется.

Да, согласна, ответственность — занудное слово. Зато внутренний ребенок — а он есть в каждом из нас — у ответственного взрослого гораздо счастливее.

**Елена Бальбурова,**

шеф-редактор  
федеральной сети журналов  
«Дорогое удовольствие», Москва  
balburova@dorogoe.ru  
www.facebook.com/balburova



ЕВРОПЕЙСКИЙ ЮВЕЛИРНЫЙ ДОМ STYLE AVENUE ПРЕДСТАВЛЯЕТ  
НОВУЮ ЛИНИЮ «PEONIES» КОЛЛЕКЦИИ JEWELRY GARDEN.

ТОМСК: Ювелирный дом «ЭСТЕТ», пер. Батенькова, 3. Тел. (3822) 51-21-71, 8(923) 411-53-57.

STYLE AVENUE FASHION JEWELLERY  
WWW.STYLE-AVENUE.CZ

«Вот это номер!» — хочется воскликнуть, давая оценку нашему майскому «Дорогому». Честно говоря, я не ожидала, что он будет настолько насыщенным, делая скидку на «особые экономические условия», не совсем позитивные настроения людей и прогнозы финансовых аналитиков. А вот и ничего подобного! В нашем городе произошло столько всего интересного, заслуживающего внимания — и это безумно радует. В этом выпуске такая квинтэссенция новостей из жизни нашего города, что при работе над ним я даже составила свой личный список планов-мест-событий, которые мне захотелось непременно реализовать-посетить-увидеть после сдачи номера в печать. Хочу поблагодарить всех наших рекламодателей за плодотворное сотрудничество, доверие и теплое отношение к «Дорогому удовольствию». Мы это очень ценим и надеемся снова и снова видеть вас на его страницах. Спасибо нашим читателям — они у нас самые стильные, активные, современные! А еще я хочу признаться в любви моей дорогой и любимой редакции и сказать, что горжусь быть частью такой команды!



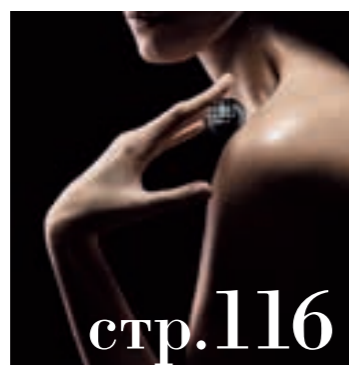
**Наталья Альтмаер,**  
главный редактор журнала  
«Дорогое удовольствие в Томске»  
altmaer@rde.ru

22



Завораживающе взгляд желтые бриллианты, точно осколки разбившегося вдребезги солнца, сладко ранят наши сердца и останавливаться на этом не намерены.

18



стр. 116

стр. 53

Каждый сезон дизайнеры совершают невозможное, доказывая оба постулата. Еще вчера в моде были 50-е, а сегодня, перескочив через десятилетия, нас зовут в эпоху 70-х — с ее бунтами, жадной новизны, идеями любви и мира во всем мире.



146



Perfect Style

БУТИК ИТАЛИАНСКОЙ МУЖСКОЙ И ЖЕНСКОЙ ОДЕЖДЫ, ОБУВИ И АКСЕССУАРОВ

Г. НОВОСИБИРСК, ВОКЗАЛЬНАЯ МАГИСТРАЛЬ, 10, ТЕЛ. 287-33-49,  
WWW.PERFECT-STYLE.IT

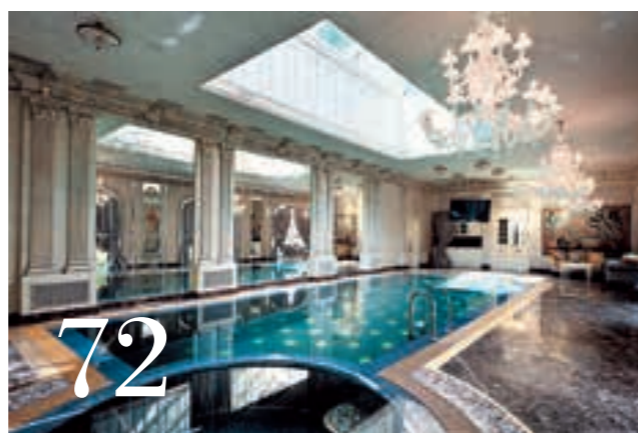
Blumarine



140



16



72

## ФРЕШ

- 10 Письмо редактора
- 24 Самое новое и модное в Томске

## ЛЮДИ

- 36 Лицо с обложки  
*Настасья Самбурская*

120



## LOOK&STYLE

- 46 Имена  
*Бриллианты навсегда*
- 51 Новости
- 52 Тенденции  
*Уйти, чтобы остаться*



52



На обложке: Настасья Самбурская  
 Фото: Николай Темников  
 Стилль: Виктория Манухина  
 Ассистент стилиста: Алина Туманова  
 Прическа: Юлия Горбатова, тренер Paul Mitchell  
 Макияж: Влада Чеснокова, ведущий визажист Bobbi Brown в России и СНГ  
 На Настасье: платье Maje  
 Благодарим отель Ritz Carlton Moscow за помощь в проведении съемки

# НА НАБЕРЕЖНОЙ

## ГАЛЕРЕЯ БУТИКОВ

ул. Набережная реки Ушайки, 4 а



ВСЕМИ ЛЮБИМЫЕ БРЕНДЫ В НОВОМ ФОРМАТЕ!

MOSAICO group

1, 2 этаж

  
 Русский Шар  
 1 этаж



## BODY&BEAUTY

78 Бьюти-правила  
*Летняя сессия*

84 Самое&Новое  
*Взять бронзу*

96 Диета  
*Останемся друзьями*

104 Практика  
*Слизь немедленно!*

## HOME&DESIGN

120 Детали  
*Животный магнетизм*

124 Новости

## FUN&TOYS

132 Отношения  
*5 ошибок первого брака*

136 Вкус жизни  
*Съесть как есть*

## WORLD&TRAVEL

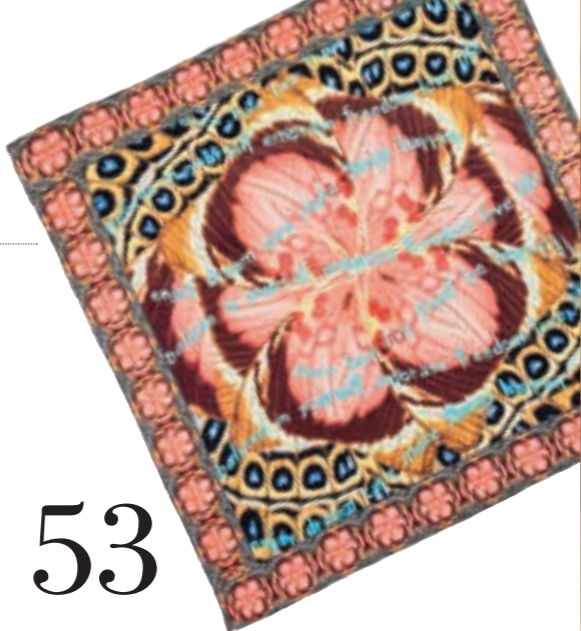
143 Ветер странствий  
*Джибути*

В каждом номере

164 City guide

170 События

184 Модные адреса



53



115



54

76



120

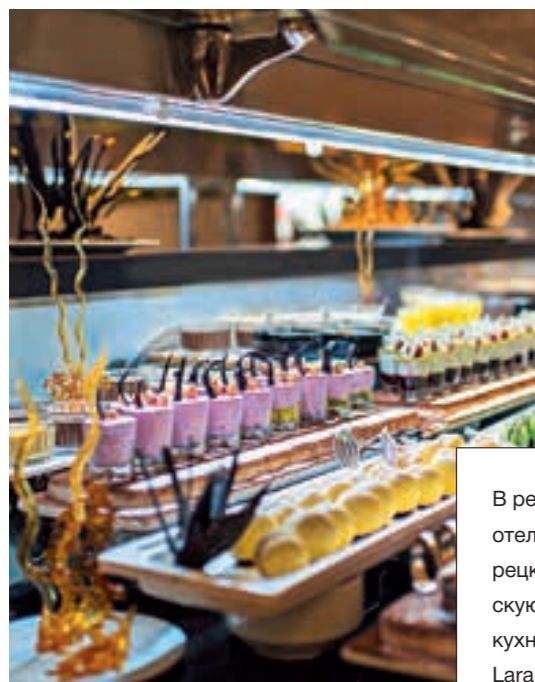
Адвокатский  
**кабинет**  
Ольги Башковой

Уникальный подход  
к решению ваших проблем.

г. Томск, ул. Карла Маркса, 25 (пер. 1905 года, 4), офис 17-1,  
тел. +7-923-414-4488, 30-32-92

# LUXURY HOLIDAY

Отель Aska в модном курортном районе Лара близ Анталии хорош для тех, кто хочет всего и сразу — чистого моря, хорошего шопинга, активной ночной жизни и атмосферы уютного гостеприимного отеля, которая и превращает отпуск в настоящий отдых.



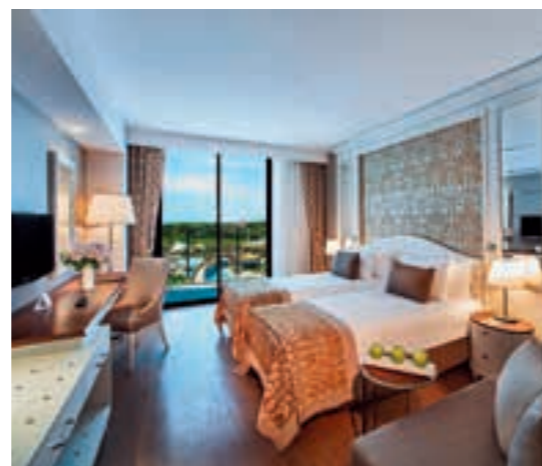
В ресторанах отеля готовят турецкую, итальянскую и азиатскую кухни, а СПА Aska Lara входит в топ-10 спа-салонов Анталии.

## Aska Lara Resort & Spa Турция, Анталия

Новый с иголки отель Aska Lara приобрел поклонников с первого же сезона. Расположившись в модном курортном районе Лара отель сразу привлекает внимание европейски сдержанным архитектурным стилем, подчеркнутым наружной отделкой из натурального дерева. Бесшумные панорамные лифты увозят гостей в уютные номера. А дальше начинается так любимая туристами восточная сказка.

Кухня в отеле демонстрирует высокий уровень, а такое внимание и заботу официантов нечасто встретишь в системе all inclusive. Бассейны расположены на территории отеля, а любителей морских купаний каждые 10 минут шаттл увозит на собственный отельный пляж, территория и оснащение которого по-настоящему впечатляют. Время в пути — ровно три минуты, зато развлечения для самых маленьких, аквапарк, кафе, рестораны, футбольные поля, детские аттракционы и фонтаны занимают гостей, пока солнце не начнет клониться к закату.

По вечерам здорово прогуляться по проспекту Лара — магазины и шопинг-центры находятся здесь в шаговой доступности. А в местный СПА опытные туристы записываются заранее. ♡



Модные украшения из искусственного жемчуга от испанской компании с 30-летней историей MADREPERLA, которая довела до совершенства технику производства жемчуга Майорки.

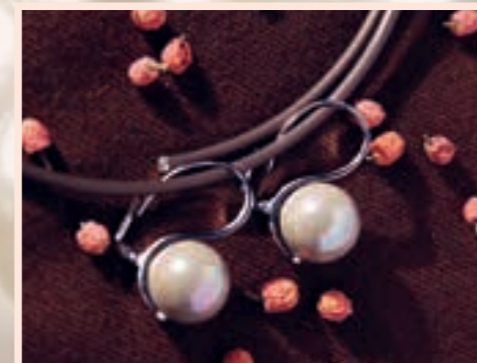
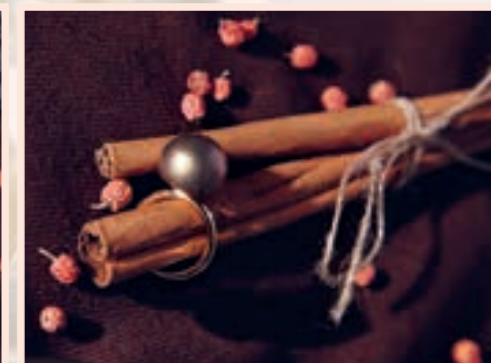


MADREPERLA — это старинные рецепты ремесла, зародившегося на острове в конце XIX века, и новые разработки, позволяющие получить жемчужины, по своим качествам аналогичные натуральным.

Ноу-хау компании — специальный опаловый шар и натуральный перламутр, изготовленный по особому рецепту. Эксклюзивные оригинальные коллекции всегда соответствуют последним тенденциям моды. Помимо жемчуга MADREPERLA в своих коллекциях использует натуральные камни (авантюрин, агат, аметист, кварц, яшму).

**Иль де Франс**  
галерея французской моды

г. Томск, ул. Трифонова, 22,  
тел. 51-21-22

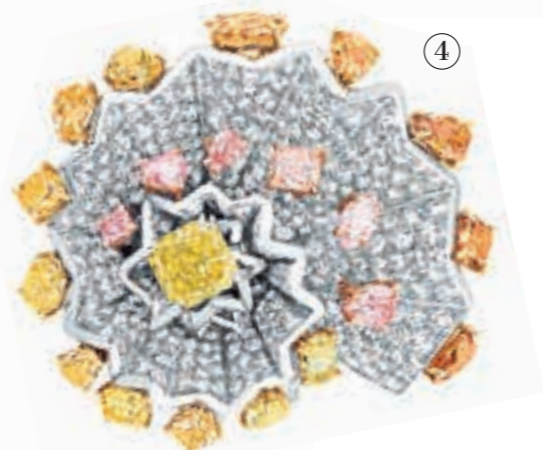


# ЦЕННОСТИ

Завораживающе взгляд  
желтые бриллианты, точно  
осколки разбившегося вдребез-  
ги солнца, сладко ранят наши  
сердца и останавливаться  
на этом не намерены.



## Солнца след



1. Браслет *Carrera y Carrera*, коллекция CIRCULOS DE FUEGO, желтое золото, белые и коньячные бриллианты. 2. Серьги *Bellini Gioielli*, розовое золото, желтые фантазийные бриллианты. 3. Колье *Stephen Webster*, желтое золото, желтые бриллианты. 4. Кольцо *Dior Jewellery Archi*, Verticale Plissee Diamant Jaune, белое, желтое и розовое золото, бриллианты, желтые, оранжевые и розовые бриллианты. 5. Колье *Roberto Coin*, коллекция Carpi Plus, желтое золото, коричневые бриллианты, рубин. 6. Кольцо *Cartier*, коллекция Royal, платина, желтый бриллиант, оникс, бриллианты. 7. Серьги *Bellini Gioielli*, белое золото, белые и желтые фантазийные бриллианты. 8. Кольцо *Messika*, коллекция Glamazone, желтое золото, белый и желтые бриллианты, лимитированная коллекция. 9. Серьги *BVLGARI*, коллекция Flora, белые и желтые бриллианты.

# Perfect Style

Галерея итальянской мужской и женской одежды,  
обуви и аксессуаров

roccobarocco

VERRI

CERRUTI 1881

RED  
VALENTINO

Daniela Drei

EF

ELISABETTA FRANCHI

SCERVINO Street

Blumarine

MISSONI



VERSACE



VERSACE  
COLLECTION

VERSUS  
VERSACE

TRUSSARDI

JOHN

RICHMOND®

СКИДКА 50%\*

\* Скидка предоставляется на все коллекции 2014 года.



г. Новосибирск

Вокзальная магистраль, 10, тел. 287-33-49

часы работы с 10.00 до 21.00

[www.perfect-style.it](http://www.perfect-style.it)



Тренд на яркие аксессуары взял часы под свое крыло! Теперь, глядя на красочные циферблаты и неоновые ремешки, следить за ускользающими минутами совсем не грустно.

# Море позитива

1. **Montblanc** Bohème Date Automatic, розовое золото, бриллианты. 2. **Patek Philippe** Multi-Scale Chronograph Ref. 4675, белое золото, бриллианты. 3. **Girard-Perregaux** Tourbillon with Three Gold Bridges Lady, розовое золото, бриллианты. 4. **OMEGA**, Seamaster Planet Ocean, платина. 5. **Dior** Timerpieces Grand Bal Piece Unique #17, желтое и белое золото, бриллианты, розовые и желтые сапфиры, рубины, опал и перламутр. 6. **Vacheron Constantin** Metiers d'Art Florière, белое и желтое золото, бриллианты. 7. «НИКА», Viva, золото 585.



www.gourji.com

# Gourji

ул. Набережная реки Ушайки, 4 а  
тел. 8-961-098-19-33  
ruskiysharm



2

Туфли **Giuseppe Zanotti Design**



Часы Rêve de Plume  
**Breguet**

3

# ДОРОГИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ

1



Браслет **Pandora**



4

1. Стильная сумочка, туфелька на высоком каблуке, признание «моей прекрасной жене» — браслет **Pandora** с шармами из коллекции «Семейные ценности» без слов расскажет о своей обладательнице. Знаковым элементом в коллекции является кольцо с подвеской в форме ключика из серебра, инкрустированного кубическим цирконием в технике паве.

2. В летнем сезоне **Giuseppe Zanotti Design** воплощает природу в цвете, материале, световых эффектах и рисунках хной, а также в камуфляжных тонах, придающих изящества тканям. Здесь плетения из серебра поднимаются вверх до щиколотки, напоминая цепочки ожерелья, а цветы из кожи питона распускаются на флэтах и босоножках на высоком каблуке.

3. Коллекция Plumes от **Breguet** пополнилась новинкой Rêve de Plume. Для этих часов из розового или белого золота характерно скульптурное изображение пера, которое начинается со сферического декоративного элемента, а циферблат выполнен из гильошированного перламутра. Часы украшены бриллиантами весом более 4 карат.

4. Коллекция изысканных аксессуаров Touch Collection от **Nespresso** подарит незабываемые моменты наслаждения от дегустации кофе. Сочетание глянцевой и матовой керамики отражает дизайн кофемашин Nespresso, в то время как силуэт чашек с элементами из мягкого силикона воплощает культовую форму известных капсул.

5. Аудиосистема BeoSound Moment от **Bang & Olufsen** создана для обеспечения свободы доступа к музыке с инновационной простотой и творческим подходом. Главная особенность — съемная двусторонняя панель управления, обеспечивающая два варианта режима воспроизведения. А функция PatternPlay автоматически запоминает музыкальные предпочтения.

6. Линия Expert of Light — результат разработок лаборатории **Valmont**. Они придают коже сияние, выравнивают тон, борются с пигментацией. Они действуют в клетках-меланоцитах, снижая передачу меланина на уровень эпидермиса. В формуле — молекула ДНК, соединенная с цинком, витамин В3 и отбеливающий компонент гексилрезорцин.

7. **Alexandre. J** представляет два новых аромата из линии The Collector. В основе женского Iris Violet — корень ириса, один из самых дорогостоящих парфюмерных ингредиентов. В сочетании с жасмином, фруктами и ванилью ирис звучит молодо и ярко. Мужской Argentic — современный и изысканный: ладан и кедр в окружении пряностей, мускуса, амбры и розы.

8. Отделка из полированного шпона эбенового дерева, вставки из мрамора и декоративные элементы с изображением головы пантеры — коллекция Panther от **SOHER** продолжает линию мебели в стиле ар-деко. Лакированные поверхности комбинируются вставками из телячьей кожи, цвет и текстуру которой можно выбрать на свой вкус.



Аудиосистема BeoSound Moment,  
**Bang & Olufsen**



6

Мужской аромат  
Alexandre. J Argentic  
и женский аромат  
Alexandre. J Iris Violet



Крем-активатор сияния кожи  
Valmont Expert of Light



## ДЕЙСТВИЕ ПЬЕСЫ «СТАРШИЙ СЫН» ПЕРЕНЕСЛИ В НАШЕ ВРЕМЯ

Создатели спектакля «Старший сын» попытались воплотить такой мир, куда не доносится отголоски суеты большого города, где все люди родные друг другу и куда невозможно попасть, купив билет на обычный поезд... В знаменитой пьесе Вампилова молодые люди, по случайности попадая в чужой дом, оказываются в гуще событий. История, начинаясь с обмана, как ни странно, приводит... к Любви. Спектакль о взаимопонимании, о ранимости светлых людей и об их единственной правоте в этой жизни рекомендован для семейного просмотра — каждое поколение увидит в персонажах себя... В спектакле занят блистательный актерский состав.

**13 мая**

Большой концертный зал филармонии  
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 16 лет

## «Синяя роза» — история о Вечном

Основой спектакля «Синяя роза» в постановке известного режиссера Александра Марина стала знаменитая автобиографическая пьеса американца Тенниси Уильямса «Стеклянный зверинец», которая входит в золотой фонд драматургии. Для участия в своей новой работе постановщик пригласил прекрасных талантливых актеров — звезду российской сцены, блистательную Ольгу Остроумову, Кирилла Сафонова, Ольгу Арнтгольц и Анатолия Смиранина. О нашем стремлении любить близких и неумении их слышать, о наших мечтах, понимании, поисках истины и желании счастья. Счастье — это когда тебя понимают...

**2 июня**

Большой концертный зал филармонии  
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 12 лет



## ИЗБРАННОЕ



**Лариса Гныря,**  
редактор  
светской  
хроники

**Кино «Мордекай», США-Великобритания, реж. Дэвид Кепп, 2015 г.**



Легкий комедийный детективчик с моим любимчиком Джонни Деппом опять в образе Джека Воробья и в окружении крутых актеров: Гвинет Пэлтроу, Оливии Манн, Юана Мак Грегора и др. Все киноэстеты

гарантированно получат удовольствие от незаурядного британского юмора, искрометных диалогов, сюжета с головоломками и ребусами, а все остальные просто увидят харизматичного афериста с изящными усами, длинноногую высокомерную блондинку, слабоумного озабоченного идиота, злобную русскую мафию без водки, балалайки и медведя. Из кучи шлама, который выходит сейчас в кино, «Мордекай» — достойный, яркий и сочный фильм, где можно просто расслабиться и посмеяться!

Для зрителей старше 18 лет

**Кино «Цена человека», Италия-Франция, реж. Паоло Вирдзи, 2013 г.**



Эту неторопливую социальную драму рекомендую смотреть любителям европейских психологических этюдов. Здесь сплошной винегрет — жизнь богатых и не очень богатых людей, приспособившихся

к бизнесу фриков, золотая молодежь, люди искусства, красивые пейзажи озера Комо, холеные лица, красивая музыка. И все это иронично и грустно, так как вы узнаете, что цена человека измерима бумажками и все цинично в нашем мире, где все продается и покупается. Вот такой в целом неординарный фильм.

Для зрителей старше 18 лет

## Классический май в филармонии

**Большой концертный зал филармонии**

**14 мая. Бетховен и вечность. 12+.**

Музыку Л. ван Бетховена и С. Рахманинова исполняют Томский академический симфонический оркестр (главный дирижер и художественный руководитель Ярослав Ткаленко) и Алексей Мельников (фортепиано/Москва).

Начало в 19.00

**28 мая. Закрытие 69-го концертного сезона. 6+**

Томского Академического симфонического оркестра Л. ван Бетховен. Симфония № 9 ре минор. Исполнители: Томский академический симфонический оркестр. Главный дирижер и художественный руководитель Ярослав Ткаленко.

Начало в 19.00

Большой концертный зал филармонии  
пл. Ленина, 12 а,  
тел. 51-59-56

**Органный зал филармонии**

**24 мая. Сокровища времен париков и телевидения. 6+**

В концерте прозвучат шедевры мировой музыкальной культуры — произведения Г. Ф. Генделя, И.С. Баха, А. Веберна, Д. Шостаковича, С. Прокофьева, А. Петрова в исполнении Томского академического симфонического оркестра под руководством Ярослава Ткаленко.

Начало в 12.00

**24 мая. Музыка машин на органе. 12+**

Музыка М. Равеля, С. Прокофьева, А. Онеггера, И. Стравинского, Д. Мийо, Ф. Пуленка, Э. Вилла-Лобоса, Г. Свиридова, А. Петрова, Ч. Айвза, Дж. Кейджа. Исполнители: Мария Блажевич и Дмитрий Ушаков (орган).

Начало в 19.00

Органный зал филармонии  
пр. Ленина, 75, пр. Фрунзе, 2, тел. 51-61-95



Корейская косметика класса «люкс»

# MISSHA

Вы в поисках идеального ухода за кожей?

MISSHA — самый известный бренд в Южной Корее, заслужил отличные оценки во всем мире благодаря высокому качеству косметики.

Вся продукция MISSHA производится на основе новейших научных разработок с использованием натуральных ингредиентов, прошедших проверки на аллергические реакции. Воздействует на уставшую кожу, придавая ей энергию, восстанавливая тонус и эластичность. Нейтрализует образование свободных радикалов и задерживает естественный процесс старения клеток.



Название MISSHA означает «молодая + сексуальная + здоровая + активная!»

Самое время прийти к нам!  
Мы создаем красоту и тем самым вносим радость в жизни наших покупателей!  
Консультация, подбор косметики бесплатно!

Бутик красоты MISSHA VOV,  
ТЦ «Аврора», ул. Гагарина, 7 (1-й этаж);  
ТЦ «Гостиный двор», пр. Ленина, 1,  
тел. 226-056

## Фантастический мир в американском фильме «Земля будущего»

Когда в руки к молодой девушке, жаждущей новых приключений, попадает загадочный предмет, открывающий доступ в параллельную реальность, она вынуждена обратиться за помощью к циничному гению-изобретателю Фрэнку. Кейси должна убедить бывшего вундеркинда раскрыть ей тайну загадочного места, находящегося вне привычной реальности, известного как Земля будущего, и заставить Фрэнка вернуться туда, откуда его однажды изгнали...

С 21 мая

Кинотеатр «КиноМакс»  
ул. Р. Люксембург, 73  
тел. 40-90-20  
kinomax.tomsk.ru  
Для зрителей старше 12 лет



## «18 нам уже!» — юбилей группы «Руки вверх»



«Руки Вверх!» — неугасающая звезда российской сцены, обладатели самых престижных отечественных музыкальных наград, которые не перестают удивлять, радовать и излучать оптимизм. На протяжении многих лет «Руки Вверх!» собирают аншлаги по всей стране, миллионы людей знают, помнят и любят их песни. С первых секунд появления на сцене Сергей Жуков заводит многотысячные залы так, что не петь хором и усидеть на месте просто невозможно.

На протяжении всего концерта будут звучать легендарные хиты, которые вернут в юность поклонников группы и ее солиста. Смело можно утверждать, что это будет не просто рядовой концерт, а потрясающее шоу, которое не обойдется без сюрпризов и спецэффектов.

17 мая

Action-club «Teatro», пр. Фрунзе, 103, тел.: 50-30-86, 213-100  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 12 лет

101 ГОД НАЗАД, В 1914 ГОДУ, В ТОМСКЕ  
В КИНЕМАТОГРАФЕ «ИЛЛЮЗИОН»

прошла демонстрация первого фильма, снятого в нашем городе  
членами Сибирского фотографического общества.

## «Безумный Макс: Дорога ярости» — продолжение спустя 30 лет

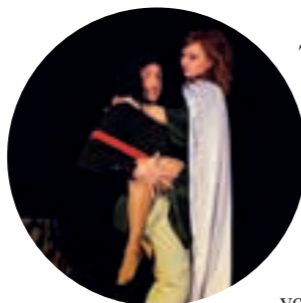
Картина служит интерквелом между событиями первого и второго фильма франшизы. Вскоре после отлучения за смерть жены и сына Макс Рокатански покинул ряды «Основного силового патруля» и уехал в глушь, где скитается в одиночестве, пока мир медленно гибнет вследствие нефтяного кризиса и глобальной войны. Не имея ничего, кроме своей машины «Перехватчик», Макс должен научиться, как выжить в постапокалиптической пустоши и сражаться с жестокими, безжалостными воинами, которые населяют ее.

С 14 мая

Кинотеатр «КиноМакс»  
ул. Р. Люксембург, 73  
тел. 40-90-20  
kinomax.tomsk.ru  
Для зрителей старше 18 лет



## «Любовь на разных языках» — комедия на вечную тему



Три уморительно-комедийных истории, соединенные в одном спектакле. В каждой из них — Мужчина и Женщина, и между ними вечный спор, приправленный национальным колоритом, темпераментом и бытовыми условиями...

16 мая

Драматический театр «Версия», ул. Белинского, 40, тел. 52-75-15  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 16 лет

Давным  
давно

## «Душевные наряды»: проживем, прочувствуем, примерим!

12 апреля в Первом музее славянской мифологии состоялось торжественное открытие выставки традиционного русского костюма из коллекции С. Глебушкина (г. Москва). На выставке представлены костюмы середины XIX — начала XX вв. Посетителей ждет своеобразная «бродилка» по жизни русской красавицы. Мы узнаем, зачем женщине рога и рубашка-намышница, почему до сих пор самое дорогое мы храним в загибашке, а работать можем спустя рукава. Окунуться в историю традиционного костюма гости смогут на всевозможных мастер-классах, практических семинарах и лекциях от ведущих мастеров и этнографов. На выставке будет работать ретро-фотоателье.

До 30 июня

Первый музей славянской мифологии,  
ул. Загорная, 12,  
тел.: 210-333, 527-950  
www.slav-museum.ru  
Без ограничения по возрасту



## Пианист Алексей Мельников с программой «Рояль по-русски»

Алексей Мельников еще во время учебы в школе им. Гнесиных стал дипломантом Международного конкурса пианистов в Афинах и начал гастролировать по городам России. Затем были победы на международных конкурсах в Праге и Москве, поступление в 2008 году в Московскую консерваторию. В 2011 году он стал лауреатом II премии Международного конкурса памяти Веры Лотар-Шевченко, после чего был приглашен принять участие в концертах по городам Франции. 2014-й принес ему победу на Международном конкурсе пианистов в Сан-Марино. В настоящее время Алексей — аспирант Московской консерватории, концертирующий пианист. Выступал в залах Италии, Германии, Японии, Франции.

13 мая

Органный зал филармонии,  
пр. Ленина, 75, пр. Фрунзе, 2,  
тел. 51-61-95  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 12 лет



Ля Рошел  
салон мягкой мебели

Беспружинные ортопедические  
матрасы итальянского  
концерна Magniflex

а также ортопедические матрасы  
собственного производства

Возможность  
выбора форм,  
размеров и  
наполнения!



Срок  
изготовления  
от 3-х дней

г. Томск, ул. Яковлева, д. 23,  
тел. 8 (382-2) 65-76-76, факс 8 (382-2) 65-23-02,  
e-mail: salon@laroshel.com,  
http://www.laroshel.com

## ZAZ

Харизматичная шансонье Изабель Жеффруа или коротко и понятно — ZAZ, приезжает в Россию с новым альбомом, в котором собраны композиции французских шансонье о Париже. В работе над пластинкой принял участие легендарный американский продюсер и композитор Куинси Джонс — тот самый, что сделал альбом Майкла Джексона Thriller.



9, 10 июня

Санкт-Петербург, БКЗ «Октябрьский»,  
Москва, Государственный Кремлевский  
Дворец  
Для аудитории старше 12 лет

## MUSE

20 миллионов копий альбомов, 44 престижных награды и 131 номинация, включая Brit Awards, MTV Europe Music Awards и Grammy. MUSE привозит в Россию новое концертное шоу, которое в Петербурге состоится в рамках юбилейного фестиваля Greenfest. Превращая каждую песню в яркую рок-оперу в миниатюре, музыканты не просто играют концерты, а устраивают масштабные шоу с мощным свето- и видеорядом, признанные одними из самых зрелищных на современной рок-сцене.



19 июня

Москва, стадион «Открытие Арены»

21 июня

Санкт-Петербург, стадион «Петровский»  
Для аудитории старше 18 лет

## В мае «Морозко» можно встретить только в ТЮЗе

Яркая и поучительная постановка по пьесе Николая Коляды «Морозко» никого не оставит равнодушным. Это добрая и остроумная история о безграничных возможностях человеческой доброты, которая дает ответы на многие нелегкие вопросы. Под многочисленные поговорки и прибаутки, сопровождаемые живой музыкой в исполнении ансамбля «Лукоморье» зритель погрузится в знакомую с детства историю, чтобы вновь напомнить себе подзабытую основу основ человеческих взаимоотношений: терпение и труд всё перетрут.

16 и 23

мая



Томский областной театр юного зрителя  
пер. Нахановича, 4, тел. 51-36-55,  
tuz-tomsk.ru  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 7 лет

## «Руководство для желающих жениться»

Сценическая история по коротким одноактным пьесам «Предложение», «Юбилей», «Свадьба», «О вреде табака» и «Медведь» объединила пять известных водевилей А.П. Чехова. Фабула спектакля — в названии: «Руководство для желающих жениться». Перу автора принадлежит одноименная статья, в которой он дает (кто знает, в шутку или всерьез) рекомендации для мужчин, решивших найти или хотя бы искать свое счастье в браке. Зрителям предложено проследовать за чеховскими персонажами и с иронией отнестись к собственным жизненным перипетиям.

20 мая

Томский областной театр юного зрителя  
пер. Нахановича, 4, тел. 51-36-55,  
tuz-tomsk.ru  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 16 лет



## Иллюзия или жизнь?..

Театр приглашает зрителей, знакомых с чувством любви, посетить один из самых популярных спектаклей репертуара — «Ночь Святого Валентина» известного мастера лирической пьесы Александра Марданя. Каждому человеку необходимо чувствовать себя нужным и любимым. И в праздник Святого Валентина, покровителя всех влюбленных, это желание становится основным мотивом мыслей и поступков героев спектакля. В жизни производящей впечатление благополучной обеспеченной семьи есть всё... однако нет самого главного. Все их попытки выйти из порочного круга построенных на лжи отношений терпят неудачу. Жизнь со временем приобретает иллюзорные черты, но в ночь Святого Валентина все меняется...

21 мая

Томский областной театр юного зрителя  
пер. Нахановича, 4, тел. 51-36-55,  
tuz-tomsk.ru  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 16 лет



## Психологический триллер «Криминальный квинтет» в постановке Веры Тютриной

Два голливудских писателя давно уже работают в соавторстве. Один очень талантлив, другой — не очень, зато злоупотребляет алкоголем. Первый больше не хочет работать со вторым, второй знает, как его удержать. Этот творческий тандем может разрушить только смерть, и они к такой развязке готовы. Вместе с тем не стоит рассчитывать на легкую разгадку, ведь в настоящем хорошем детективе развязка всегда обманывает ожидания зрителя, а великолепно закрученная интрига не дает расслабиться ни на минуту.

15 мая

Драматический театр «Версия»  
ул. Белинского, 40, тел. 52-75-15  
Начало в 19.00  
Для зрителей старше 16 лет



## Уроки ткачества

В конце мая Первый музей славянской мифологии приглашает на авторский мастер-класс по ткачеству известной в Томске кукольницы Ольги Овчинниковой на настольном ткацком станке.

30, 31 мая

Первый музей славянской мифологии,  
ул. Загорная, 12, тел.: 52-79-50, 210-333  
Для аудитории старше 6 лет



## Фестиваль «Премьеры сезона» в Театре драмы

### Основная сцена

14 мая. И. Огилви. Мой дом — твой дом!  
18+  
Криминальная комедия в двух частях  
Начало в 19.00

15 мая. М. Агеев. Роман с кокаином 18+  
В одном действии  
Начало в 19.00

### Закрытие фестиваля

16 мая. А. Островский. Лариса и купцы.  
18+  
Русский вестерн в двух действиях  
Начало в 18.00

### Малая сцена

15 мая. Э. Соболев. Четыре окна. 12+  
Этюды о любви в пространстве музыки и жеста  
Начало в 15.00

17 мая. С. Злотников. Пришел мужчина к женщине. 18+  
Лирическая комедия в двух действиях  
Начало в 15.00

Томский областной театр драмы  
пл. Ленина, 4, тел. 51-29-04

**BÖWE**  
немецкие химчистки

ХИМЧИСТКА  
ПРАЧЕЧНАЯ  
РЕМОНТ ОБУВИ



Компания Dabigi Work Group, организатор и владелец проекта «Самая Танцевальная Школа», в этом году показывает максимальный рост! На текущий момент территория охвата достигла ровно половины страны.

«И это еще не предел!» — говорит один из учредителей проекта «СТШ» Александр Фатерин.

## Семь Золотых Статуэток для семи «Самых Танцевальных Школ»!

*Сибирский Федеральный Округ выбирает «Самые Танцевальные Школы».*

— Саша, давай начнем с того, какие города в этом году будут выбирать у себя самые танцевальные школы?

— На данный момент это Забайкальский край (Чита, Улан-Удэ, Иркутск), Сибирский федеральный округ без изменений (Томск, Кемерово, Новокузнецк, Барнаул, Новосибирск, Красноярск, Омск), Уральский федеральный округ (Екатеринбург, Тюмень, Челябинск, Курган, Пермь, Уфа) и самый большой по количеству городов-участников Приволжский федеральный округ порадует нашим проектом школьники Ижевска, Набережных Челнов, Казани, Нижнего Новгорода, Чебоксар, Ульяновск, Самары, Тольятти, Саранска, Пензы и Саратова! В итоге получается 27 городов на этот год!

— По какому принципу выбираются новые территории? Есть какой-то план или приоритеты?

— Нет, приоритетов никаких нет, точную схему нашей



работы я рассказать не могу, так как работали мы над ней очень долго и тщательно, это наш ценный труд! Не раз говорил, что мы только три года тестировали проект у нас в Томске, выбирая идеальные схемы проведения и условия, чтобы быть готовыми пустить его в регионы! На данный момент считаем, что наш конкурс — однозначно самый

массовый в своем роде, тут никто с нами не поспорит, он молодежный, очень модный и современный! Мы старались совместить в нем все, чего не хватает и что отсутствует на подобных мероприятиях! И у нас это прекрасно получилось!

— А что за золотые статуэтки? Расскажи об этом! Это вы образно так говорите или шутите?

— Да никаких шуток тут нет! Это как раз еще один пункт, который отсутствует на всех подобных проектах. Статуэтка покрыта настоящим золотом 999-й пробы, что подтверждают все сопутствующие документы, и изображает из себя танцора, стоящего на голове. Дизайн ее сделан в современном стиле, это ручная работа, выполненная по заказу у известного скульптора, после чего покрыта золотом в известной ювелирной мастерской.

Конечно, в первую очередь надо сказать, что это дорого, и не все конкурсы могут позволить себе сделать подобное, но мы, еще раз повторюсь, вкладываем большие средства и силы, для нас многие действия очень затратны и зачастую убыточны. Мы делаем это, прежде всего, для нашего



### «САМАЯ ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ШКОЛА»

всероссийский фестиваль-конкурс, который проводится среди всех общеобразовательных учреждений города. На сегодняшний день является самым крупным по количеству участников и призовому фонду в России! 500 тысяч рублей — главный приз этого танцевального проекта, кроме того включает премии учителям и руководителям команд. Проект является непрофессиональным, поэтому допускает к участию ребят абсолютно любых возрастов от 1 до 11 классов, сборных школ или готовых коллективов от своих учреждений!

имиджа, для статуса проекта! Более того, мы разыгрываем полмиллиона рублей на первые 10 призовых мест в каждом городе — попробуйте, найдите подобный приз в других конкурсах! Школы также рвутся занять первое место и стать обладателем золотой статуэтки — это что-то типа Оскара!

Ну и конечно же, хочется сказать, что команды, школы-участники в первую очередь борются за самое главное — за признание! Никакие денежные призы, никакие статуэтки, дипломы и благодарственные письма не заменят ребятам ощущения того, что ты — лучший!

Все города переписываются между собой в интернете! Посмотрите, что творится «ВКонтакте» в группах «СТШ» — каждая уже насчитывает более 10 тысяч участников! 24 часа в сутки идет голосование, фотоотчеты, обсуждения и т.д. Это целое танцевальное течение, отдельный мир, где живут школы, где протекает весь их учебно-танцевальный год! Каждый день куча комментариев, слов поддержки своим командам, переживаний, слез, эмоций! Как вы думаете,

есть для них что-то важнее, чем стать лучшими, чтобы все признавали их и преклонялись перед ними? Конечно, нет!

— *Как вы справляетесь с таким большим объемом работы? Столько городов... Какое количество сотрудников в Dabigi Work Group? У вас команды в каждом городе?*

На данный момент считаем, что наш КОНКУРС — однозначно самый массовый в своем роде, тут никто с нами не поспорит, он молодежный, очень МОДНЫЙ и современный!



г. Новокузнецк



г. Новокузнецк



г. Кемерово



г. Кемерово



г. Красноярск



г. Омск



г. Омск



г. Красноярск

— Ну, вот опять спрашиваете схему работы конкурса. (Смеется.) Конечно, я не могу вам ее рассказать! Скажу так: мы очень серьезно относимся к выбору людей, которые работают у нас! Как правило, до момента вступления в нашу команду мы проверяем их различными ситуациями, пока они находятся на стажировке, тестируем, если так можно сказать, блефуем, импровизируем... Смотрим, как себя они поведут в различных ситуациях, насколько они честны, добры, профессиональны, а самое главное — насколько развиты педагогически, это очень важно, так как мы работаем с молодежью, с детьми! Уметь прыгать сальто — этого недостаточно. Я думаю, вы понимаете, о чем я....

— *«Насколько честны» — это вы имеете в виду финансовую составляющую?*

— Конечно, проверить денежную честность у человека проще всего, наверное. Я считаю, что деньги — это очень сильная энергия, она должна быть в первую очередь заслужена вами, только тогда вы сможете ею управлять! И если вы забрали что-то чужое, обманули, скрыли... Бесполезно...

Вселенная (энергия) все равно у вас заберет это обратно, потому что это не ваше и не заработано вашей головой! Так что, если у вас все хорошо, дела идут отлично, вокруг любящие и близкие люди и все здорово, значит, вы отмечены и вы на правильном пути! Я, по крайней мере, все то, что сказал выше, беру для себя за основное правило и стараюсь как можно быстрее прийти к этому знаменателю. Делайте больше добра! Вот это и есть, точно вам скажу, победа!

Мы разыгрываем ПОЛМИЛЛИОНА рублей на первые 10 призовых мест в каждом городе — попробуйте, найдите подобный ПРИЗ в других конкурсах!

Это целое танцевальное  
ТЕЧЕНИЕ, отдельный  
мир, где живут  
ШКОЛЫ, где протекает  
весь их учебно-  
ТАНЦЕВАЛЬНЫЙ  
ГОД!



г. Томск



г. Барнаул



г. Томск

### КОРОТКО О КОНКУРСЕ

Всероссийский конкурс «Самая Танцевальная Школа» организован компанией Dabigi Work Group при поддержке административных ресурсов городов-участников, меценатов и генеральных партнеров! «СТШ» — это глобальный танцевальный проект с огромным призовым фондом ПОЛМИЛЛИОНА рублей! Конкурс проводится среди всех общеобразовательных учреждений города и собирает более 45 тысяч участников и болельщиков в течение всего танцевального сезона!



г. Барнаул

Я верю, что все СИЛЫ  
и средства, которые мы  
вложили, и те, которые еще  
предстоит ВЛОЖИТЬ  
в наш проект, полностью  
себя ОПРАВДАЮТ!



г. Новосибирск



г. Новосибирск

Ну, а что касается организации конкурса... Почему я так скептически и не хочу все рассказывать? Потому что это наши мозоли, огромный труд... Вы не представляете, сколько раз мы наступали на грабли: то одно не так, то другое, а надо, чтобы все было как по струнке — к нам же идут люди на конкурсе, и их много! Чуть какой затор или какая-то проблема — тут же надо сразу взять все под контроль! Не так просто это все, поверьте...

— Хочется сказать, что когда мы пришли к вам на конкурс, а первый раз у нас это был Новокузнецк и мы заходили целой делегацией с представителями управления образования, СМИ, жюри и т.д., практически одновременно, хором все сказали разные фразы, но они были одинаковы по значению (ого-го, караул, да у вас ажиотаж и т.д.) На секунду нам показалось, что мы пришли на концерт Филипа Киркорова! Как вам удастся руководить такими массами, столько школьников, родителей... Я просто удивляюсь. Полторы тысячи человек, и зал до отказа. У вас наверно точно работают профессионалы своего дела...

— Работаем, как и все другие люди в этом мире, которые организуют такие мероприятия! Очень много сил тратим на все, вы даже себе представить не можете! Меня постоянно нет в городе, вечные командировки! Хорошо, что жена у меня молодец, просто умница, все понимает и поддерживает, как может. Многие не раз говорили мне: «Саша, да хватит уже, сделал в Сибири конкурс — и молодец, сиди на заднем месте ровно и наслаждайся жизнью. Куда ты бежишь, что за гонка вооружений?». Но я пока не готов останавливаться, сейчас все силы брошены в новые регионы и округа, а вы не представляете, сколько нужно хотя бы даже просто денежных вложений, чтобы зайти в один город, не

Команды в первую очередь  
борются за ПРИЗНАНИЕ!  
Никакие денежные призы,  
никакие статуэтки, дипломы и  
благодарственные письма не  
заменят ребятам ощущения  
того, что ты — ЛУЧШИЙ!

говоря уже о затраченном времени! Но я верю, что все силы и средства, которые мы вложили, и те, которые еще предстоит вложить в наш проект, полностью себя оправдают! И та цель, которую мы преследуем, а это — не деньги, хотя многие, наверное, думают именно так, будет достигнута! Тогда я с твердой уверенностью скажу вам, что это победа!

*Известность, обрушившаяся на выпускницу ГИТИСа, актрису театра на Малой Бронной, а ныне звезду «Универа», могла бы, что называется, вскружить голову. Но Настасья — боец по натуре. К тому же девушка с ясным и отчетливым видением реальности. Может быть, даже слишком отчетливым для человека творческой профессии.*

Интервью: Лена Бальбурова. Фото: Николай Темников



Платье *MaJe*  
Браслет *Marc Cain*

# ДЕВУШКА НА РОЛЬ СУПЕРГЕРОЯ

**В** поисковице Настасья Самбурская давно уже опередила ностальгическую Настасью Кински и классическую Настасью Филипповну. Прожив несколько часов в образах, предложенных нашим стилистом, Настасья надевает джинсы, затягивает хвостик на затылке и тут же, экспромтом отснявшись на фоне огромной плазмы, где по стечению обстоятельств идет «Универ», выкладывает смешное коротенькое видео с собой «и там, и здесь» в Инстаграм. Она энергична и самостоятельна, иронична по отношению к себе и откровенна настолько, что иногда спохватывается, прикрывая рот ладошкой. У нее есть та детская непосредственность, которая так хороша для актрисы и которая, сохранившись с годами, делает взрослую женщину неотразимой.

— Расскажи, откуда твое необычное имя?

— У меня папа поляк, вот и назвали Настасьей.

— Ты из актерской семьи?

— Нет. Я девочка из глухой-глухой провинции, родилась под Питером, а жила всю жизнь в Саратовской области. В Москву приехала в 16 лет.

— Почему ты решила, что тебе надо на сцену?

— Если честно, в детстве я не мечтала быть актрисой и вообще не знала, что на актеров учат! Я думала, что ты просто идешь по улице, а тебя останавливают и говорят: девочка, хочешь сняться в кино? И ты просто идешь и играешь. А стать артисткой я решила, когда узнала, сколько успешные артисты зарабатывают. Для меня, провинциальной девочки, цифра была запредельная. И я поняла — я тоже хочу! Что я, не смогу что ли? На вступительных я видела детей, которые переживали, плакали. А я просто знала, что буду там учиться, у меня даже не было мысли, что я не поступлю.

— Поступила с первого раза?

— Да, в школу-студию МХАТ, откуда меня выгнали через полгода. Мой педагог Константин Аркадьевич Райкин сказал мне: «Актриса ты хорошая. Но не моя». Я пролила слезы и через полгода поступила в ГИТИС, который благополучно окончила.

— Ну и как, оправдалось дело в смысле актерских заработков?

— Нет, куда там! Но сейчас для меня это уже и не важно. Я еще на первом курсе прониклась профессией, поняла, что это совершенно особый путь. И очень тяжелый труд. Бывали периоды, когда у меня по полгода вообще не было выходных. Театр, съемки «Универа», съемки проекта «Верни мою любовь» в Киеве, телепрограммы «Я права», где я была ведущей. Это изматывающий ритм. Ты устаешь настолько, что падаешь без сил, но при этом от нервного перенапряжения не можешь уснуть! Говорят же, что первую половину жизни мы тратим на то, чтобы угробить свое здоровье, а вторую — на то, чтобы его восстанавливать. Вот у меня, похоже, так и происходит. Зато я сама купила себе машину. И квартиру в Москве купила. Пусть она маленькая, но моя, моя!



Накидка *Uterque*  
Брюки *Atos Lombardini*  
Клатч *Jimmy Choo*



— У тебя в твиттере есть призыв: **выбирай самый трудный путь, там меньше всего конкурентов. Насколько я знаю, ты довольно серьезно качаешься? Это и есть твой «трудный путь» — занять пустующую у нас нишу атлетичной актрисы?**

— Да, потому что это действительно сложно. Это работа не на один день и не на один месяц. Это длинная история, и я очень этим увлечена сейчас.

— **Интересно, почему именно качалка? С чего все началось?**

— Вообще я не спортсменка. Но когда мне предложили роль в фильме «Женщины против мужчин», съемки на Кубе и очень много сцен в купальниках, стало очевидно, что нужно быть в идеальной форме. И я начала заниматься в Москве, потом продолжила каждый день ходить в зал на Кубе, во время съемок. В общем, подседа на спорт — не могу остановиться.

— **А есть уже предложения в кино на такую вот роль женщины-супергероя?**

— Пока нет, но вдруг? Вдруг будут искать такую артистку — а тут я! Я этого очень хочу, это моя мечта. Я не могу написать сама для себя сценарий и спродюсировать фильм, но кто-то должен это сделать. Не зря же я занимаюсь!

В советские **ВРЕМЕНА** с пьющими актерами почему-то **ВОЗИЛИСЬ**, приводили в чувства и **«ВЫНОСИЛИ»** на сцену к спектаклю. Сейчас не так. Если в тебе **СОМНЕВАЮТСЯ**, если знают, что ты можешь подвести, тебя просто снимут с роли и **ОТДАДУТ** ее кому-то другому, более **НАДЕЖНОМУ**. Незаменимых нет. Есть неповторимые, это да. Но заменить **МОЖНО ЛЮБОГО**.

— **Настасья, а ты не боишься, что «накачанность» помешает твоему нынешнему амплу?**

— Я не стремлюсь раскачаться. Хочу, чтобы тело было в тонусе и был рельеф. Я не одержима качалкой. В первую очередь я все-таки актриса. В Инстаграме я читаю тысячи комментариев: «Прекрати!», «Да ты как мужик!». Но минуточку, это мое тело, и я сама решаю, как мне с ним обходиться. Меня эти комментарии просто выводят из себя.

— **Ну, такова участь публичного человека в соцсетях. Каждый имеет право что-нибудь сказать.**

— Это очень неправильно! В соцсетях люди почему-то считают, что они имеют полное право лезть в чужую жизнь и общаться со мной как с девчонкой-подружкой, студенткой из общаги. А я не девчонка и не студентка. Я взрослая женщина

вообще-то. В общем, хаос какой-то в мире, и меня это очень удручает. Но многие, к счастью, меня любят и поддерживают.

— **У тебя много поклонников?**

— Много.

— **Сколько лет ты в «Универе»?**

— Уже три года.

— **Как ты попала в этот проект?**

— В результате кастинга, как же еще. Нас троих выбрали из полутора тысяч девочек. Причем попробовалась я в первый раз не очень удачно, но меня позвали снова, потому что я подходила по внешним данным. Кастинги шли два месяца. Пока определился нынешний состав, через меня столько Ян прошло и Маш!

— **Сколько дней снимается одна серия?**

— Мы снимаем не сериями, а сценами. Получается, что за 12-часовой съемочный день снимается 8 минут готового материала.

— **Как ты тексты успеваешь учить?**

— Зачитываю с вечера, учу, пока сижу на гриме. Но такие тексты не нужно держать в памяти. Бывает, что приходится

переснять сцену, а я уже не помню, что говорила полчаса назад! В отличие от театральных ролей, которые запоминаешь на всю жизнь.

— **Ты актриса театра на Малой Бронной, какие у тебя роли и какая из них любимая?**

— В театре на Малой Бронной я играю в комедии «Почтигород» такую смешную шепелявую девчонку. В спектакле «Формалин» — роль совсем другого плана. Недавно я так прочла свой монолог, что зал аплодировал. Это я не к тому говорю, что я такая супервеликая артистка, нет! Просто хочу поделиться впечатлениями, как же это здорово, когда полный зал аплодирует именно тебе. Это вам не кино. Ты выдал на сцене все, что мог, и понимаешь, что не зря. Это непередаваемо... После такого жить хочется!

**Стиль:** Виктория Манухина  
**Ассистент стилиста:** Алина Туманова  
**Макияж:** Влада Чеснокова, ведущий визажист Bobbi Brown в России и СНГ  
**Прическа:** Юлия Горбатова, тренер Paul Mitchell

Благодарим за помощь в проведении съемки отель The Ritz-Carlton Moscow



А сейчас мы начинаем репетировать новый спектакль с Егором Дружининым по «Яме» Куприна. Мне дали роль Тамары, это один из главных персонажей. У меня нет серьезной хореографической базы, но Егор сказал, что для него главное, чтобы из артистки «было что доставать». А уж порядок движений я у него за полгода выучу. Этот жанр мне очень интересен. Я уже и пела на сцене, и играла, но еще не танцевала. У меня огромное желание выложиться по максимуму, это ведь, в конце концов, главная роль!

— В апреле на экраны вышла картина «Мужчины против женщин», где у тебя тоже одна из главных ролей. А скажи, какая кинопреьера в последнее время произвела на тебя самое сильное впечатление?

— «Бердмен». Это настолько актуальная для меня тема: артист, который сыграл одну звездную роль и свихнулся на этом. Вообще — театральная жизнь, закулисные передеряги... Все это очень понятно, знакомо.

— Еще относительно недавно на одном из концертов Comedy Club Гарик и Паша тебе подыскивали жениха в зале, было такое? А теперь, насколько я знаю, ты замужем?

— Нет, я не замужем! А на Comedy замуж меня выдавать — это уже просто традицией стало! Действительно, были такие планы, но до ЗАГСа мы так и не дошли, а наоборот расстались.

— Скажи, что ты считаешь своим самым большим достижением на сегодняшний день?

— Почти миллион подписчиков в Инстаграме! (смеется) Это шутка, конечно. Я считаю своим достижением то, что в какие-то сложные моменты не сдаюсь, продолжала верить в себя и в итоге вышла на тот, как мне кажется, верный путь, по которому мне предстоит еще очень долго идти. Главное — что я его нашла и никуда с него теперь не сверну.

— Найми свой путь — это и правда главное в жизни. А что ты там говорила про Instagram?

— У меня в самом деле уже больше восьмисот тысяч подписчиков на @samburskaya\_fun. Вот, смотрите, за то время, что мы с вами разговаривали, еще тысяча прибавилась! Меня это уже начинает немного пугать! (смеется)

# LOOK

& Style\*

## КУРС НА ЛЕТО

В коллекции российского бренда Chobi появились новые аксессуары и модели головных уборов, которые обещают стать настоящими хитами летнего сезона. Например, ультрамодные панамки в розовую или голубую клетку, декорированные цветком. А собираясь в путешествие с детьми, мамы по достоинству оценят новые круизные шляпы для мальчиков и девочек, которые легко складываются в чемодане и не теряют форму. [www.chobi.ru](http://www.chobi.ru)



\* «ОБРАЗ И СТИЛЬ»

# Fashion-Forum



Софья Колесникова в платье Valentino

Поздравляем любимых клиентов с майскими праздниками! Пусть эти дни пройдут душевно и ярко! А мы подготовили для вас очередной список нарядов из новых коллекций, которые легко впишутся в гардероб, будут отлично сочетаться с остальными вещами и расставят яркие акценты в вашем образе!



г. Томск, пр. Фрунзе, 90, тел. (83822) 26-05-40, тел./факс (83822) 26-62-94, www.forum-store.ru



Иллюстрация из книги Джейсона Брукса «Парижский альбом»



**Куртка Brunello Cucinelli, цена по запросу.**

Коричневая замшевая куртка составит гармоничный ансамбль с другими предметами одежды и обуви различной стилистики или цветовой принадлежности. К достоинствам замши следует отнести непромокаемость и вентилируемость. Материал хорошей выделки обладает уникальной бархатистой текстурой и мягкостью, позволяющей импозантно обогатить фигуру.

**Джинсы Brunello Cucinelli, 26 500 руб.**

Белая сорочка с расслабленными джинсами, жилетом и не очень строгими ботинками — модный лук от Brunello Cucinelli.



**Туфли Santoni, 22 900 руб.**

Замшевые лоферы с кисточками — это та обувь, которую вы можете надеть на любое мероприятие и почти под любой ансамбль, и она будет к месту. Это и стало одной из причин, по которой лоферы с кисточками стали все более и более популярными за последние несколько лет.



**Сорочка Brunello Cucinelli, 25 900 руб.**

Мужскую рубашку в клетку можно одеть с костюмом, под пиджак, с джинсами, с шортами. Клетчатую рубашку можно носить и навывпуск, и заправленную. Это безусловный хит, ставший классикой.



**Бомбер Roberto Cavalli, 50 000 руб.**

Нежный белый бомбер, усыпанный цветами, превратит вас в Фею.

**Косметичка Botega Venetta, 34 000 руб.**

Легендарная плетеная косметичка, представлена в нашем бутике в двух цветах (в желтом и коричневом). Успевайте!



**Юбка Red Valentino, 31 900 руб.**

Вот уже несколько сезонов юбки-плиссе занимают достойные места в рейтингах must-have глянцевого журнала. Короткая золотая плиссированная юбка найдет свое место в гардеробе стильной красавицы.

**Брюки Patrizia Pepe, 12 700 руб.**

Любительницы эпатажных модных образов обязательно оценят серебряные брюки из экокожи от Patrizia Pepe. В них вы будете звездой на любой клубной вечеринке!



**Куртка Blugirl, 45 800 руб.**

Синий бомбер с цветочным принтом выгодно подчеркнет талию. Легко справиться с ролью джинсовой куртки.

**Джинсы Etro, 26 500 руб.**

Красные джинсы однозначно придется по душе уверенным в себе и смелым девушкам. Помните, что красные джинсы — это центральная часть вашего ансамбля. Все остальные его детали должны приглушать ее.



**Блузка, брюки Patrizia Pepe, 17 900 руб., 16 900 руб.**

Шелковый костюм, украшенный ромашками, сделает ваш день нежным и романтичным. Хорошо сочетается как с лодочками, так и с сандалиями.



Екатерина Быстрицкая в платье Pinko

**ЕКАТЕРИНА БЫСТРИЦКАЯ:** У многих весна и лето ассоциируются с полосатыми платьями, рубашками и брюками! Нельзя представить лето без образов в морском стиле. Полоска удачно сочетается с принтами в горошек и цветочными узорами. Этот принт давно завоевал сердца миллионов модниц по всему миру.

Майли Сайрус



Хайди Клум



Клаудия Шиффер

**Пояс Roberto Cavalli, 11 800 руб.**

Для тех, кто любит использовать шелковые платки как пояс, будь то платье или брюки, придется по вкусу плетеный шелковый ремень с золотой фурнитурой от Roberto Cavalli.



**Брюки Etro, 41 500 руб.**

Брюки пижамного стиля хоть и схожи с одеждой для сна, но смотрятся очень гламурно и неординарно.



**Туфли Casadei, 34 600 руб.**

Сегодня яркая обувь — это особенный тренд. Лодочки цвета фуксии отлично сочетаются с платьем нежных тонов, в комплекте с маленьким аксессуаром того же цвета (платок, клатч, помада или лак для ногтей).



**#KolesnikovaStyle — новый хештэг, по которому вы найдете рекомендации по стилю, модные луки и информацию о новых коллекциях от Софьи Колесниковой.**

Модный тренкот — красивая и функциональная вещь, которую необходимо иметь в гардеробе каждой девушке. Практичная и элегантная, она прочно заняла свои позиции в гардеробах стильных девушек.



Егор и Софья Колесниковы с любимой командой КВН «Максимум» в модном Forum multibrand store

Инстаграм forum\_multibrand\_store всегда вместе со своими клиентами. Стильные девушки Томска в нарядах от нашего бутика.



Прекрасная @dianapotarova в блузке Pinko



Очаровательная @dianapotarova в платье Red Valentino



Шикарная @a\_arina\_ в купальнике Lora Grig

Мы, девушки, существа эмоциональные. Одежда сильно влияет на наше душевное состояние. Если, отправляясь на свидание, на фотосессию, в аэропорт, на детский праздник, вы выглядите прекрасно, чувствуете себя нарядной и ухоженной, день пройдет прекрасно! Четыре варианта весенних комплектов для радостных событий от любимого бутика.

На свидание 🌹👩🏻👤👗👠



Платье **Roberto Cavalli**,  
32 500 руб.  
Куртка **Red Valentino**,  
46 500 руб.  
Босоножки **Patrizia Pepe**,  
17 800 руб.  
Цепочка **Patrizia Pepe**,  
6 300 руб.  
Очки **Prada**,  
16 500 руб.



На детский праздник 🎈👧👦👗



Джемпер **Blugirl**,  
32 900 руб.  
Юбка **Blugirl**,  
19 900 руб.  
Куртка **Patrizia Pepe**,  
37 600 руб.  
Лодочки **Casadei**,  
34 600 руб.  
Свеча **Etro**,  
3 500 руб.  
Рамочка **Etro**,  
3 400 руб.

В аэропорт ✈️🇺🇸☕



Сорочка **Etro**,  
21 500 руб.  
Юбка **Etro**,  
32 700 руб.  
Куртка **Patrizia Pepe**,  
47 000 руб.  
Лоуферы **Sergio Rossi**,  
32 500 руб.  
Очки **Ray Ban**,  
9 700 руб.  
Подвеска **Roberto Cavalli**,  
13 300 руб.



Софья Колесникова  
@Forum\_multibrand\_store Instagram



На фотосессию 🌸👩🏻👤👗📷



Кардиган **Blugirl**,  
31 000 руб.  
Юбка **Blugirl**,  
22 000 руб.  
Куртка **Pinko**,  
29 000 руб.  
Туфли **Sergio Rossi**,  
30 900 руб.  
Духи **Etro**,  
8 900 руб.  
Колготки **Lora Grig**,  
600 руб.





*Песня Ширли Бэсси Diamonds are forever могла бы стать не только саундтреком к одной из частей бондианы, но и гимном Damiani — ювелирного дома, который не просто допускает, а приветствует дуэт благородных камней и рваных джинсов. Бриллианты навсегда!*

Текст: Юлия Большакова

# Бриллианты навсегда



Вид этого высокого мужественного итальянца наводит на мысли о сходстве моего собеседника с актером Джерардом Батлером. Безупречной посадки костюм и серьезное, немного уставшее лицо — о том, что он может быть владельцем большого бизнеса. Но тут из-под рукава пиджака выкатываются, догоняя друг друга, два тонких браслета, усыпанные коньячными и черными бриллиантами, и все встает на свои места. На открытие выставки Damiani Oscar в Four Seasons

Lion Palace St. Petersburg, посвященной 90-летию легендарного ювелирного дома, приехал сам господин Джорджио Грасси Дамиани.

Брендом управляет уже третье поколение семьи Дамиани, а началась его история в 1924 году в ювелирном Милане — городе Валенца. Энрико Грасси был первым в роду, кто начал создавать высокое ювелирное искусство, избрав главным камнем бриллиант, а покупателем — местные аристократические семьи. Традицию основателя продолжил его сын Дамиано, который отличался любознательностью и вложил немалую сумму в разработку новых ювелирных техник. Одно из таких открытий — технология Lunette не только позволила при помощи специальной оправы усилить блеск и сияние бриллиантов, но и «инкрустировать» имя Дамиано в историю семейного бизнеса и ювелирного дела. «С самого начала мы являемся производителями: мой дед делал украшения своими руками, — не без гордости рассказывает Джорджио. — Именно это позволяет Damiani, будучи совсем небольшим брендом в этой огромной индустрии, оставаться одними из первых».

Следующей семейный бизнес возглавила Габриэлла и принесла ювелирному дому первую награду Diamond International Award, так называемый ювелирный «Оскар», которых сегодня

на счету у компании — восемнадцать! Ее дети, Джорджио — вице-президент компании и главный дизайнер бренда, Гвидо — управляющий директор, и Сильвия, отвечающая за продвижение, продолжили красивую семейную традицию — добавлять свою страницу в историю Damiani. «Начав сотрудничество с мировыми звездами, мы тоже внесли свой вклад в развитие семейного бизнеса. Это стало важным шагом для известности нашей марки во всем

основания компании и которые мы продолжаем транслировать, — рассказывает Джорджио. — Именно это выделяет нас среди наших конкурентов». Из скромности или по забывчивости, но нынешний глава ювелирного дома забывает упомянуть маленький нюанс, который, как мне кажется, и цепляет поклонниц бренда. Будучи домом с 90-летней историей, Damiani удастся быть невероятно демократичной компанией! Конечно, это относится не к хорошему количеству

ментально превращается из бизнесмена в творца. — Но удовольствие, которое ты получаешь от успеха одной из коллекций prêt-à-porter, ни с чем не сравнить! Очень важно, чтобы наш труд остался в веках, и это именно тот случай. Один из бестселлеров Damiani — коллекция Belle Époque, которая объединила в себе главные принципы фирмы: дизайн, новые технологии и комфорт. Каждый из предметов коллекции можно носить в повседневной жизни, что очень важно для нас и наших клиентов».

100 лет — ничто для мировой истории, но вполне солидный возраст для одной компании. До круглой даты еще целых 10 лет, раскрывать секреты Джорджио не торопится, но кокетливо намекает: «Сейчас мы работаем над одним красивым проектом, связан-



мире», — подтверждает Джорджио. Дружба ювелирного дома, например, с Бредом Питтом началась с создания эксклюзивных колец на свадьбу актера с его первой женой Дженнифер Энистон, а продолжилась коллекцией обручальных колец D. Side, бывшей рекорды продаж. Вдохновившись красотой и женственностью Софи Лорен, бренд создал коллекцию в ее честь (в некоторых интервью актриса признавалась, что теперь носит только эти украшения). Вместе с Шэрон Стоун — лицом Damiani — ювелирный дом создал линию MaJe, часть средств от продажи которой идет в фонд, обеспечивающий питьевой водой страны Африканского континента.

«Ручное производство, качественные материалы и творческий подход — ценности, которые были заложены со дня

нулей на ценниках. Бриллианты на каждый день — вот главная мысль, заложенная в коллекциях от Damiani, то, что отличает бренд от снобов из мира роскоши. Естественно, в арсенале дома полно утонченных произведений высокого ювелирного искусства, в которых звезды появляются на громких премьерах или идут по красной ковровой дорожке. Но россыпью искрящихся драгоценных камней Damiani украшает и лаконичные по своему дизайну кольца, серьги и браслеты, которые модницы с удовольствием носят в комплекте с рваными джинсами и белыми майками. «Признаться честно, интереснее работать над коллекциями haute jewelry. Это максимальная концентрация нашей фантазии и креативности, — когда мы касаемся темы дизайна, Джорджио мо-

ним с Россией. Надеюсь, уже в этом году сможем представить его в Санкт-Петербурге». Подводить итоги Damiani не собирается — им еще нет и века, еще столько всего предстоит сделать, да и подрастающее поколение подает надежды: «Пока сложно сказать, чем будет заниматься Гайя (дочери Джорджио сейчас 10 лет. — Прим. ред.). Но то, что ей нравятся украшения, в этом уже никто не сомневается. Гайя часто бывает у меня в офисе и очень интересуется всем, что там происходит. Она даже уже придумывала дизайн украшений и пыталась продать его бабушке», — улыбается глава Damiani. ◊

*Элегантность, роскошь и хороший вкус никогда не выходят из моды — так считают ювелиры... и создают все новые коллекции серебряных украшений! Ирина Аникина, директор сети «Драгоценные подарки», уверена: сегодня есть множество причин обратить пристальное внимание именно на серебро.*

## Ювелирная тайна женской гармонии



**Б**езусловно, ценность золота, особое отношение к нему связано с тем, что кроме того, что оно воплощено в прекрасных ювелирных изделиях, оно используется как валюта, как способ удачного вложения средств, — говорит Ирина. — Но это никак не умаляет достоинств замечательного металла — серебра. Сегодня серебро, на мой взгляд, недооценено. Хотя важно отметить, что это самый чистый сплав: 925-я проба означает, что только 75 частей из 1000 — примеси. Серебро называют металлом богини Артемиды, главным Знаком Луны, а ведь женщине нельзя без энергии этой планеты! Обращаться только к солнцу и огню — значит сжигать мужскую энергию, а настоящая женщина должна сочетать в себе и внутреннюю силу, и очарывающую мягкость, уравновешивая в себе все эти качества. Нужно помнить и то, что серебро ценилось во все времена, — раньше даже бриллианты оправляли именно в этот металл.

**— В последнее время появились современные технологии по обработке серебра, верно?**

— На самом деле сначала были созданы новые технологии покрытия для золота, и о применении их для серебряных изделий речи не шло. Но сегодня эти методы активно используются в работе с серебром, когда у клиентов необычайно востребованы эксклюзивные дизайнерские работы ювелиров. Чтобы авторское изделие не было очень дорогим и стало легче, для его изготовления используют серебро, а сверху делают покрытие с помощью родия, металла платиновой группы. Так, благодаря новым технологиям становятся более доступными драгоценные изделия и их красота для более широкого круга покупателей.

**— У художников и ювелиров стало больше простора для творчества?**

— Конечно, ювелирная мода и технологии развиваются

стремительно, и сегодня дизайнеры создают настоящие произведения искусства, модные и стильные вещи из серебра. Эффектные коктейльные кольца и серьги-шандельеры, например, раньше предпочитали делать из золота, но для их производства использовался драгоценный металл 750-й пробы. Это, во-первых, было безумно дорого, а во-вторых, носить такие украшения стало не очень некомфортно — они ведь тяжелые. Жизнь в современном мире становится все более динамичной, мы много путешествуем, часто летаем на самолетах и при этом хотим всегда прекрасно выглядеть. Получается, что сегодня нужно создавать такие украшения, которые будут не только невероятно красивыми, но и удобными! В тренде — комфорт, в том числе, и в ювелирных украшениях! Кроме того, женщинам хочется иметь разнообразные, неповторимые коллекции украшений, чтобы к каждому образу подбирать свой комплект. Серебро помогает воплотить это желание в жизнь, поскольку цены на ювелирные произведения из серебра значительно ниже, чем на гарнитуры из золота. Серебро полностью отвечает современному ритму жизни и вечному стремлению женщины к красоте!

**— Исторически в России всегда считалось хорошей традицией дарить ювелирные украшения...**

— В царские времена в России было несколько поводов в году дарить украшения женщинам: Рождество, Пасха, День рождения, Крестины... Шкатулка с

драгоценностями — это своеобразный биографический альбом, и он гораздо интереснее, чем пожелтевшие фотографии. Любая женщина будет помнить, с каким событием связано то или иное украшение в ее шкатулке и какие чувства и эмоции у нее были в тот момент, когда ей сделали этот подарок.

**— Согласны ли вы с мнением, что украшение, кроме своей эстетической привлекательности, дает женщине особые возможности, порой магические?**

— У каждой женщины в жизни наступает определенный период, когда она осознает себя как личность, которой необходимо развитие, стремление к совершенству, желание работать над собой. И очень уместно в этот временной отрезок делать ставку на натуральные камни, которые, кстати, очень гармонично сочетаются с серебром. Дело в том, что они прекрасно поддерживают запасы жизненной энергии, внутренний душевный потенциал. Многим в нынешний непростой период не хватает сил, творческого запала — значит, нужно обратиться к камням, которые созданы силами природы, эволюционным развитием самой жизни, ее великими возможностями... В натуральных камнях заложена энергия развития всей планеты, ее невероятной истории — только представьте, сколько скрыто в них сил и загадок, секретов и возможностей! И каждому ювелирному изделию, в котором они существуют, они невольно передают эту неповторимую энергетику, жажду жизни, возможности самой



**Шкатулка с драгоценностями — это биографический альбом. Любая женщина будет помнить, с каким событием связано то или иное украшение в ее шкатулке и какие чувства и эмоции у нее были в тот момент, когда ей сделали этот подарок.**



природы, желание быть совершенными и идеальными. Если женщина приходит в магазин ювелирных изделий, она должна понимать, что среди огромного выбора она обязательно найдет свое, подходящее ей по энергетике украшение, которое изначально было предназначено именно ей.

**— Выбор украшений на витрине велик, как же найти «свой» камень?**

— Можно выбрать его по визуальному впечатлению, но лучше всего — подготовиться, почитать книги и статьи о камнях. Я считаю не совсем правильным выбирать свой камень, руководствуясь только знаком зодиака, под которым вы родились. Каждый из нас строит жизнь по своим лекалам, с течением времени мы меняемся, развиваемся, заводим новые знакомства... И на каждом жизненном этапе нам нужны разные натуральные камни, которые будут нашими помощниками, которые будут давать нам силу и энергию, уверенность и надежду, женственность и желание любить и быть любимыми. Есть четыре фактора, составляющие гармонию нашего внутреннего мира, и связаны они с четырьмя стихиями. Каждую из них, в свою очередь, олицетворяет определенный камень. Бриллиант — это королева, изумруд — хозяйка, рубин — любовница, сапфир — девочка. И все они для женщины необходимы! Ведь идеальная женщина — та, в которой все эти женские ипостаси сочетаются, которая понимает, как мудро их использовать в своей жизни, отношениях с мужчинами, или окружающим миром, которая знает, что быть собой — это значит быть всегда разной. Натуральные камни поистине удивительны. Рожденные землей, они отполированы



природной водой, обласканы солнцем и ветром, словно чистые природные источники энергии земли, солнца и космоса. Натуральные камни — это своеобразные аккумуляторы энергии, которые не только способны сохранять, но и накапливать свой потенциал, отдавая его в нужную минуту своему владельцу.

**Дорогие наши покупатели! Приглашаю вас в этот волшебный ювелирный мир, где вас ждет радость познаний и открытий удивительной тайны натуральных камней, удовольствие от общения с древними историями земли, потрясающая возможность зарядиться силами и энергетикой природы!**

Ирина Аникина

## ЧЕТКИЙ СИЛУЭТ

Теперь желанного эффекта «круглых форм» можно добиться, надев сексуальное узкое платье или юбку от компании Freddy. Секрет скрыт в тонких велосипедках, вшитых в подол: они плотно облегают фигуру, визуально вытягивая ноги, и округляют ягодицы. Специальные силиконовые мембраны на поясе скрывают лишнее и придают талии более четкие очертания, создавая эффект «плоского живота». Кроме того, в новой коллекции представлены обтягивающие шорты, комбинезоны расцветки деним и брюки с актуальным гавайским принтом.



## НА ВСЕ СЛУЧАИ

Дизайнеры французского бренда Axara предлагают в этом сезоне коллекцию, в которой, как всегда, представлен большой выбор фактур, тканей и цветов. Графические черно-белые принты на юбках и топах отвечают за практичность и элегантность, комбинезоны и брюки с гавайскими принтами создают яркий акцент, а легкие платья можно подобрать как на каждый день, так и для особого случая.



## НОВАЯ ЗВЕЗДА

Стальной корпус, белый циферблат, римские цифры — новая модель часов «Селена» от швейцарского бренда Hanowa притягивает взгляд. Названная в честь греческой богини Луны новинка отображает фазы этого небесного светила на метке шесть часов, на девяти часах можно увидеть дни недели, а индикатор даты отображается на трех. Комбинации свежих цветов придают новой модели легкость, гармоничные округлые формы напоминают о Луне, а логотип часов — восьмиугольный швейцарский крест — обещает высокое качество. [www.hanowa.ch](http://www.hanowa.ch)



## СВЕЖИЙ ВЗГЛЯД

Одежда от Vogner Fire+Ice — это одновременно красивые и практичные вещи. Изготовленные из натуральных материалов новинки прекрасно подходят для городских прогулок, и для выездов на природу. В женских коллекциях представлены блузки и топы, стильные туники, джинсы, шорты и разнообразные жилеты. А в основе мужских коллекций — практичные куртки с функциональными деталями, а также рубашки, футболки, свитера и сорочки.

(495) 625-23-55, [www.sportplusmoda.ru](http://www.sportplusmoda.ru)



**ЗОЛОТЫЕ  
ЭТАЖИ**

ул. Красноармейская, 122,  
тел. (3822) 56-30-21

**ЧЕРНЫЙ  
БРИЛЛИАНТ**

пр. Фрунзе, 46,  
тел. (3822) 52-73-29

**ЮВЕЛИР  
маркет**

пер. 1905 г., 14 а,  
ТЦ «Люксембург»,  
тел. (3822) 51-80-30



Emilio Pucci

Чтобы понять дух 70-х, стоит ощутить, в каком вихре событий пребывало общество: война во Вьетнаме, молодежные протесты в США, распад группы

The Beatles, расцвет карьеры Дэвида Боуи, развитие химической промышленности, создание множества невиданных доселе синтетических материалов, зарождение музыкального стиля «диско» и, собственно, самих дискотек. Жизнь бурлила и кипела, заставляла каждого оказаться за пределами его зоны комфорта в поисках чего-то нового.

Примерно такой же «взрыв» происходил в то время и в моде. Карл Лагерфельд, Роберто Кавалли, Джорджио Армани, Соня Рикель, Кензо, Ив Сен-Лоран — для всех названных культовых дизайнеров 70-е стали важным этапом в

карьере. Карл Лагерфельд фактически основал демократичный спортивный стиль в одежде, Соня Рикель реабилитировала в глазах модниц трикотаж, Кензо ввел в оборот кимоно и много чего еще достал с азиатской полки мирового гардероба. Большинство перечисленных модельеров прекрасно чувствуют себя и поныне и вполне уверенно верховодят в фэшн-индустрии. Ив Сен-Лоран продолжает делать это даже после смерти: так часто мы слышим сегодня его имя (спасибо двум вышедшим в прошлом году биографическим фильмам).

И все же сегодня наиболее актуальны тренды, заданные не именитыми дизайнерами, а зародившиеся «в народе», пришедшие с улиц той эпохи, где наслаждались жизнью и убежденные хиппи, и самые первые глэм-рокеры.

# Уйти, чтобы остаться

*Мода изменчива, как погода в Англии, и циклична, как бег секундной стрелки. Каждый сезон дизайнеры совершают невозможное, доказывая оба постулата. Еще вчера в моде были 50-е, а сегодня, перескочив через десятилетия, нас зовут в эпоху 70-х — с ее бунтами, жаждой нового, идеями любви и мира во всем мире.*

Текст: Сергей Вересков



Simone Rocha



## MAKE LOVE, NOT WAR

«За мир, за слезы, за любовь» боролась главная субкультура 70-х — субкультура хиппи. Их появление стало реакцией молодежи на военные действия во Вьетнаме и на торжество общества потребления. Хиппи можно было легко узнать по манере одеваться: летящие длинные платья, узоры в этническом стиле, широкие блузы, бахрома и обилие винтажных украшений — вот ДНК этого стиля.

Его копировали и те, кто вовсе не заботился об идеологии движения: им нравилась смелость естественной небрежности в образе и завораживающие этнические мотивы. Так же как и сегодня, они нравятся Веронике Этро и прекрасному Дрису ван Нотену, основателю одноименной голландской марки.

Стоит присмотреться к их весенне-летним коллекциям 2015 года, и сразу станет очевидно, что идея тихой и красивой жизни на лоне природы с непременными долгими разговорами у костра близка обоим дизайнерам, а в свете напряженной новостной повестки дня думаю, что и нам пришлось бы по вкусу.



Sandro



Desigual



Etro



Etro

Летящие длинные платья, украшенные узорами в этническом стиле, свободные брюки и джинсы, бахрома и обилие винтажных украшений — вот ДНК этого стиля.



Комбинезон M Missoni



Bally

Брошь Michael Michael for MAGIA DI GAMMA



Chloe

## НЕСКРОМНОЕ ОБАЯНИЕ ДЕНИМА

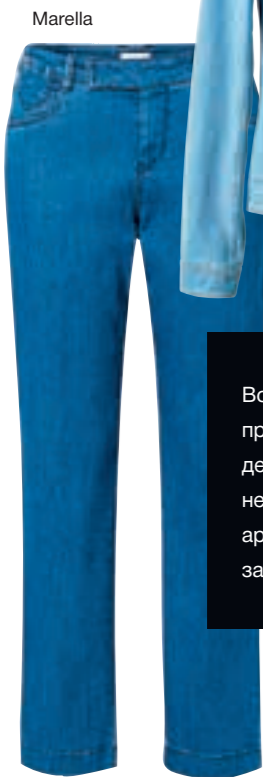
Хиппи любили джинсы за то, что они не были причислены к офисной одежде и в этом смысле становились еще одной негласной формой протеста против системы. Именно «дети цветов» помогли дениму попасть на вершину модного чарта 70-х. На гребне подобного успеха бренд Calvin Klein начинает строить джинсовую империю, и за несколько лет марка становится популярной во всем мире. Даже именитые дизайнеры не устояли перед обаянием денима: Джорджио Армани предложил неслыханное — носить пиджак в паре с джинсами. Поголовное следование моде на джинсы можно сравнить разве что со всплеском интереса к хлопковым футболкам в 50-х, когда велел за Марлоном Брандо, сыгравшим Стэнли в картине «Трамвай «Желание», эта простая вещь была признана едва ли не самой сексуальной одеждой всех времен и народов. Сегодня деним переживает второе пришествие. Давно забыв о своем «рабочем» происхождении, он прекрасно чувствует себя в коллекциях Christian Dior и Fendi, Burberry Prorsum и Gucci. И это лучшее доказательство победы демократии, по крайней мере в мире моды.



Penny Black

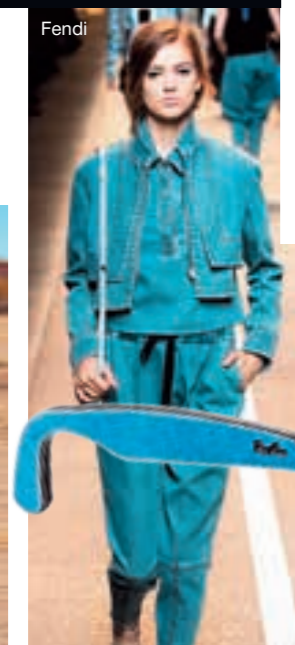


H&M Studio



Marella

Вслед за джинсами успех пришел и к прочей одежде из денима: куртки и юбки, комбинезоны, платья и даже аксессуары — появление всего этого не заставило себя ждать.



Fendi



«Снежная Королева»



Ray-Ban

Jimmy Choo



«Новый ГУМ», 3-й этаж [@boutique\\_infinity](https://www.instagram.com/boutique_infinity)



Ray-Ban

«Снежная Королева»

## БЛЕСТИ, БЛЕСТИ, МОЯ ЗВЕЗДА

Одним из главных символов разрушения прежних устоев в 70-е стал Дэвид Боуи — культовая фигура мира моды и мира музыки. Именно его стоит благодарить за появление глэм-рока как стиля одежды и эпатажа как жизненной позиции; и если сегодня с ним кто-то и может сравниться во всех этих смыслах, то разве что Lady Gaga — да и то не факт. Сегодня к направлению глэм-рок обратилась даже Барбара Буи, обычно не склонная к обилию золотых элементов в коллекциях. Что уж говорить о таких мэтрах провокации, как Жан-Поль Готье и Джереми Скотт. Первый завершил показ образами, которые побоялся бы примерить даже сам Дэвид Боуи, а Джереми Скотт отправил новую героиню Moschino — Барби — в странное путешествие от приторно-розового цвета к ослепительному сиянию глэм-рока. Кстати, мода на золотой блеск из 70-х плавно перетечет в 80-е, утратив налет эпатажа и обретя легкий богемный шик. Но это уже совсем другая история.

Bally



Обтягивающие «золотые» брюки, куртки-«косухи» немислимых цветов, платформы, рубашки с жабо, вызывающий макияж — эти компоненты составляли образ любого уважающего себя глэм-рокера.



Barbara Bui



Elisabetta Franchi



Saint Laurent

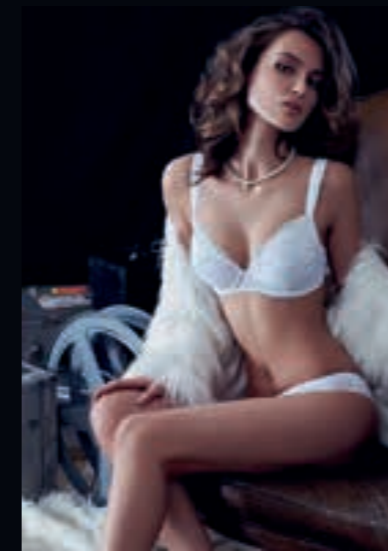
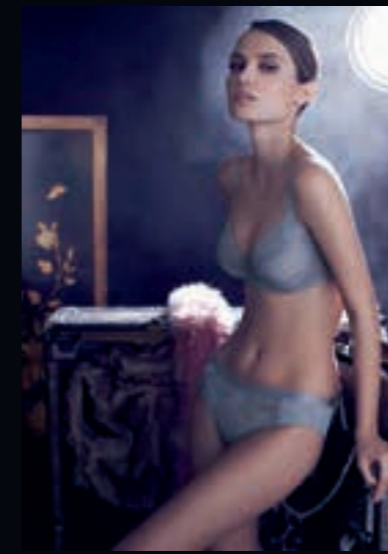


Saint Laurent

Magia di Gamma



Markus Lupfer



ROSER SAMON  
**PROMISE**



Miss Crool  
COLLECTION **Crool**

Салон нижнего белья «Mon Plaisir»,  
пер. 1905 г., 14/1, Новый ГУМ, 2-й этаж

*Часы Rado, выполненные в изысканно-спортивном стиле, ценятся не только безупречным проверенным временем качеством, но и тем, что они одинаково уместно выглядят на запястье кинозвезды на красной ковровой дорожке или на руке спортсмена перед финалом.*



## Технология времени



Новые часы мануфактуры продолжают ее традиции сочетания качества и роскоши. В частности, пополнившая спортивную линию Rado модель HyperChrome Automatic Chronograph Tachymeter идеально подходит для занятий спортом. Надежность работы часов обеспечивает уникальный корпус из керамики, которая под воздействием высокой температуры приобретает дополнительную прочность и мягкое сияние, сохраняя легкость и гипоаллергенность. Также на bezеле нашлось место тахиметрической шкале: благодаря люминесцентному покрытию она видна и после захода солнца. Еще одна модель, появившаяся в коллекции HyperChrome, придется по вкусу ценителям классической роскоши: украшенные бриллиантами лимитированные часы Diamonds — обязательный атрибут для поклонников высокой моды.

**INFINITY**  
BOUTIQUE

Взгляд в будущее без границ



«Новый ГУМ», 3-й этаж  @boutique\_infinity



# Беззаботная ЖЕНСТВЕННОСТЬ

*Женщины Stefanel весной и летом 2015 носят легкую и практичную одежду, предпочитая трикотаж в различном исполнении, натуральные материалы для создания свободного силуэта, цветовую палитру, воплощенную в мягкой свежести и смелых принтах. Беззаботный характер женщины Stefanel призваны подчеркнуть и аксессуары новой коллекции.*

**М**одельный ряд новой коллекции отличается легкой небрежностью и новизной создаваемого образа: платья-макси и комбинезоны из всех видов ткани и на все случаи жизни — от похода на пляж до гламурной вечеринки, тренчи и кардиганы свободного покроя с мягкими и глубокими карманами. Must-haves сезона — спортивные платья-рубашки, к которым полагаются замшевые сандалии и соломенные сумки, юбки-брюки из муслина в сочетании с полупрозрачными топами.

STEFANEL

ТРК «Изумрудный город»,  
пр. Комсомольский, 13 б (2-й этаж),  
www.stefanel.com



Сумка Fiato Dream

Сумка Di Gregorio



Сумка Fiato Dream



Сумка  
Alessandro  
Beato

Клатч Gaude



Зонт  
Fiato Dream

Сумка Nicoli



Платок  
Venera

Сумка Di Gregorio



Сумка  
Cromia



Палантин  
Venera

Пляжные  
сумки  
Venera

## «ГЛОБУС»

Насыщенный, креативный, яркий — такой он, удивительно разнообразный, поистине волшебный мир моделей сумок летнего сезона 2015. Но настоящая современная модница всегда сумеет найти в этом «безбрежном океане» верный маршрут и обязательно отыщет свой неповторимый аксессуар, с которым лето наполнится ощущением праздника и отличным настроением!



пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235



Платок  
Venera

Сумка Gaude

**Новинки каждую неделю!  
На дамские сумки,  
поступившие в продажу  
до 01.01.2015\*,  
скидки до 50%!**

\* смотрите на ценниках



# DeSalitto

Italian fashion style

Новые коллекции детской одежды De Salitto и Pinetti всегда отражают актуальные тенденции в сфере моды и уникальные, узнаваемые элементы их производителей. При разработке моделей дизайнеры используют самые новые и яркие тенденции детской моды. Качество материалов всегда находится на высоком уровне — очень важно использовать натуральный качественный материал для производства одежды для детей.

Соотношение цена-качество всегда порадует всех членов семьи. Основное правило любого направления — это элегантность, лаконичные дизайнерские решения и исключительно изящный и ажурный декор. Мода не затмевает ребенка, а, наоборот, подчеркивает его индивидуальность и уникальную внешность. Приходите к нам и убедитесь в этом сами!

Пр. Комсомольский, 13 б,  
ТЦ «Изумрудный город» (3-й этаж),  
тел. 8-923-439-08-08,  
desalitto\_tomsk@mail.ru

**alessandro**

Салон красоты «Alessandro»,  
ул. Новгородская, 44,  
тел.: 55-01-20, 55-01-22,  
alessandro-tomsk.ru



На Поппе:  
орган, 2 610 руб.,  
футболка, 1 820 руб.,  
капюшан, 3 110 руб.,  
туфли, 2 720 руб.,  
оборки, 840 руб.

На Миле:  
пиджак, 2 690 руб.,  
футболка, 1 420 руб.,  
юбка, 1 850 руб.,  
туфли, 2 760 руб.,  
шляпка, 1 340 руб.



На Саше:  
футболка, 1 180 руб.,  
кофта, 3 100 руб.,  
джинсы, 2 310 руб.,  
ботинки, 5 100 руб.



На Миле:  
кофта, 2 380 руб.,  
джинсы, 2 060 руб.,  
футболка, 2 060 руб.,  
туфли, 2 720 руб.



На Лье:  
поло, 1 810 руб.,  
шорты, 2 310 руб.,  
кроссовки, 4 640 руб.



На Поппе:  
юбка, 2 380 руб.,  
кардиган, 3 110 руб.,  
майка, 1 480 руб.,  
туфли, 2 720 руб.

# ЛЕТНИЙ ШОПИНГ

## BE-IN

В апреле 2015 года на втором этаже ТЦ СМАЙЛcity состоялось открытие нового бутика модной женской одежды и аксессуаров BE-IN. Бренд BE-IN поможет покупательнице сформировать свой стиль и выбрать ту линию одежды, которая будет близка его образу и статусу. Одежда BE-IN позволит женщинам чувствовать себя уверенно и легко в стремительном ритме городской жизни. Каждая коллекция BE-IN включает в себя полный спектр предметов женского гардероба, позволяющий составить неповторимый и невероятно привлекательный total look, дополненный фирменными сумками и другими аксессуарами. Обновление ассортимента в магазинах происходит ежемесячно. Покупательницы бутика BE-IN всегда элегантны и уважаемы.



## Kira Plastinina

Студии Стиля «KIRA PLASTININA» приглашает всех модниц на летний шопинг и представляет новую эксклюзивную коллекцию HOT. Визитная карточка коллекции HOT — переосмысленный тропический принт из птиц, цветов и листьев в красной, черной, белой и оранжевой гамме. Принты выглядят особенно интересно на укороченных моделях. При всей своей современности в женственных платьях, а также в брюках-клев, читается намек на ретро, хотя присутствующая отделка в полоску скорее говорит о спортивном стиле. Асимметричный подол, структурированный крой юбок выглядят еще лучше вместе с объемными квадратными укороченными кутюрными футболками с продуманной декоративной отделкой.



## Vetro di Murano

В этом сезоне салон украшений Vetro Di Murano предлагает уникальную новинку: стильную, яркую и озорную коллекцию Doll - куколок-подвесок от фабрики Artiz Murano di Rosseto Tiziano. Каждая такая куколка неповторима, в своем индивидуальном стиле - не бывает двух одинаковых! Симпатичные личики, прически и модные сумочки - из муранского стекла. Утонченные фигурки, подвижные ручки и стройные ножки в модных туфельках - из латуни. Каждая подвеска имеет длинную цепочку, красивый наряд из текстиля и бижутерии со стразами. Такую куколку можно переодеть на любую фурнитуру: каучук, ленты, нити, повесить на сумочку или телефон. Коллекция делится по сезонам - куколочки утепляются в плотные ткани и меха в осенне-зимний период и наряжаются в легкие яркие платьица весной. Теперь для выходов в свет у вас всегда есть подружка!



## CORSO COMO

ОБУВЬ И АКСЕССУАРЫ

В весенне-летней коллекции модного бренда обуви и аксессуаров CORSOCOMO будут представлены, как насыщенные, сочные красные, ультрафиолетовые, изумрудные, так и нежные пастельные и классические черные, белые тона. В коллекции представлены как спортивные модели (кроссовки, кеды), так и классический или повседневный стили, в виде удобных замшевых кроссовок на танкетке или перфорированных белых полусапожек на высоком каблуке. Коллекция аксессуаров не менее разнообразна. Сумки различных цветов и размеров из изысканных видов кожи, ремни, кошельки и браслеты помогут дополнить любой образ. Главная новинка этого сезона это поступление коллекции оригинальных брендовых очков от мировых итальянских производителей, а также множество других роскошных аксессуаров для самых взыскательных покупательниц!



## pretty one

Всегда ли классика и элегантность должны уместиться в жестких рамках надлежащего дресс-кода на каждый случай? Конечно, нет! Pretty One – это марка, созданная специально для успешных женщин, которые, сочетая изящную элегантность с вечной классикой, ломают стереотипы, выходя за жесткие рамки делового стиля. Современная женщина-бизнесмен – это требовательная, независимая, уверенная в себе женщина. Идя навстречу ее ожиданиям, мы удивим Вас смелым покроем, небанальным сочетанием цветов, незаурядной фактурой, высоким качеством и безукоризненным пошивом. Мы показываем, с какой легкостью можно играть с модой, вместе с тем подчеркивая в фигуре всё самое красивое. Модельеры Pretty One исполняют мечты, создавая одежду, которая послушна женщинам.



## ZARINA

Уже несколько лет бренд ZARINA активно занимается благотворительностью и поддерживает социальные проекты, направленные на помощь детям. ZARINA представляет новый проект «Мода со смыслом», созданный совместно со всемирно известной топ-моделью и основателем Фонда помощи детям «Обнаженные сердца» Натальей Водяновой. В весенне-летней коллекции бренда ZARINA учтены главные тренды: женственность, винтажный стиль и oversize. Отлично проработана линейка силуэтов: формирующие фигуру платья-футляры — обязательная составляющая любого женского гардероба, подернутые очарованием ретро, платья, отсылающие нас к городским образам конца 1950-х, легкие струящиеся юбки-миди, свободного кроя топы и модные пальто. В коллекции также много уникальных принтов и актуальных пастельных оттенков пастыли, мяты и сахарной пудры.





# ДЛЯ СТИЛЬНЫХ

ВО ВСЕЛЕННОЙ МУЖСКОЙ МОДЫ СУЩЕСТВУЮТ СВОИ ПРАВИЛА И ЗАКОНЫ, НО И ОНИ ПОДВЛАСТНЫ ВЛИЯНИЯМ ДИЗАЙНЕРОВ, КОТОРЫЕ К ВПОЛНЕ ПРИВЫЧНЫМ И ОЖИДАЕМЫМ ТРЕНДАМ ДОБАВИЛИ ЦВЕТОЧНЫЙ ПРИНТ. СЕЙЧАС САМОЕ ВРЕМЯ ОТВАЖИТЬСЯ НА ВЕЩИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ ОРНАМЕНТОМ, ВЕДЬ УЗОР БУДЕТ ДОСТАТОЧНО МЕЛКИМ, А САМИ ВЕЩИ — ВПОЛНЕ СДЕРЖАННЫМИ.

**FASHION HOUSE**

Магазин модной одежды,  
пр. Ленина, 80 а (4-й этаж),  
ТЦ «BIG CITY»



# SUMMERTIME

ЖЕНСТВЕННОСТЬ, ЛЕГКИЙ СТИЛЬ И ЯРКОСТЬ — ВОТ ОСНОВНОЙ НАБОР ТРЕНДОВ ЛЕТНЕЙ МОДЫ ГРЯДУЩЕГО СЕЗОНА. СТАРАЙТЕСЬ УДЕЛИТЬ БОЛЬШЕ ВНИМАНИЕ ПЛАТЬЯМ, ТОПАМ И БЛУЗКАМ ИЗ АКТУАЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ — НАТУРАЛЬНОГО ШЕЛКА, ШИФОНА, АТЛАСА. ВСЕ БОЛЬШУЮ ПОПУЛЯРНОСТЬ ОБРЕТАЮТ ВЕЩИ С НАБИВНЫМИ РИСУНКАМИ — И В ПОВСЕДНЕВНОМ СТИЛЕ, И В ОБРАЗАХ, СОЗДАВАЕМЫХ НА ВЫХОД.

**FASHION HOUSE**

Магазин модной одежды,  
пр. Ленина, 80 а (4-й этаж),  
ТЦ «BIG CITY»



# Стать центром притяжения

*Любое праздничное мероприятие станет еще торжественней, если его главные герои способны привлечь к себе внимание изысканными нарядами, стильными прическами, умением носить драгоценности и... невероятно счастливым блеском в глазах!*

*Катрин*  
БУТИК СВАДЕБНОЙ  
И ВЕЧЕРНЕЙ МОДЫ

Бутик свадебной и вечерней моды «Катрин»,  
пр. Ленина, 95 (ТЦ «Роман», 2-й этаж),  
тел. 51-08-90; пл. Ленина, 11 (ТГ «Аркада»,  
2-й этаж), тел. 51-22-15; [www.katrin.tom.ru](http://www.katrin.tom.ru)

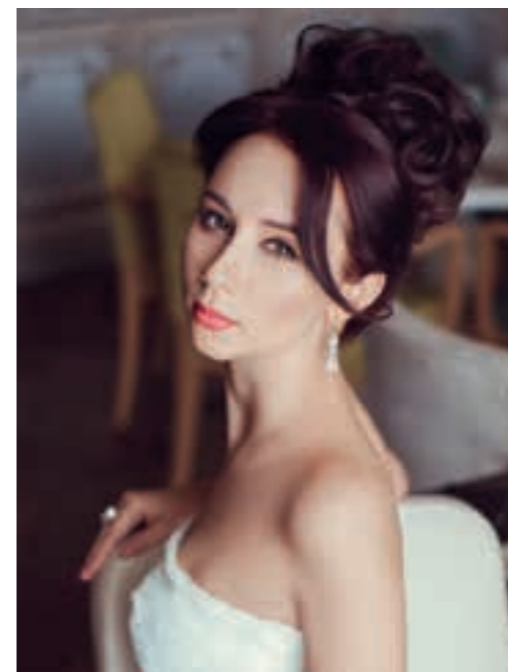
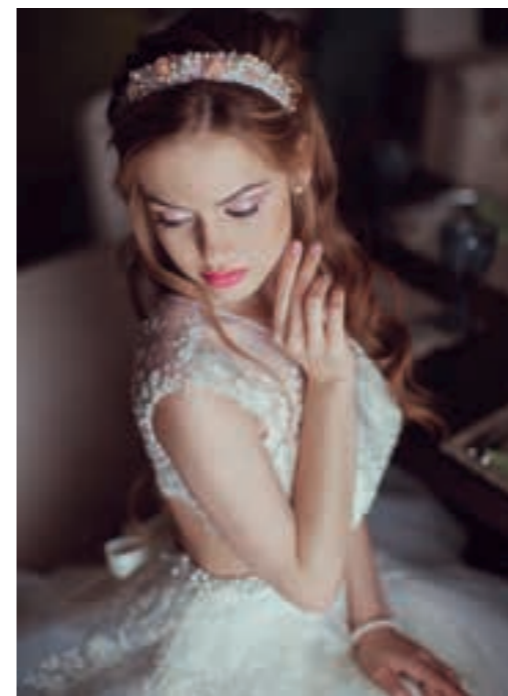
**PREMIERV**

Салон мужской одежды «PREMIERV»,  
ул. 79 Гвардейской дивизии, 24,  
ул. Интернационалистов, 17/1,  
тел. 305-307

**САКУРА**  
салон красоты

Салон красоты «Сакура»,  
ул. Мокрушина, 9, стр. 16  
(БЦ «Вертикаль»), тел. 42-95-67,  
[salon-sakura.tomsk.ru](http://salon-sakura.tomsk.ru),  
[salon\\_krasoti\\_sakura@mail.ru](mailto:salon_krasoti_sakura@mail.ru)

Прически: Ольга Басова, Надежда Косьяненко.  
Макияж: Ирина Ермакова.



**река 827**  
ресторан

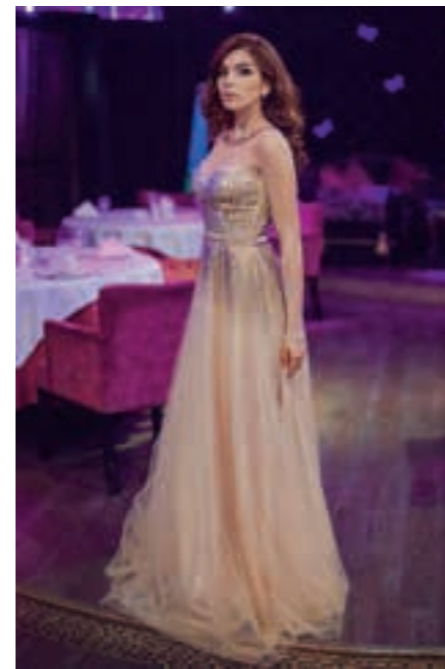
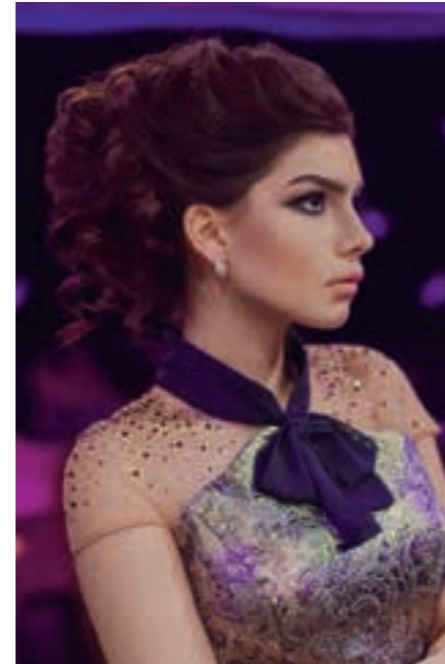
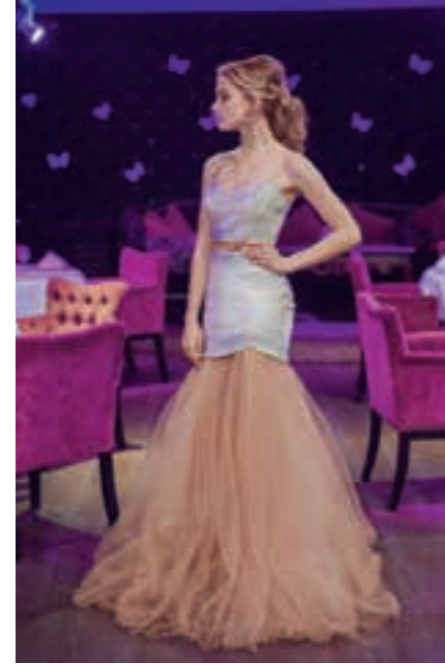
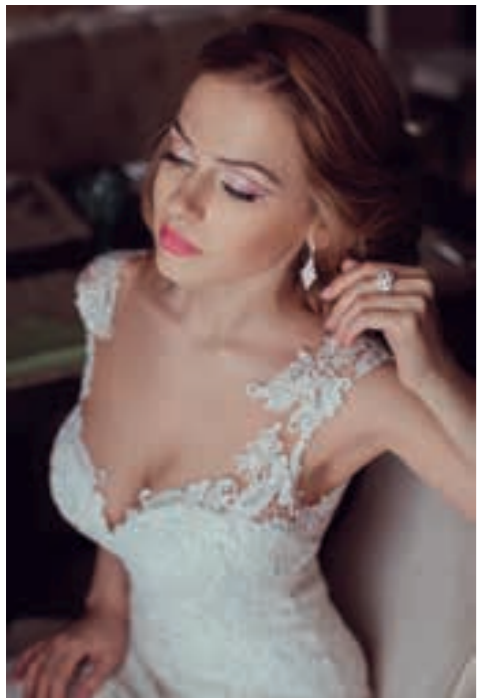
Ресторан «Река 827»,  
пер. Кооперативный, 2,  
тел. 90-20-20

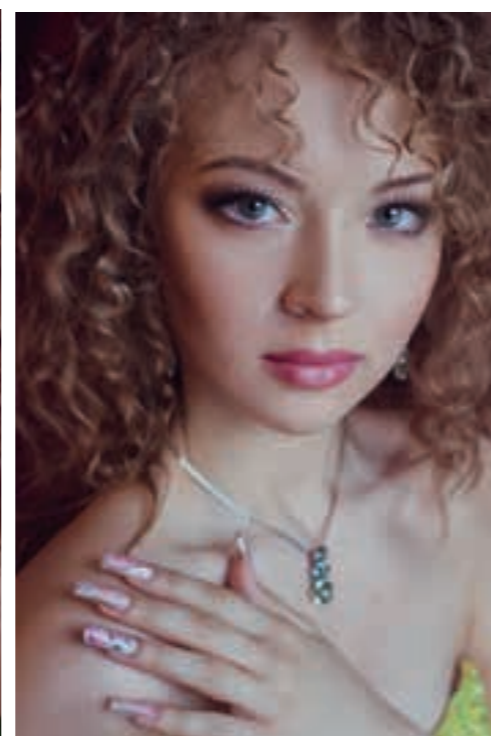
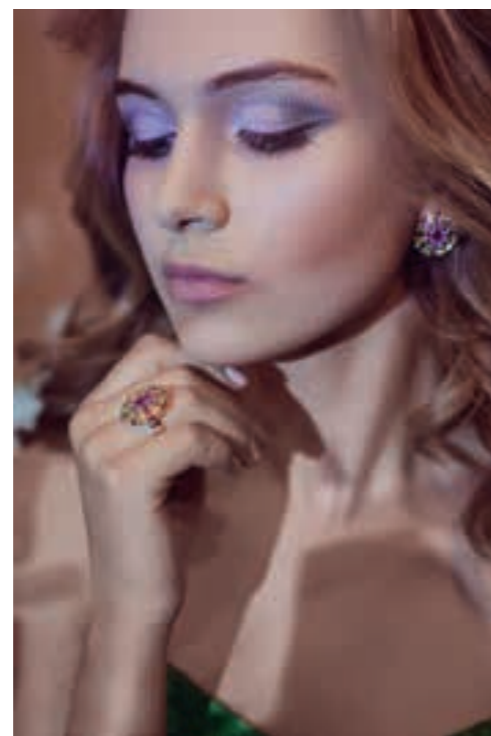


«St. Петербург» Золотой Двор,  
ул. Герцена, 61/1 (ТЦ «Город», 1-й этаж)  
тел. 8-960-975-96-24



Анастасия Бусова, фотограф,  
тел. 8-903-953 36 51,  
[www.busovaanastasiya.ru](http://www.busovaanastasiya.ru),  
[vk.com/nasteng](https://vk.com/nasteng),  
[instagram.com/busova\\_anastasiya](https://instagram.com/busova_anastasiya)





Бутик свадебной и вечерней моды «Катрин»,  
 пр. Ленина, 95 (ТЦ «Роман», 2-й этаж),  
 тел. 51-08-90; площадь Ленина, 11  
 (ТГ «Аркада», 2-й этаж), тел. 51-22-15;  
[www.katrin.tom.ru](http://www.katrin.tom.ru)

#### ZHENYAZHENYA.PHOTO

Женя Женя, фотограф  
 тел. 8-923-433-70-03,  
[www.zhenyazhenyaphoto.com](http://www.zhenyazhenyaphoto.com),  
[vk.com/zhenyazhenya.photography](https://vk.com/zhenyazhenya.photography),  
[instagram.com/zhenya\\_zhenya](https://instagram.com/zhenya_zhenya)



Салон красоты «Сакура»,  
 ул. Мокрушина, 9, стр. 16  
 (БЦ «Вертикаль»), тел. 42-95-67,  
[salon-sakura.tomsk.ru](http://salon-sakura.tomsk.ru),  
[salon\\_krasoti\\_sakura@mail.ru](mailto:salon_krasoti_sakura@mail.ru)



«St. Петербург» Золотой Двор,  
 ул. Герцена, 61/1 (ТЦ «Город», 1-й этаж)  
 тел. 8-960-975-96-24



Салон мужской одежды «PREMIERV»,  
 ул. 79 Гвардейской дивизии, 24,  
 пер. Интернационалистов, 17/1,  
 тел. 305-307



Ресторан «Река 827»,  
 пер. Кооперативный, 2,  
 тел. 90-20-20

Некогда классическая клетка в этом сезоне воспряла духом: заиграла всеми цветами радуги и расширила зону влияния, покинув пределы делового костюма.



# Дело в клетке



1. Кепка *Musto Shooting*.
2. Пиджак *Etro*.
3. Ремни *Brioni*.
4. Запонки *Corneliani*.
5. Пиджак *MP di Massimo Piombo*.
6. Рубашка *Closed*.
7. Куртка *3.1 Phillip Lim*.
8. Слипсы *Diemme*.
9. Часы *Certina*, модель DS Podium Square.

# BOODY & Beauty\*

## РЕВОЛЮЦИЯ ОРХИДЕЙ

Революция в области текстур от Guerlain — новый гель-крем *Orchidée Impériale*. Гель-крем моментально понижает температуру кожи на 3 градуса: при контакте с кожей желирующие компоненты распадаются, оказывая охлаждающий эффект и освежая кожу. Неизменная технология *Gold Orchid* сужает поры, разглаживает морщинки, убирает тусклый цвет лица.

\* «ТЕЛО И КРАСОТА»



# ВЫБОР РЕДАКТОРА



Чтобы флердоранж и прочие аксессуары не выпадали из прически, креативный директор по стайлингу **Redken** Гвидо Палау советует использовать спрей **Wind Blown 05**.



Valentino

**КАК ЖЕ ТЕБЕ ПОВЕЗЛО: ДИРЕКТОР ОТДЕЛА «КРАСОТА» МАРИНА ДИВИЧ — О ЛУЧШИХ СРЕДСТВАХ ДЛЯ НЕВЕСТЫ, А ТАКЖЕ ЕЕ ПОДРУЖЕК.**



1. Guerlain выпустил аромат для невест **Le Bouquet de la Marie**: флердоранж, засахаренный миндаль и белый мускус, максимальная концентрация для особого случая, восьмигранный флакон, украшенный белым кружевом и веночком из цветов.



2

**Givenchy Le Rouge a Porter** — помада-бальзам, которая увлажняет губы, придает им сочный цвет и блеск. Ее легко наносить: макияж можно поправить в считанные секунды.



2. В день X новобрачной приходится много улыбаться — фотографам, родственникам, свекрови. От мимических морщин спасет набор **Pola Signs Shot Coffret** — крем-сыворотка плюс концентрированные тканевые патчи. Запатентованный ингредиент Signs Core Liquid предотвращает деформацию клеток дермы.

3. Идеальная кожа наутро, даже если вы плохо спали от понятного предсвадебного волнения, — легкий бальзам **Vichy Idealia Skin Sleep** восполнит процессы ночной регенерации кожи. Секрет — гиалуроновая кислота, аденозин, витамин B3, восстанавливающие масла.



К платью невесты: **пудра-хайлайтер M.A.C. High-Light Powder**, созданная в коллаборации с Филипом Треиси (эксклюзивно в ЦУМе, ДЛТ и в интернет-магазине марки); лак **O.P.I. оттенка «Шифоновое настроение»** из коллекции Softshades

3



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВопоказаний НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

## Салон коррекции фигуры и SPA «VIP-Триумф»

**АКЦИЯ! «ПОПРОБУЙТЕ СО СКИДКОЙ 20%»**

- КАВИТАЦИЯ
- ЛИМФОДРЕНАЖ
- ПРЕССОТЕРАПИЯ
- ЭЛЕКТРОМИОСТИМУЛЯЦИЯ
- ВАКУУМНЫЙ МАССАЖ
- ДЕРМОТОНИЯ
- SLIM UP
- ОЗОНОТЕРАПИЯ
- RF-ЛИФТИНГ
- МИОСТИМУЛЯЦИЯ ГРУДИ



**10 аппаратных процедур по коррекции фигуры со скидкой 20% на первое посещение!**

Оцените эффективность и сделайте свой выбор!

**Ловите на себе только восхищенные взгляды!**

ул. Гоголя, 30/1, тел.: 52-92-48, 58-69-90,  
[www.vip-triumf.tomsk.ru](http://www.vip-triumf.tomsk.ru)





# ЛЕТНЯЯ СЕССИЯ

**КОНСПЕКТ ДЛЯ ОТБЫВАЮЩИХ В ОТПУСК: ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ МЕЛАНИНА, МИОСТИМУЛЯЦИЯ ДЛЯ МЫШЕЧНОГО РЕЛЬЕФА, КИТАЙСКИЙ СЛИМ-МАССАЖ И ДРУГОЕ — ТЕЗИСНО.**



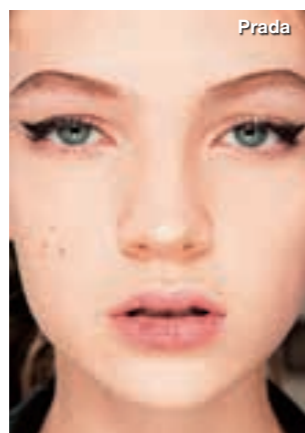
Летняя коллекция макияжа Bobbi Brown Sandy Nudes

## 1 МАКИЯЖ СЕЗОНА

По случаю выхода летней коллекции макияжа в студиях Bobbi Brown — новый урок «Загар круглый год». Записаться в ближайшую студию можно на сайте [bobbibrown.ru](http://bobbibrown.ru). Визажисты научат делать выразительный макияж глаз с применением золотисто-коричневых теней, сочетать бронзер с румянами, а с собой дадут персональную схему макияжа.

## 2 ХОЧУ, И ТОЧКА!

Веснушки — главный летний тренд. Если природа обделила, обзавестись веснушками хотя бы на один день помогут карандаши для глаз (лучше — водостойкие). Чтобы веснушки выглядели натурально, визажисты советуют рисовать микропятнышки разного размера. Веселая россыпь подчеркнет чистую, ровную кожу.



**За неделю до отпуска:** начните использовать средство **Sampar 3 Day Weekend**, которое делает загар более интенсивным, повышая уровень меланина на 32%. **Собирая сумки:** положите желе для создания эффекта мокрых волос **L'Oreal Professionnel Wet Domination**, чтобы на отдыхе не тратить время на укладку.

## 3 VACATION BREASTS

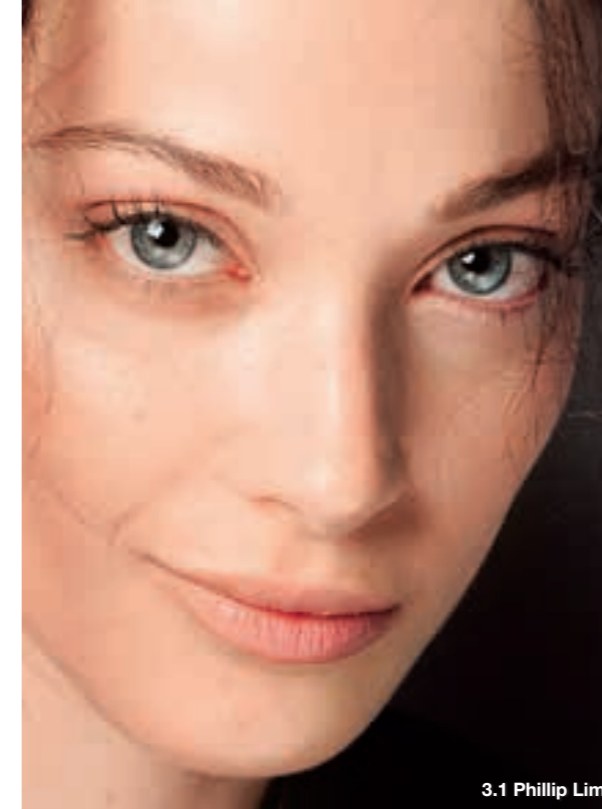
Vacation Breasts, или «грудь для отпуска», — такую процедуру разработал пластический хирург из Нью-Йорка Норман Роуи ([normanrowemd.com](http://normanrowemd.com)). Доктор Роуи ведет практику в одном из самых дорогих районов Манхэттена, Верхнем Ист-Сайде, и входит в Ассоциацию американских пластических хирургов. Он вводит пациенткам физраствор, в который добавляет стабилизирующий компонент: название компонента не раскрывается, известно лишь, что это препарат, использующийся в общей хирургии. Технология введения филлера также держится в секрете. По словам врача, единственное возможное осложнение — синяки при разрыве капилляров. Метод позволяет увеличить грудь на 1–1,5 размера, результат сохраняется несколько дней. Сейчас хирург работает над тем, чтобы заставить vacation breast продержаться 2–3 недели, и обещает решить задачу к следующему лету.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

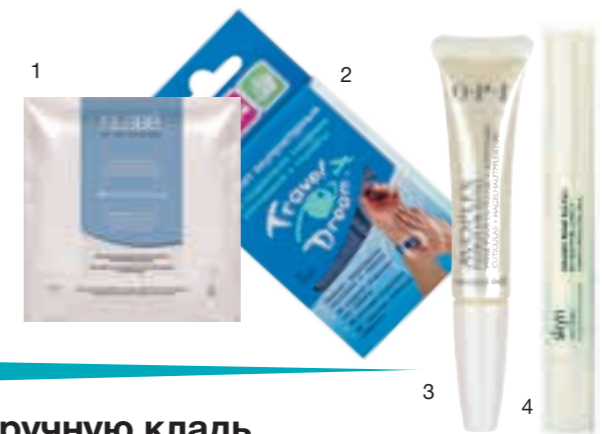
## 4 СОВЕТ СПА-ТЕРАПЕВТА:

Специалисты **Spa Palestra** советуют готовить кожу к загару. Можно сходить в хаммам. Массаж черным мылом, сваренным вручную по старинным рецептам из листьев оливы, очищает и витаминизирует кожу. Обертывание с глиной гассул убирает отеки, восстанавливает кожу благодаря высокой концентрации минералов. Массаж со специями обеспечивает лимфодренаж, разглаживает кожу. Программа длится 3 часа. Если спешите, можно ограничиться маской для тела из тамаринда: эта процедура предотвращает пигментацию (благодаря маслу розы) и выравнивает цвет кожи (благодаря растительным кислотам солодки и тамаринда).

Москва, 2-я Песчаная, 4а  
(499) 157-470-96, (499) 157-49-07



# СПИСОК ДЕЛ



## В ручную кладь

- **Салфетки Filabe** (1) — очищение и уход разом: содержат концентрированные ингредиенты в сухом виде, которые активируются, стоит намочить салфетку водой. Нановолокна микрофибрилла отшелушивают. Компоненты ухода мгновенно проникают в глубокие слои кожи. Крем после использования салфетки не нужен. Места не занимают, веса практически не имеют.
- **Акупунктурный браслет TravelDream** (2) поможет от укачивания: действует на точку перикарда на запястье, отвечающую за работу желудка и душевное спокойствие.
- **Карандаши:** со **Skyn Iceland Relief Eye Pen** (4) сухой воздух самолета нипочем — против темных кругов, отеков, морщинок. Средство для кутикулы **O.P.I. Avoplex Oil to Go** (3) создано, чтобы наносить на бегу: масло-гель не растекается и впитывается за минуту.

Защитить волосы от солнца, морской соли или хлорированной воды бассейна поможет ламинирование **Paul Mitchell**. Это хит марки вот уже 10 лет. Процедура проводится без теплового воздействия и не вредит волосам. Бонус — дополнительный объем и интенсивный блеск.

## 5 ДВИЖЕНИЕ ЧАСТИЦ

Процедура, на которую записываются модели перед показами и стройные девушки перед отпуском, — миостимуляция на аппарате **Vipline** в клинике «Ревиваль». Микротоки заставляют мускулатуру сокращаться, заменяя в этом смысле фитнес: для этого используются две насадки вместо обычных электродов. В результате через 7–10 дней мышечному рельефу позавидуют даже спортсменки. Правда, врачи рекомендуют процедуру только девушкам с минимумом жировой массы, иначе эффект не будет заметен. Через пару недель мышечный тонус постепенно сходит на нет, но после отпуска его можно поддержать в спортзале.

Москва, ул. Вавилова, 8  
(495) 762-2-762, (495) 970-1-077

Елена Шахова, косметолог-эстетист института пластической хирургии и косметологии **Real Clinic**, рекомендует перед отпуском пройти курс микротоков на аппарате **Blanc Lisse**. Эффект процедуры — лимфодренаж и, как следствие, избавление от лишней жидкости, минус 2–4 сантиметра в талии и бедрах, общая легкость. Приятный бонус — ровная и подтянутая кожа тела.

Москва, ул. Ф. Энгельса, 23, стр. 4  
(495) 644-5-644, (499) 261-56-03

## БРЕЮЩИЙ ПОЛЕТ

Не успели сделать эпиляцию? Британская марка Shave Doctor переворачивает взгляд на бритье — и женское в том числе. Средства очень эффективны против раздражений на коже и вросших волос: во время бритья наносим масло-гель, после — охлаждающее средство и гель-крем для глубокого увлажнения. Средства, хотя и созданы для мужчин, приятно пахнут лимоном. Недаром в Греции и Испании ритуал бритья от Shave Doctor уже включают в спа-программы.



© NIKOLAS MARAGOS-GREECE



1. Масло для бритья Shave Doctor не забивает станок и легко смывается. 2. Охлаждающий гель Shave Doctor — охлаждающий эффект длится до 30 минут.

# ТОНКИЙ МОМЕНТ

ЕСЛИ ДО ОТЪЕЗДА ХОТЯ БЫ ПАРА НЕДЕЛЬ, ЗАПИСЫВАЙТЕСЬ НА ПРОЦЕДУРЫ С ЭФФЕКТОМ SLIM

## 6 НАЙТИ ИСТОЧНИК

Процедура Slim Up в клинике «*Launna*» включает шесть источников инфракрасного излучения, три программы электростимуляции, а потому укрепляет мышцы и кожу, запускает процессы сжигания жира, уменьшает целлюлит. Процедура заменяет занятия в спортзале. Полный курс состоит из 10 процедур, но первые изменения заметны немедленно!

## 7 КИТАЙСКАЯ ГРАМОТА

Китайский слим-массаж в *Asia Beauty Spa* — это полтора часа проработки тела с особым вниманием к проблемным зонам. Древняя китайская техника включает лимфодренаж, глубокое воздействие на мышцы и подкожно-жировую клетчатку. Массаж улучшает кровообращение и обмен веществ, в результате клетки потребляют энергии больше, сжигая жировую ткань. Дополнение — процедура коррекции на аппарате Slim Up Ultra.

## 8 БИНТЫ, СРОЧНО!

В лаборатории *Guinot* разработали две новые процедуры для совершенствования тела: антицеллюлитную Techni-Minceur и тонизирующую Techni-Fermete. В основе процедур — обертывание бинтами для тела, пропитанными активными сыворотками. В уход входит массаж по технике Guinot с помощью тех же сывороток. Антицеллюлитная процедура уменьшает объем бедер на 1,3 см, талии — на 1 см. Тонизирующая — повышает упругость кожи на 28,7%.

## ПАХЛИ МОРЕМ

ИДЕАЛЬНЫЕ АРОМАТЫ ДЛЯ ОТПУСКА ВДВОЕМ



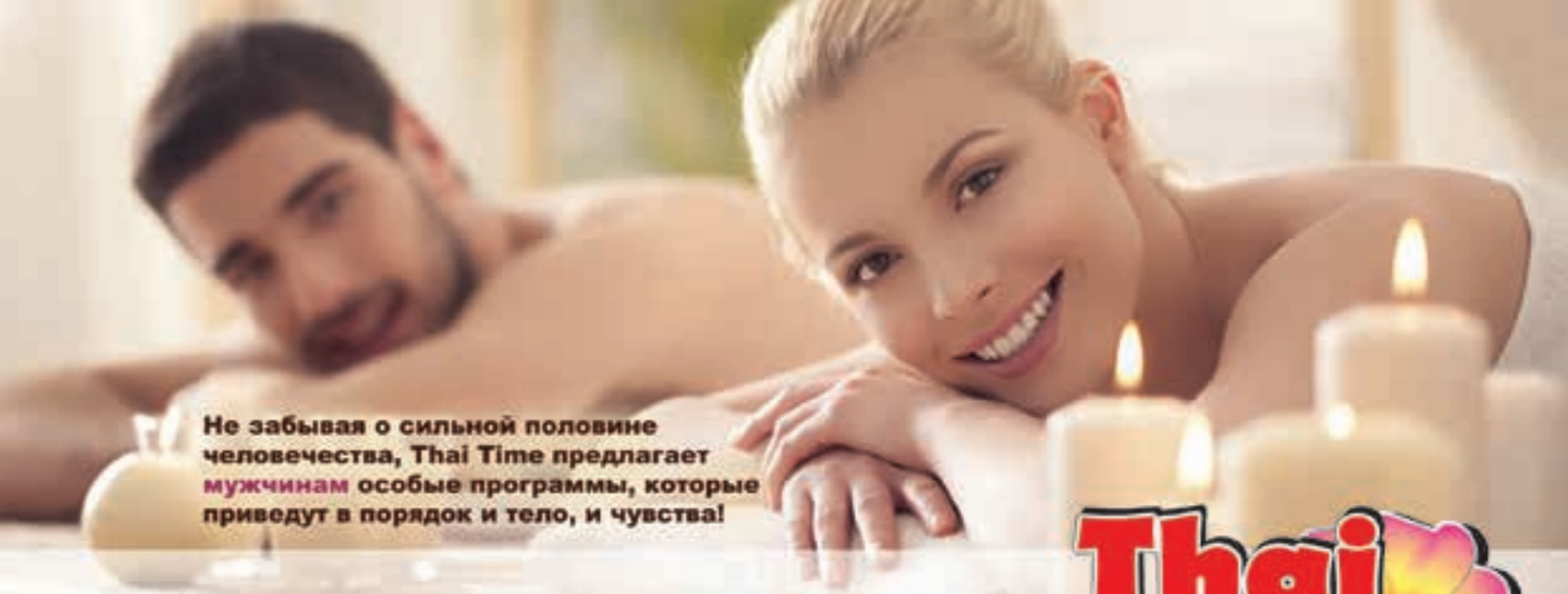
1. Davidoff Cool Water Sea Rose Summer Seas и Cool Water Man Summer Seas: праздник свободы, выход в открытое море. 2. Issey Miyake L'Eau d'Issey и L'Eau d'Issey Pour Homme: звуки морского прибоя, уединенный пляж — и флаконы с иллюстрациями художницы Юлии Бродской. 3. Kenzo L'Eau Kenzo Intense — новая поэма стихии воды.



## ВЫЙТИ ИЗ СТРЕССА

Цейтнот перед отпуском — знакомое состояние. Справиться со стрессом поможет напиток Mind Master от компании LR Health&Beauty (Германия). Ученые установили, что в период стресса вырабатывается много свободных радикалов, которые лишают организм сил. Поэтому в составе напитка — сильные антиоксиданты: ресвератрол, хлорофилл, зеленый чай, селен, витамин Е. А витамины группы В, железо, L-карнитин повышают умственную и физическую работоспособность.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



Не забывая о сильной половине человечества, Thai Time предлагает мужчинам особые программы, которые приведут в порядок и тело, и чувства!

# Thai Time

## Ароматная магия весны

Весна пробуждает в нас новые чувства и эмоции, заставляет расцветать и благоухать! Наши тайские специалисты приглашают всех желающих испытать на себе тайские SPA-процедуры с применением ароматических масел, которые делаются с огромной заботой о клиентах, индивидуальным подходом к каждому из них. Древнее искусство ароматерапии возвращает себе былую славу — ведь еще со времен Клеопатры женщины знали, как ароматерапия, ароматические эфирные масла помогают стать им еще более красивыми и желанными. И не случайно ароматерапию часто называют ароматологией — грамотно подобранные запахи помогут решить проблемы со здоровьем, омолодить, сделать вас привлекательной, сексуальной, придать силы и уверенности. В наличии ароматические масла: «Нероли», «Кожос», «Лемонграсс», «Лотос», «Жасмин», «Иланг-иланг» и «Магнолия»!



В преддверии жаркого сезона в салоне представлены различные SLIM-ПРОГРАММЫ!



Релакс-центр традиционного тайского массажа, ул. Алтайская, 8/3, тел. 8 (3822) 936-126



**ЗВЕЗДА КИНО**<sup>®</sup>

*студия красоты*

**представляет  
коллекцию  
свадебных  
и вечерних  
образов 2015  
года.**

*У Вас свадьба?  
Выпускной?  
День рождения?*

**Доверьте свой  
праздничный  
образ  
профессионалам!**

Макияж: Ирина Вершинина  
Прическа: Ирина Денельян

**СТУ**  
*Дмитрия  
Карпушева*  
**ДЛЯ**

*Свадебная  
фотография*

**32-22-26**

[www.vk.com/studio\\_karpushev](http://www.vk.com/studio_karpushev)

ул. Карташова, 29 Б

# Взять бронзу

1. Пудра **Bobbi Brown Face & Body Bronzing Duos** включает бронзер и румяна. Бронзер подходит для всех типов кожи, так как в нем содержатся красный и коричневый оттенки, присутствующие в естественном загаре.

2. В формуле коллекционной бронзирующей пудры **Clarins Aquatic Treasures** — растительный микропластырь, который образует на поверхности кожи защитную пленку, ограничивающую испарение влаги и защищающую от обезвоживания.

3. Летнее издание **Dior Nude Tan** включает, помимо пудры, четыре оттенка румян. Нежно-розовые тона — для блондинок, песочные и оранжевые — для брюнеток. Смешиваясь, они создают эффект свежести и легкого загара.

4. Орнамент в виде камелии, невесомая шелковая текстура с золотым блеском — это эксклюзивная пудра с эффектом сияния **Lumière d'Été om Chanel**, незаменимая для макияжа в цветах Ривьеры.

5. **Guerlain** представляет новую версию Terracotta с деликатным и очень естественным оттенком загара: легкие пигменты не перегружают кожу, розовый оттенок оживляет цвет лица. Встречайте — **Terracotta Joli Teint Poudre Duo Bonne Mine Naturelle**.



**АЭРО ЙОГА**   
ЙОГА В ВОЗДУХЕ

ТОМСК, УЛ. ГЕРЦЕНА, 44,  
ТЕЛ. 8-913-901-91-42



Работаем в сотрудничестве  
с Международной школой йоги  
в воздухе, г. Москва



Необыкновенное ощущение полета  
Восстановление организма

Разгрузка позвоночника  
Сила и гибкость



[vk.com/airyoga.tomsk](https://vk.com/airyoga.tomsk)



[facebook.com/airyoga.tomsk](https://facebook.com/airyoga.tomsk)



[airyoga.tomsk](https://airyoga.tomsk)

**И** аппаратные методики и пилинги по механизму достижения эстетического эффекта делятся на две категории. В первой результат достигается за счет реакции кожи на повреждение, во второй — за счет воздействия на клетки кожи полезных веществ, в том числе транспортировки полезных веществ в глубокие слои кожи, в саму клетку нанокосметикой, мезо- и другими способами.



## Альтернативные технологии

Современные косметологи часто советуют — особенно после 40 — выбирать более щадящие и эффективные альтернативные средства из второй категории.

**SESDERMA** — всемирно известная лаборатория (Испания), основанная более 20 лет назад доктором медицины, руководителем отдела клинической дерматологии госпиталя университета г. Валенсии и действительным членом американской и европейской ассоциаций дерматологии, Габриэлем Серрано. Лаборатория разрабатывает инновационные продукты высокого качества для работы в области эстетической и врачебной косметологии.

В 2010 году **SESDERMA** осуществила инновационный прорыв, первой предложив мировому косметическому рынку препараты на основе нанотехнологий: химические пилинги и мезопрепараты, линии и специальные средства для профессионального и домашнего ухода **MEDIDERMA/SESDERMA**. Для решения эстетических и дерматологических задач она начала использовать новейшую технологию транспортировки активных ингредиентов, инкапсулированных в липосомы нано-размера с высокой проникающей способностью.

Уникальная линия **FILLDERMA** — косметическая альтернатива микро-инъекциям, обеспечивающая немедленный и пролонгированный результат. Препараты увеличивают толщину эпидермиса, дермы и подкожных тканей благодаря комбинированному воздействию активных ингредиентов на разных уровнях.



**FILLDERMA NANO** — двухшаговая система заполнения морщин без инъекций, состоящая из силиконовой сыворотки и геля-активатора. Сыворотка разглаживает, заполняет, предотвращает морщины, улучшает тонус и текстуру кожи, увеличивает объем губ. Регенерирующий гель-активатор глубоко увлажняет, подтягивает и омолаживает кожу,

предотвращая старение и дряблость, заполняет морщины, увеличивает толщину дермального слоя и плотность кожи, регенерирует эпидермальный слой. **FILLDERMA NANO** — обладатель премии Лучшей инновации среди средств anti-age по итогам голосования дермофармацевтов Испании.

**FILLDERMA LIPS** — двухшаговая система активного ухода для губ, склонных к сухости, потере объема и образованию морщинок, использует ту же технологию транспортировки в наносомах и тот же комплекс активных ингредиентов. В результате обещается четкий контур, красивая форма и увеличение объема, гладкие, увлажненные губы.

**FILLDERMA ONE** — крем для заполнения морщин в одном шаге для профилактики и борьбы с кожным старением. Содержит активные ингредиенты, обладающие эффектом «заполнения», которые уменьшают глубину морщин как на поверхности кожи, так и внутри, предотвращают появление новых. Регенерирует и реструктурирует, повышает тургор и эластичность кожи. Содержит лифтинг-комплекс, мгновенно улучшающий внешний вид кожи уже после первого нанесения.

### Невидимая солнечная защита

Чего больше всего нам не хватает зимой? Конечно, теплых солнечных лучей, ведь ультрафиолет играет жизненно важную роль в функционировании организма. Но вот настает лето, и мы начинаем вспоминать, что в небольших количествах УФО необходимо, но его переизбыток повреждает и убивает клетки организма, изменяет и разрушает структуру ДНК.

Кожа человека снабжена сложной системой защиты, однако в большинстве случаев она бывает недостаточной. Спасти клетки от гибели или нежелательной мутации способны ферменты — соединения белковой природы, восстанавливающие поврежденную часть ДНК. Специалистами лабораторий **SESDERMA** создан уникальный комплекс активных ингредиентов, включающий ферменты фототиазы, эндонуклеазы и экзонуклеазы, инкапсулированные в нанолпосомы. Ферменты усиливают защитные свойства кожи и восстанавливают молекулярную структуру ДНК.



## Ферменты усиливают ЗАЩИТНЫЕ свойства кожи и восстанавливают МОЛЕКУЛЯРНУЮ структуру ДНК

Новое поколение нанопрепаратов для восстановления ДНК после инсоляции представлено солнцезащитным крем-гелем с **СЗФ 50** и увлажняющим и восстанавливающим гелем после загара.

**REPASKIN FOTOPROTECTOR SPF 50** — липосомированный фотопротектор с **СЗФ 50 (UVA/UVB)** для защиты кожи лица, содержит ферменты репарации ДНК (фототиазы и эндонуклеазы), которые активируются под воздействием видимого света, проникая в самые глубокие слои кожи и способствуя восстановлению поврежденной клеточной ДНК. Кроме того, в состав входят физические и химические фильтры последнего поколения, обеспечивая коже максимальную защиту: диоксид цинка, зеленый чай, фитосфингозин. Крем можно нанести на кожу лица за 30

минут до солнечной экспозиции, а при длительном солнечном воздействии повторять нанесение каждые 2 часа.

**REPASKIN GEL POST-SOLAR** — гель после загара, оказывает увлажняющее, успокаивающее и восстанавливающее действие при повреждениях, вызванных солнечным излучением, устраняет повреждения ДНК клетки при отсутствии видимого света. Содержит эндонуклеазы и успокаивающие и увлажняющие активные ингредиенты: центеллу азиатскую, алоэ вера, ромашку, зеленый чай, гинкго билоба. Его следует наносить на лицо и тело сразу после инсоляции.

Для правильного подбора средств по уходу за вашей кожей обратитесь к вашему косметологу.

Салон «VIP-Триумф», ул. Гоголя, 30/1, тел. 52-92-48  
Клиника косметологии «REVITAL», пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44  
Центр красоты «Подружка невесты», ул. Гоголя, 55, тел. 444-777

sesderma  
listening to your skin



Препараты увеличивают **ТОЛЩИНУ** эпидермиса, дермы и подкожных тканей благодаря комбинированному воздействию **АКТИВНЫХ** ингредиентов на разных **УРОВНЯХ**.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



## Территория заботы и вдохновения

**К**расота и молодость, ухоженность и привлекательность всегда открывают для человека невероятные возможности. 27 февраля 2015 года в самом центре города распахнул свои двери «LUX club&spa» — волшебная страна удовольствия и любви к себе, раскинувшаяся на 300 квадратных метров.

— «LUX club&spa» — уникальное место, попадая в которое, переносишься из мира суеты и повседневности в покой и роскошь, — рассказывает управляющая салоном Дина Владимировна Ненуженко. — Гостеприимство, высокий уровень сервиса, самое современное и прогрессивное медицинское оборудование, лучшая косметика — все это с радостью предложат клиенту сотрудники клуба.

Стать лучше, стройнее и моложе — для достижения этих целей SPA-клуб предлагает широкий спектр услуг. Двухуровневая структура заведения позволяет разделить женский и мужской парикмахерские залы. Теперь представители сильного пола могут расслабиться и стать еще привлекательнее в компании единомышленников.

Парикмахерские услуги в салоне представлены французской компанией с

более чем столетней историей — «L'Oréal Professionnel», чья косметика профессиональна во всех отношениях: она эффективна, безопасна и разнообразна. Стоит отметить, что «LUX club&spa» является салоном-экспертом марки, предоставляя не только профессиональный сервис, но и эксклюзивный подход к каждому клиенту. Постоянное повышение квалификации мастеров парикмахерского дела приносит невероятные плоды и сказывается на качестве услуг.

— На данный момент один из мастеров салона проходит обучение в академии L'Oréal Professionnel, — добавляет Дина Владимировна.

Для самых взыскательных клиентов сотрудники клуба подготовили VIP-кабинет

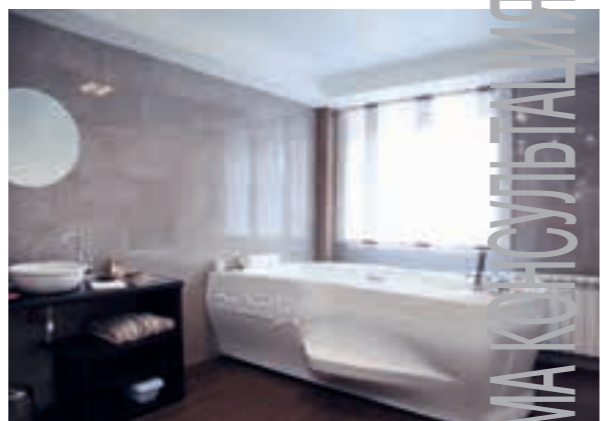


индивидуального обслуживания. Помимо парикмахерских услуг его посетители могут получить услуги ногтевого сервиса по системе 4hands, что подходит для тех, кто ценит каждую минуту своего времени.

SPA-зона клуба со стильными и лаконичными интерьерами, уютными цветами — место, откуда не хочется уходить. Уход за телом и лицом, руками и ногами, основанный на эффективном комплексе SPA-процедур, уникальных массажных техниках, потрясающем эффекте бани, превращает посещение салона в личный праздник любви и уважения к собственному телу. Услугами SPA-зоны можно наслаждаться как индивидуально, так и в компании близкого человека — два массажных стола располагают к этому.

— Гордость SPA-центра — первоклассные специалисты: врачи-дерматологи и косметологи, владеющие разнообразными инъекционными и аппаратными методиками по лицу, массажисты и SPA-терапевты, в арсенале которых — также массажные, банные, аппаратные и инъекционные методики по телу. Все специалисты, которые осуществляют данные услуги, имеют высшее медицинское образование, — отмечает Дина Владимировна.

Подготовить нежную сибирскую кожу к летнему солнцу позволит новейший безопасный солярий LUXURA by



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

NAPRO (Нидерланды), являющийся лидером на рынке вертикальных соляриев.

Еще одна гордость салона — используемые марки косметики. В «LUX club&spa» эксклюзивно представлена уникальная марка «Gemology» с частицами полудрагоценных камней и минералов и в составе косметических продуктов. И все уходовые процедуры выполняются с помощью отполированных кристаллов горного хрусталя грушевидной формы. Еще одна статусная марка, представленная здесь, — «Revonia», средства которой дарят расслабление и комфорт с помощью натуральных ингредиентов в своем составе. — Упор в косметологии мы делаем не только на качество услуги, но и на эксклюзивность, — объясняет управляющая салоном.

«LUX club&spa» — это, пожалуй, один из немногих салонов Томска, предоставляющий настолько широкий спектр косметологических услуг: безинъекционная мезотерапия на израильском аппарате Infusion, алмазный пилинг на аппарате Pristine, укрепление тонуса кожи в гидромассажной ванне, диагностика кожи и волос на современном дерматоскопе, безболезненная лазерная эпиляция на немецком оборудовании Asclepion, который осуществляет и лазерное омоложение, и терапию акне. При работе на данной аппаратуре используют только натуральные и безопасные косметологические средства.

Лазерная установка Asclepion MeDioStar NeXT является уникальной в своем роде, что отражено и в ее названии. Асклепион — древнегреческий храм, посвященный богу медицины Асклепию, жрецы которого занимались лечебным делом. Целый ритуал был посвящен исцелению людей: обратившийся за помощью должен был провести ночь в Асклепионе, после чего рассказать о своих снах жрецу-асклепиаду. На основании трактовки сна назначались лечебные мероприятия, которые приводили к выздоровлению. Прошли тысячелетия, и теперь мужчины и женщины приходят в «LUX club&spa» и рассказывают косметологам о своих снах, где они красивы и чарующе молоды. А далее при помощи Асклепиона — но уже лазера — эти сны становятся реальностью!

— Это самая безболезненная и самая безопасная лазерная технология, не требующая анестезии (за счет современной системы охлаждения кожи Пельтье вместе с режимом удвоения импульса, гарантирующие комфорт и безопасность). Степень комфорта во время эпиляции существенно выросла, в этом немецким производителям нет равных, — отмечает Дина Владимировна. — Этот уникальный аппарат в городе представлен эксклюзивно только у нас.

Все оборудование, представленное в салоне, от высокотехнологичного лазера до парикмахерской расчески, не только соответствует критериям современности и входит в число новейших разработок рынка красоты, но и производится с учетом всех норм и разрешений. — Одно из главных требований руководства «LUX club&spa» — соответствие требованиям не на бумаге, а в скрупулезном подходе, — отмечает Дина Владимировна.

Для того чтобы как можно больше мужчин и женщин нашего города встретили лето еще более ухоженными и красивыми, специалисты предлагают 20% скидку на услуги косметологии, действующую до конца мая. Кроме того, сотрудники клуба подготовили клубные карты, скидки и подарки для своих гостей!

**LUX**  
club & spa

*Роскошь  
быть собой*



*Пребрати в роскошь  
часть своей жизни!*

ул. Дальне-Ключевская, 5,

☎ 990-001

lux-tomsk.ru

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ  
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



## Женская тема

*Современные женщины все увереннее отодвигают приближение зрелого возраста — и с помощью дорогой уходовой косметики, и специалистов по эстетической медицине, и своим активным образом жизни. Но по-прежнему для многих из них становится неприятным сюрпризом появление возрастных признаков в интимной сфере.*

**ПРОБЛЕМА:** Начинают тревожить потеря упругости и естественной влаги в тканях гениталий, дискомфорт, зуд в области вульвы, чувства сухости, тяжести и боли, ухудшение общего самочувствия и качества интимной жизни.

**ОТВЕТ:** Эти негативные симптомы, скорее всего, говорят о приближении менопаузы, когда резко падает выработка гормонов эстрогена и постепенно происходит сокращение коллагеновых волокон. Быстро и эффективно помочь в данном случае могут: реконструкция слизистой оболочки влагалища, коррекция потери ее объема, восстановление увлажнения и упругости.

**ВОПРОС:** Неужели может потребоваться оперативное вмешательство?

**ОТВЕТ:** Оно совершенно не требуется. Теперь существует современный прогрессивный метод, который успешно борется с признаками старения в интимной области с помощью фракционного CO2 лазера DOT (DEKA, Италия), — *MonaLisaTouch™* (Вульво-вагинальное лазерное омоложение)

**ВОПРОС:** Это абсолютно безопасно для женского организма?

**ОТВЕТ:** Конечно. В основе данного метода — естественное, безболезненное и малоинвазивное вмешательство без побочных эффектов, фармакологических методов лечения и традиционной хирургии. В результате применения уникальной технологии лазер, мягко воздействуя на ткани слизистой оболочки влагалища и вульвы, стимулирует выработку коллагена, улучшает состояние обрабатываемого участка, восстанавливает правильный трофический баланс тканей.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

**ВОПРОС:** На какие результаты после вульво-вагинального лазерного омоложения может рассчитывать женщина?

**ОТВЕТ:** Происходит качественное улучшение женского интимного здоровья: устраняются эстетические несовершенства и дефекты внешних половых органов, увеличивается мышечный тонус влагалища, повышается чувствительность и увлажненность ее слизистой оболочки, полностью устраняются сухость, зуд и раздражение. Кроме того, лазер лечит крауроз и лейкоплакию, помогает при недержании мочи.

**ВОПРОС:** Данный метод действительно гарантирует женщине продолжение полноценной и здоровой жизни?

**ОТВЕТ:** Вагинальное лазерное омоложение *MonaLisa Touch™* подарит любой женщине возможность ощущать себя молодой и прекрасной в течение долгих лет.

## Отзывы

**Тамара, 63 года**  
Прекратились жжение и сухость, которые беспокоили меня круглосуточно. Никогда не думала, что эту проблему можно решить. Она меня мучила с появлением менопаузы.

**Наташа, 27 лет**  
Долго ходила по врачам. Не могли решить проблему, которая появилась в столь молодом возрасте. В результате проведенных процедур у меня уменьшилась сухость и чувство жжения в области наружных половых органов и во влагалище, восстановилась слизистая влагалища (увеличилась ее влажность). Уменьшилось чувство дискомфорта во время полового акта и повысилась либидо.

**Лена, 42 года**  
Неожиданно для себя почувствовала более качественные сексуальные ощущения.

**Света, 34 года**  
Процедуру делала для профилактики. Врач обнаружила внутри маленький рубец после родов. После процедуры этот рубец стал еле заметным.

Приглашаем вас пройти процедуры *MonaLisaTouch* со скидкой 15% до 1 июля!

**С чего начать: позвоните нам по телефону 533-100 и запишитесь на консультацию или оставьте заявку на нашем сайте. На консультации нужно иметь при себе заключение о состоянии здоровья от врача-гинеколога, мазок на цитологию и степень чистоты, УЗИ органов малого таза.**

Медицинский центр «Эстетик», ул. Никитина, 15 а, тел. 533-100, [www.estetic.tomsk.ru](http://www.estetic.tomsk.ru)

# ТРЕНДЫ лета 2015

## MUST-HAVE

Каждая девушка\* должна этим летом:

**1** Получить базовые знания по уходу за кожей лица: для этого нужно прийти на консультацию к косметологу, который пропишет необходимые процедуры в клинике и подберет косметику для домашнего ухода. Рекомендую линейку SESDERMA с огромным выбором препаратов и прекрасными результатами.

**2** Приобрести себе солнцезащитное средство, чтобы не превратиться в «засушенную печеньку» или «пятнистого жирафика» после лета и не состариться раньше времени. Не забудьте о своем парне — мужчинам тоже хочется оставаться молодыми. Сейчас появились новые солнцезащитные средства, которые не просто защищают от солнца, но и восстанавливают кожу после УФ-воздействия. Я предпочитаю широко представленную серию RE-PASKIN в линейке препаратов SESDERMA.

**3** Интенсивно увлажнить лицо. Тем, кто уже делал инъекции гиалуроновой кислоты, обязательно повторить их перед летом, а тем, кто еще не пробовал, — самое время начать.

**4** Вырастить бесконечно длинные ресницы — как в рекламе. С единственным отличием — они не исчезнут после снятия макияжа, потому что современные препараты позволяют отрастить СВОИ ресницы. Препарат «Латиссе», на мой взгляд, действительно работает!

**5** Удалить нежелательные волосы с помощью лазера. Гладкая кожа — бесспорно, самый долгий и не меняющийся тренд. Тем более что сегодня это делается быстро, безболезненно и эффективно!

**6** Пахнуть розами, ванилью и всем самым вкусным, что входит в ваш любимый парфюм. Забудьте о мучениях по поводу гипергидроза (повышенного потоотделения) со всеми вытекающими



Светлана Витальевна Базаева,  
врач-косметолог, ведущий специалист  
по дерматоонкологии

при его наличии проблемами. Нежелательное потоотделение корректируют инъекциями ботокса или диспорта.

**7** Много улыбаться! Самый главный фактор ощущения молодости и счастья — это внутренняя энергия!

\*Под словом «девушка» имеются в виду и девушки, и женщины, так как возраст от... и до... ограничивается только ощущением себя.



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИИ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

## ЖЕМЧУЖИНА КОСМЕТОЛОГИИ

Медицина и косметология тесно связаны между собой, и открытия, сделанные в области медицины, с большим успехом используются в современной косметологии.

Испанское подразделение Mediderma активно работает в этом направлении и специализируется на производстве высококачественных химических пилингов для лица. Недавно огромную популярность среди клиентов Mediderma приобрел феруловый пилинг. В последние годы лабораторные работы Mediderma были плотно связаны с изучением и опытными исследованиями феруловой кислоты: было выяснено, что она, как никакая другая, обладает наивысшими антиоксидантными свойствами, уменьшает и предотвращает появление первых морщин. Но самое приятное то, что пилинг на ее основе без малейших опасений можно проводить в летнее время: кислота подавляет выработку меланина и защищает кожу от фотоповреждения, которое проявляется пигментацией. Теперь ведущие центры и клиники стараются обязательно ввести ее в перечень своих услуг.

Многие косметические средства не способны проникнуть глубоко. Но используя нанотехнологии, в лаборатории подразделения Mediderma удалось решить данную задачу. Был найден способ, с помощью которого к клеткам кожи целенаправленно попадают необходимые компоненты (феруловая кислота в их числе). Ученые смогли заключить активные компоненты в липосомы — структуры, схожие с нашими клетками, что и позволяет им проникать на глубину дермы. Уникальность наночастиц проявляется также в том, что они способствуют синтезу молодого коллагена. По своей эффективности нанопилинг превосходит любой классический пилинг, так как он способен контролировать



Евгения Борисовна Рафальская,  
врач-косметолог, зав. отд. косметологии и лечебного  
массажа, ведущий специалист Anti-age терапии.

равномерность и глубину проникновения полезных веществ в организм и служит своеобразной антиоксидантной защитой. Сегодня клиенты называют этот вид пилинга «жемчужиной в косметологии» и причисляют эту процедуру к разряду класса «люкс». Рекомендовано пройти несколько курсов из семи процедур каждый, с обязательным двухнедельным интервалом.

Не уступают по своей эффективности в борьбе с первыми признаками старения flash-уходы от Mediderma, которые решают проблему лифтинга и придают коже сияющий вид. Если завтра вам предстоит важное мероприятие, где вы должны блистать, flash-уход — лучший вариант для любой женщины! За счет того, что в уходе применяются поверхностный пилинг и высококонцентрированные липосомированные компоненты, результат от одной процедуры получается таким, будто над ним трудились целый месяц.



г. Томск, пр. Фрунзе, 88,  
тел. 22-50-44,  
www.revitaltomsk.ru



Скорее всего, хотя бы раз в жизни большинство из нас сталкивались с аллергической реакцией на какой-либо пищевой продукт, проявляющейся астматическими реакциями, отеком слизистых, кожными высыпаниями сразу же после контакта с продуктом-аллергеном. Но ситуация может сложиться печальнее, если организм, отрицательно реагируя на какой-либо продукт, никак внешне не «выдает» себя.



# Иммунная диетология

О причинах появления такого «замаскированного» вида аллергии, об ее последствиях, методах диагностики и лечения рассказывает доцент кафедры эндокринологии СибГМУ, кандидат медицинских наук Валентина Александровна Столярова.

— Во второй половине XX века медицина столкнулась с непростой проблемой: нередко пищевой продукт абсолютно не вызывал классических аллергических реакций, но его употребление сопровождалось развитием патологических процессов, проявляющихся спустя длительное время после попадания в организм. Такие состояния получили название «непереносимость пищи», «пищевая аллергия замедленного типа», «скрытая пищевая аллергия». Избыточный вес, головная и суставная боль, проблемы ЖКТ, частые

простуды — эти и огромное количество других заболеваний могут являться результатом скрытой пищевой аллергии.

Жизнь показывает, что проблемы скрытой пищевой непереносимости проявляются тем чаще, чем продолжительнее становится жизнь человека. Возможно, в скором времени тест на врожденную пищевую аллергию у ребенка станет настолько же актуальным, как и генетический тест. Мы должны понимать, что проблемы пищевой аллергии, как правило, связаны с дефицитом врожденных ферментов: например, отсутствием ферментов, расщепляющих молочные белки и молочные сахара, ферментов, расщепляющих белок грибов, ферментов, вызывающих проявление скрытой пищевой аллергии на яичные продукты.

Очень часто бывает, что болезнь протекает какой-то период времени достаточно скрыто. Но при снижении иммунных характеристик организма, при длительных хронических стрессах, частых перелетах по мировым часовым поясам, постоянной смене пищевых режимов — например, сегодня вы в гостях у сибиряков, завтра — в Армении, послезавтра — в Таиланде — нередко происходит «накопление» скрытой пищевой аллергии. О том, что

чужая кухня может не подходить человеку из другого мирового региона, люди догадывались давно, недаром появилась поговорка «Что русскому хорошо, то немцу смерть». На самом деле, это научно обоснованно и связано не просто с различными вкусовыми национальными пристрастиями, а именно с эволюцией пищеварительной системы. Сейчас в мире все перемешалось и все живут в очень тесной интернациональной связи. Хочу привести

Программа ImmunoHealth основана на инновационных методиках иммунной диетологии и позволит вам избавиться или снизить выраженность симптомов таких проблем, как:

- избыточный вес (следствие скрытой пищевой непереносимости)
- заболевания кожи
- болезни суставов
- болезни сердца и сосудов
- расстройство системы пищеварения
- сахарный диабет второго типа
- синдром дефицита внимания у детей и взрослых
- хронические болезни уха, горла, носа
- синдром хронической усталости

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

## ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ IMMUNOHEALTH:

- заполнение анкеты и сдача специального анализа крови BloodScan Test
- обработка результатов программой под контролем врача
- составление «Пищевого портрета»
- обучение правилам сочетания продуктов и приготовления блюд

один показательный пример: армянские мужчины исторически обладают очень стройными, подтянутыми фигурами, но переехав в Сибирь, многие из них начинают набирать вес. Почему? Дело в том, что здесь они питаются нашим традиционным российским хлебом, который готовится на дрожжах, в Армении, как многие знают, он бездрожжевой.

У нас в Томске есть уже не только пельменные и блинные, но и узбекская кухня, и японская, и китайская. И к несчастью для сибиряков, с медицинской точки зрения это очень негативно. Каждый, кто пользуется не своим питанием, расплачивается либо проблемами и дисфункциями ЖКТ, либо проблемами веса и кожи, и уже в запущенных случаях — проблемами репродуктивной системы.

Предлагаемые в клиниках СибГМУ методики иммунной диетологии заключаются в том, чтобы не назначать таблетку дополнительно к имеющейся проблеме, а выявить продукт, который является пищевым аллергеном, удалить его из питания — и организм сможет сам ликвидировать последствия проблемы.

Метод диагностики скрытой пищевой аллергии ImmunoHealth разрабатывался в течение последних десяти лет учеными Германии, Франции, Финляндии по иммуноглобулину G крови в ответ на пищевые аллергены ста одиннадцати продуктов. Программа ImmunoHealth позволяет перестроить питание и убрать пищевые аллергены, исключив некоторые продукты.

Аллергия очень четко стратифицируется с цифрами, то есть, чем выше аллергическая настроенность на данный продукт, тем больше цифры иммуноглобулина G. Продукт-аллерген выявляется следующим образом: из пальца производится забор крови (подготовки не требуется), она наносится на тест-систему. Затем по результатам исследования с пациентом проводится подробное собеседование, в ходе которого корректируется его питание. В зависимости от того, какие скрытые пищевые аллергены были выявлены у пациента, они ликвидируются из рациона. Какие-то симптомы уходят очень быстро: отечность, пастозность, артериальное давление; какие-то чуть медленнее. Особенно важно, что после проведения такой диагностики в клиниках СибГМУ, пациента в течение трех и более месяцев наблюдает врач, внося корректировки в назначения в зависимости от изменений состояния здоровья.

Достижения хорошей клинической симптоматики зависят, конечно, и от самого пациента. Эта программа основана на доверии, и, если пациент не выдерживает диеты, результаты отстают и главное, что его обман будет написан на коже лица или тела. Очень хорошо реагируют на этот тест дети: поскольку у них обмен веществ более подвижный, то и симптоматика у них выходит намного быстрее. Еще нужно отметить, что самостоятельный тест у ребенка может проводиться при отлучении его от груди. Если он получает грудное вскармливание, то тест проводится только маме, которая может быть «виновницей» проблем у ребенка.

Если пересчитать все затраты на проблемы коррекции артериального давления, на проблемы коррекции избыточной массы тела и прочие заболевания, то за год обращение к программе ImmunoHealth себя оправдывает трижды, а то и больше. В два-три раза уменьшается склонность к вирусным заболеваниям, потому что вы выводите из игры пищевые аллергены, уменьшается нагрузка на пищевую систему, она уже борется с непосредственными врагами — с вирусами. Болезни не такие яркие, без выраженного насморка



и головных болей, нагрузка на слизистые значительно уменьшается.

К счастью, все больше современных людей задаются вопросами: Как быть здоровым? Как исправить свое пищевое поведение? Как сбросить лишний вес? В клиниках СибГМУ будут рады помочь ответить на эти вопросы, используя самые современные научные знания!

На сайте [www.clinics.tomsk.ru/kldc](http://www.clinics.tomsk.ru/kldc) вы сможете узнать подробнее о системе восстановления здоровья путем коррекции питания ImmunoHealth, а также о таких новых направлениях, как быстрая и высококачественная диагностика Check-up и Денситометрия.



Лечебно-диагностический центр СибГМУ,  
ул. Учебная, 39, тел. 905-317



**Углеводы — не враги. С помощью диетолога развенчиваем мифы про то, что на ужин нужно есть только белок и что от хлеба полнеют, а также расширяем запас круп.**

Текст: Марина Дивич

# Останемся друзьями

Злаверды модных журналов все реже постят в Instagram рыбу с листьями салата, приготовленную в мишленовском ресторане, и все чаще размещают фото макробиотических злаковых обедов. Каждая следящая за трендами хозяйка уже освоила пару рецептов с киноа. А несколько дней назад американский атлет Рич Ролл, многократный участник чемпионата Ironman по триатлону, признался в любви к крупам и заявил, что ценность углеводов сильно недооценивают. Кажется, пришла пора восстановить репутацию углеводов, разобраться с мифами, которые их окружают, и снова с ними подружиться.

**Миф 1:** Без углеводов вполне можно обойтись, от них только лишние килограммы.

«На самом деле рацион любого человека, в том числе худеющего или того, кто хочет удержать вес, на 60% должен состоять из углеводов, — комментирует диетолог Татьяна Залетова. — Дефицит углеводов вызывает снижение работоспособности, усталость. Поэтому краткосрочные диеты сейчас не популярны.

Современная тенденция — подбирать программу сбалансированного питания, которой вы сможете придерживаться как можно дольше. Если не хотите набирать вес, главное — следить за общей калорийностью рациона. 150 г белков плюс 150 г углеводного гарнира — вот оптимальный размер порции, которого придерживаться поначалу многим сложно». Доказательством словам диетолога могут служить программы питания, разработанные ею для компании GrinDin. Например, тем, кто хочет снизить вес на рационе в 1400 ккал, предлагают на завтрак сырники, на ланч — овощную лазанью, а на обед — лосось с

картофелем и цельнозерновым хлебом. При таком питании, признает Татьяна, результатов придется ждать дольше, чем на белковой диете. Но зато удержать проще и проблем с кишечником или желчным пузырем можно не опасаться. В конечном итоге, говорит врач, через шесть месяцев человек достигает того же минуса в килограммах, что и те, кто лишает себя углеводных радостей. А вот срывов и повторных наборов веса на сбалансированном рационе гораздо меньше.

**Миф 2:** Простые углеводы вредны для здоровья.

Главное, что нужно знать человеку, решившему возобновить отношения с углеводами: они делятся на простые (они же быстрые) и сложные (они же медленные).

В простых углеводах между атомами одна или две химические связи (моносахариды и дисахариды). Чем это плохо для нас? Тем, что эти малочисленные связи разрываются практически мгновенно, то есть углеводы быстро расщепляются до глюкозы и сразу же попадают в кровь. Так много глюкозы сразу организму не нужно, большая доза глюкозы провоцирует повышенную выработку инсулина, что ведет к ее утилизации в виде жировых запасов.

А вот в сложных углеводах много межатомных связей. Они разрываются постепенно в течение нескольких часов, поставляя глюкозу в кровь порциями, которые организм расходует постепенно. Поэтому сложные углеводы более полезны.

Тем не менее быстрых углеводов в рационе может быть до 10%, утверждает Татьяна Залетова — и добавляет: «Есть данные, что полное исключение быстрых углеводов из рациона может спровоцировать депрессию».

**Миф 3:** Хлеб тоже вреден: в нем глютен и дрожжи.

Хлеб больше всего пострадал в войне против углеводов. Если гречке и овсянке еще удавалось вписаться в рацион рафинированной барышни, то бутербродам — нет. К тому же в последнюю пару лет репутация хлеба сильно ухудшилась из-за кампании против глютена и дрожжей. Татьяна Залетова объясняет, что ни в глютене, ни в дрожжах ничего

страшного для пищеварения здорового человека нет. Напомним, глютен или клейковина — это белок, который содержится в злаках: пшеница, рожь, ячмень. После одного давнего интервью с врачом я несколько дней обходила стороной хлебный отдел в супермаркете: мне рассказали, что глютен, будучи клейкой субстанцией, практически цементирует ворсинки кишечника. «На самом деле полное исключение глютена необходимо лишь людям, страдающим целиакией — это генетически запрограммированная болезнь, при которой белок злаковых вообще не усваивается, — говорит Татьяна Залетова. —

Прописывать безглютеновую диету всем и каждому не имеет смысла». Есть еще пограничное состояние под названием «непереносимость глютена» — что-то вроде приобретенной аллергии на белок злаковых. Но и его, как признают диетологи, нельзя подтвердить анализами или обследованиями.

## ПРОСТЫЕ И СЛОЖНЫЕ

Простые и сложные углеводы различаются своим гликемическим индексом, то есть скоростью, с которой глюкоза из данного продукта поступает в кровь.

**К простым или «быстрым»** углеводам относятся рафинированные крупы, сахар и любые кондитерские и хлебобулочные изделия, содержащие сахар и муку, а также мед и сладкие фрукты.

**К сложным или «медленным»** — бурый рис, гречка, бобовые, овсянка (но не хлопья быстрого приготовления!), паста из твердых сортов пшеницы, а также отруби, содержащие нерастворимую клетчатку.

Узнать наверняка, с какими углеводами вы имеете дело, можно с помощью таблиц гликемических индексов продуктов, которые легко найти в Интернете.

Теперь о дрожжах. «Они противопоставлены только тем, кто страдает дисбактериозом, — объясняет Татьяна. — В этом случае лучше и правда обойтись без дрожжей, покупая хлеб на закваске. А вот на калорийность хлеба наличие или отсутствие дрожжей, по словам диетолога, не влияет. Напротив, дрожжи богаты витамином В, поэтому полезны. А рассказы о том, что кто-то пил дрожжи в капсулах и поправился, — еще один миф», — говорит Татьяна.

**Миф 4:** Если хочешь похудеть, от хлеба нужно отказаться.

По словам Татьяны Залетовой, 200 г хлеба в день не повредят диете, если только вы не худеете с размера S до XS. «Если очень стройная девушка решила стать еще на пару размеров меньше, калорийность ее рациона придется



### НАШ ЭКСПЕРТ

**ТАТЬЯНА ЗАЛЕТОВА**, сотрудник НИИ питания РАМН, диетолог службы производства и доставки здорового питания GrinDin

сократить настолько, что хлеб в него уже не поместится, — объясняет Татьяна. — Но остальным вовсе не обязательно себе отказывать». 200 г — это не так уж и мало: семь ломтиков плотного хлеба вроде «Бородинского» или небольшая воздушная чабатга.

Если вы стремитесь похудеть, диетолог советует задуматься о том, из какой муки изготовлен хлеб: конечно, лучше выбирать нерафинированную, а еще лучше — с отрубями. Отруби способны впитывать много воды и таким образом выводить ее из организма, да и вообще знамениты своими детокс-свойствами.

**Миф 5:** Углеводный ужин вреден для фигуры...

Недавно я общалась с американским диетологом, которая порядком изменила мои представления о правильном питании, посоветовав после особенно трудного дня есть на ужин сладкий картофель батат — для крепкого сна и снижения тревожности. «Действительно, ужин

вполне может состоять из сложных углеводов, — соглашается Татьяна Залетова. — Главное — не перебрать с общей калорийностью дневного рациона». Батат, у которого гликемический индекс такой же, как у гречки, вполне для ужина подходит. А вот простые углеводы, предупреждает диетолог, на ужин лучше не есть — это плохо не только для фигуры, но и для режима: они дают быстрое повышение уровня сахара и всплеск энергии, из-за которого некоторым сложно уснуть.

**Миф 6:** ...но груша или яблоко перед сном — не преступление.

«Фрукты вечером есть нельзя, если только вы не собираетесь в спортзал», — предупреждает Татьяна. И объясняет, что фруктоза расходуется только мышцами. Съев на ночь тарелку фруктов, вполне можно получить 150 г фруктозы, которые пойдут в жировую ткань и сведут на нет дневные труды по подсчету калорий.

**Миф 7:** Киноа более полезна, чем другие крупы.

Увлечение киноа дошло до того, что в некоторых гастрономических обзорах ее сравнивают с материнским молоком. Между тем, мода на эту южноамериканскую агрокультуру возникла после того, как ООН объявила 2013-й годом киноа — в благодарность индейцам, которые смогли сохранить это растение для потомков, несмотря на то, что конкистадоры под дулами мушкетов заставляли их выращивать пшеницу. «На самом деле киноа не намного более полезна, чем такие крупы, как гречка, овес или полба», — говорит Татьяна. Смотрим таблицу: по калорийности, содержанию витаминов и минералов крупы примерно одинаковы. Если честно, в киноа чуть больше полиненасыщенных жирных кислот, а также полезных для сердца и сосудов магния и калия, но разница даже не в разы, а в считанные миллиграммы. Ближе всего к киноа по концентрации микроэлементов приблизилась полба и овес. ◊

## ЗЛАЧНОЕ МЕСТО

По словам диетологов, самые полезные углеводы — злаки. Нужно выбирать нешлифованные крупы: в них содержатся аминокислоты, витамины и минералы — калий, магний, кальций, железо (их особенно много в оболочке зерна), а также главный детокс-компонент — клетчатка. Мы выбрали самые вкусные и полезные злаки, которые можно готовить на завтрак, обед и ужин.

**Булгур:** как и кускус, хорош тем, что изготавливается из твердых сортов пшеницы. Пшеничные зерна сохраняют самое полезное — зародыш и оболочку.

**Киноа:** безусловный лидер среди злаков по содержанию ненасыщенных жирных кислот, а вот растительного белка в ней не так много. По сути, это псевдозерновое растение, трава, похожая на полынь.

**Перловка:** цельнозерновая крупа, производится из ячменя. Единственная из круп содержит лизин, участвующий в образовании коллагена (его даже добавляют в маски для лица).

**Полба:** древний неприхотливый сорт пшеницы, один из главных продуктов шумеров и жителей Вавилона, упоминает-

ся в «Одиссее». В ней больше белка и микроэлементов, чем в обычной пшенице. Зерно полбы защищено очень плотной оболочкой, поэтому

почти не восприимчиво к атмосферным загрязнениям или радиации.

**Рис:** самый полезный — бурый рис или смесь белого риса с черным. Черный рис по сути трава: он придает блюду пикантный вкус и чистит кишечник. Лучший рис для ризотто — карнароли: он создает кремовую консистенцию благодаря умеренному выделению крахмала, но не слипается и остается твердым внутри. Не самый диетический продукт, но, как говорит наш диетолог, пару раз в неделю можно есть даже рисовую кашу с маслом, если очень хочется — главное, знать меру.



В ОВЯЗИ С НАМИ МЫМ ПРОТИВОВОПОЖАРАНИИ НЕОБЪЯВЛЯМА КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТОВ

Стоматологическая клиника  
личных рекомендаций!

Коллибри

ул. Артема, 5/1, тел. 20-29-20,  
stomatologiya-vtomske.ru



# Идеальное тело к лету

**С**коро летний отпуск — и значит, мечты о поездке на море станут реальностью. Но куда девать складочки на талии и лишние сантиметры на бедрах, которые портят женщинам все мысли о предстоящем отдыхе. Как похудеть к отпуску — именно на этой проблеме зачастую сосредотачиваются все мысли за один-два месяца до его начала.

Как снижение веса, так и коррекция фигуры каждого человека требует строго индивидуального подхода для гарантии превосходного результата.

Добиться значительного успеха в этой области — особое искусство. Необходимо объединить совместные усилия и работу опытных высококвалифицированных специалистов — диетолога и косметолога — с применением передовой технологии.

К счастью, теперь на службе томичей уникальный аппаратный комплекс коррекции фигуры VIP Line (Италия),

Теперь на службе томичей уникальный **АППАРАТНЫЙ** комплекс коррекции фигуры **VIP LINE** (Италия), не имеющий **АНАЛОГОВ В МИРЕ**

не имеющий аналогов в мире, возможности которого поистине поражают. Клиника «Идеале» рада предложить следующие процедуры:

- Беспрецедентная программа миостимуляции **Tranzion** позволяет всего за 15 минут процедуры сжечь 2 000 ккал! В результате в ходе процедуры **ГАРАНТИРОВАНО УХОДЯТ ОТ 2 ДО 6 СМ. ОБЪЕМА.**



**ИВАН АЛЕКСАНДРОВИЧ ХОХЛОВ**  
член национального общества диетологов России, член Европейской ассоциации по изучению ожирения (EASO)

## ЧТО ВХОДИТ В ЭТАЛОН ИДЕАЛЬНОЙ ФИГУРЫ?

- роскошная высокая грудь
- «бразильская попка»
- плоский живот
- стройные бедра
- подтянутая спина
- и желание быстро похудеть на пару размеров

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



**ИРИНА ХОХЛОВА,**  
врач-дерматовенеролог,  
косметолог, ведущий специалист по восстановлению молодого лица

- Изометрия лица и тела **Isogei** — эксклюзивная методика воздействия, которая способствует невероятно быстрой проработке и укреплению отдельных мышечных волокон. За счет этого уголки рта приподнимаются, овал лица укрепляется и становится четким, а тело всего за несколько сеансов приобретает долгожданные очертания: высокая грудь, упругие подтянутые ягодицы, плоский живот, статная спина. Результат от изометрического воздействия сохраняется на годы!

- Микротоки **Microgei** — методика низкочастотного микротокавого воздействия подарит коже свежий, ухоженный вид, что особо благотворно для устранения морщин, активации обменных процессов, улучшения цвета и текстуры кожи.

- Аппаратный лимфодренаж **Linfogei** уникален тем, что синхронизирует работу сердца и лимфатической системы, в результате чего отеки и целлюлит тают просто на глазах, а организм освобождается от шлаков и токсинов!

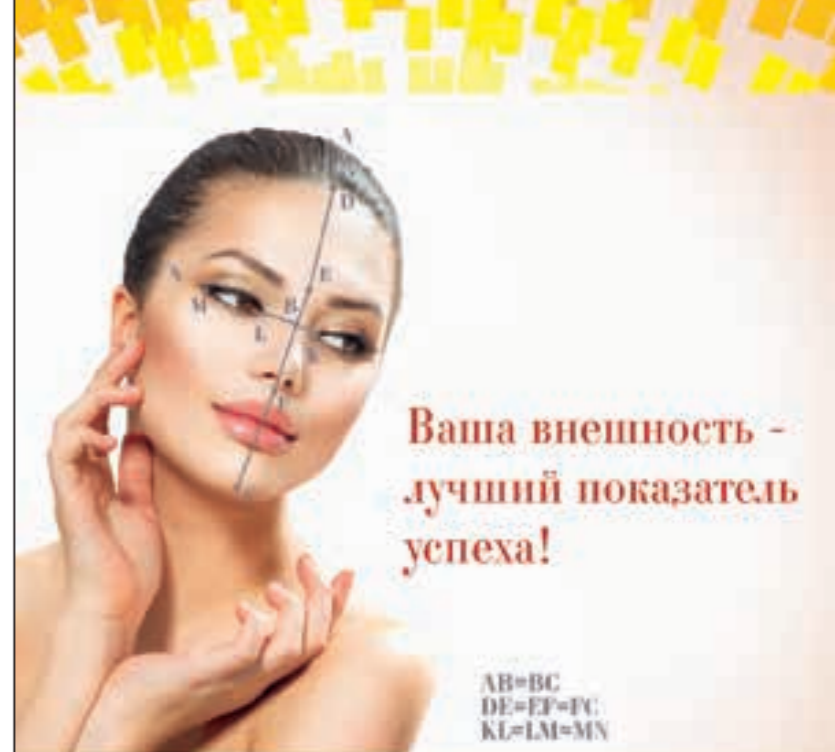
В зависимости от индивидуальных особенностей каждого конкретного человека специалисты Клиники современной косметологии и диетологии «Идеале» разработают наиболее подходящую программу коррекции фигуры, которая подарит вам великолепный быстрый результат. Консультация врача-диетолога позволит сохранить и укрепить достигнутый результат надолго!

**На процедуры VIP Line действуют весенние акции и скидки!**

**Твой лучший отпуск — твои ЛУЧШИЕ ФОТО!**



Клиника современной косметологии и диетологии «Идеале»,  
пр. Ленина, 110, тел. 908-988, ideale70.ru



Ваша внешность — лучший показатель успеха!

AB=BC  
DE=EF=FC  
KL=LM=MN

## Эксклюзивная методика «Восстановление молодого лица»

- Без операции!
- Без реабилитации!
- Результат на годы!
- Сохранение индивидуальности лица!
- Возможность оценить будущий результат до проведения процедуры!

Самое время вкладывать в себя!

Консультация врача-косметолога — бесплатно!

Клиника современной косметологии и диетологии «Идеале»,  
www.ideale70.ru,  
тел. 908-988, пр. Ленина, 110



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

# Детская медицинская служба

**О** том, насколько бесценна медицинская помощь, полученная вовремя, знает каждый из нас, тем более, когда речь идет о заболевших детях. Но, к сожалению, очень часто визит к доктору затягивается из-за невозможности оперативно попасть на прием к врачу-педиатру и особенно к врачу узкой специализации: очереди, проблемы с записью, неудобный график приема.

В начале 2000-х с этой же проблемой столкнулся один любящий и заботливый отец маленьких ребят и, хотя он и был строителем по специальности, решил организовать частную фирму по оказанию детям врачебной помощи на дому. Так на свет появился один из первых частных медицинских центров Томска — детская медицинская служба «Доктор Айболит». Спустя годы заведение возглавили два врача-педиатра, с самого начала работающие в ней, — Елена Геннадьевна Садовникова и Ольга Викторовна Петухова.

## СЕРТИФИКАТ «Айболита»

на медицинскую программу наблюдения за **РЕБЕНКОМ** будет лучшим подарком семье, где появился новорожденный **МАЛЫШ**.

Получив дополнительное образование в сфере медицинского менеджмента, они смогли успешно продолжить развитие детской медицинской службы.

Сегодня «Айболит» (название немного изменилось) позиционирует себя как выездная служба врачей-педиатров или как «клиника на дому» и обслуживает не только Томск, но и близлежащие районы области. Наблюдение за детьми чаще всего ведется с самого рождения и до 18 лет, но, конечно, можно получить и разовую неотложную помощь — в случае острых состояний она оказывается моментально. При необходимости маленьким пациентам нанесут визит ортопед, гинеколог, аллерголог, гастроэнтеролог, невролог и другие врачи узкой специализации, с которыми у «Айболита» заключены договоры. Разве забудет свои мытарства по кабинетам и этажам тот, кто хоть раз пытался собрать кучу справок для различных детских учреждений? Да и слово

«прививка» непроизвольно вызывает ужас прежде всего у родителей, понимающих, что их малыш может пережить в кабинете у врача. «Визит с малышом в поликлинику или больницу — чаще всего стресс и для ребенка, и для мамы, — объясняет Елена Геннадьевна. — А сдача анализов? Согласитесь, намного удобнее, если после врачебного назначения прямо к вам домой утром подъедет медсестра и возьмет все необходимые анализы. Ни ребенок не травмируется, ни бедную маму гонять не надо. На мой взгляд, это безумно удобно, да плюс еще — у нас нет никакой бумажной волокиты. При необходимости, если мы давно ведем ребенка и хорошо знаем его про-



Елена Геннадьевна Садовникова и Ольга Викторовна Петухова



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Со **МНОГИМИ** потом поддерживаем отношения уже не как врач — пациент, а на каком-то другом, **ДРУЖЕСКО-приятельском УРОВНЕ**

блемы, можем организовать и консультацию по телефону. Мы постоянно на связи».

### Больше, чем семейная медицина

На фоне коммерциализации медицины цены на услуги «Айболита» вполне доступны людям со средним достатком. Но самое важно, считают здесь, чтобы получение качественной медицинской помощи сопровождалось комфортом и удобством для пациентов, особенно совсем маленьких, чтобы между врачами и пациентами установились особые доверительные отношения, при которых врач несет полную ответственность за назначенное им лечение. «Мы словно живем в их семье, знаем о них очень многое, переживаем вместе с ними все происшествия и события, — говорит Ольга Викторовна. — Это, наверное, даже больше, чем семейная медицина. Со многими потом поддерживаем отношения уже не как врач — пациент, а на каком-то другом уровне, дружеско-приятельском. Дети вырастают, но когда им нужна наша помощь, просто звонят, ну вот «ни о чем» поговорить».

### Инвестировать в здоровое детство

Среди всех предложений и услуг центра многие родители делают свой выбор в пользу программ медицинского наблюдения. Их привлекательность в том, что заключив один раз договор с центром, семьи с детьми будут находиться под постоянным патронажем педиатра, или — при выборе другого варианта — педиатра и узких специалистов, которые по определенному графику будут осматривать ребенка. Программы предусмотрены для детей от рождения до двух лет, и от двух лет и старше. Рождение второго и последующих детей совершенно не будет двойной финансовой нагрузкой на семью: расходы увеличатся незначительно.

Врачи службы отмечают, что если дети начинают наблюдаться у них сразу после роддомов, не возникает ситуаций, при которых требовалась бы корректировка назначенного специалистами лечения.



Детская медицинская служба

**«Айболит»**

проводит набор детей на комплексное медицинское обслуживание

- Наблюдение врача-педиатра на дому
- Наблюдение узких специалистов на дому:
  - Невропатолог
  - Хирург
  - Офтальмолог
  - Отоларинголог
  - Аллерголог
  - Гастроэнтеролог
  - Эндокринолог
  - Гинеколог
- Забор анализов на дому
- Оформление документов и справок в детские учреждения, санатории
- Консультации врача-педиатра в клинике



Понедельник-пятница с 9.00-18.00



ул. Герцена, 68, стр. 2  
☎ 57-44-08, 57-44-62  
e aibolit.tom.ru

**АЙБОЛИТ**

Лицензия № ЛО-70-01-000924 от 10.08.2012 года

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

# СЛИЗЬ НЕМЕДЛЕННО!

*Косметика из слизи улиток имеет характерную тягучую текстуру, зато полностью реконструирует коллагеновый каркас кожи. Самое время проверить, на что вы готовы ради красоты.*

Текст: Марина Дивич



М ару лет назад одна знакомая рассказывала, что во время командировки в один из крупных городов Дальнего Востока в местном спа-салоне ей предложили сделать массаж лица улитками. «Кожу протирают молоком, — поделилась подробностями девушка, — а потом выпускают на лицо больших африканских улиток. Они ползают по лицу, собирают

## ДОБЫЧА ПОЛЕЗНОГО

Сегодня для производства косметических средств используется муцин гигантских улиток Ахатина. Для того, чтобы они выделяли муцин нужного типа, их помещают в центрифугу и аккуратно трясут. Звучит жутковато, но улитки остаются целыми и невредимыми. Затем муцин собирают и очищают от загрязнений. В зависимости от фермы конечный продукт может отличаться по степени очистки и качеству, а значит — эффективности.

молоко и оставляют лечебную слизь». Стоит ли говорить, что знакомая от процедуры отказалась. Примерно в то же самое время Южная Корея переживала бум улиточной косметики: улиточные кремы, гели, лосьоны и маски расхватывали в первые же дни после начала продаж. А в западном мире широкая мода на улиточные средства долго не хотела приживаться — возможно, как раз из-за сложного отношения целевой группы к брюхоногим моллюскам, даже когда прямой контакт с ними не подразу-

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА  
В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

## СРЕДСТВА С СЕКРЕТОМ

Главная сложность, с которой сталкиваются производители средств с муцином, — текстура улиточного секрета. Даже после обработки он представляет собой слизь, которую нужно как-то интегрировать в кремы, сыворотки и маски. Потому средства с муцином часто имеют особую тягучую консистенцию, но при этом хорошо впитываются. Находки для тех, кто предпочитает более легкие текстуры, — гели и гидрогелевые маски с муцином.

меваются. Слава кремов с улитками не выходила за рамки онлайн-сообществ фанатов корейской косметики. Но в последнее время улиточными средствами заинтересовались крупные дистрибьюторы нишевой косметики, а европейские отели класса люкс стали предлагать в своих спа-меню процедуры на основе улиточного секрета. Кажется, настало время познакомиться с улитками поближе.

## КАПИТАН-УЛИТКА

Главная ценность улиток для косметологии заключается в выделяемой ими слизи — муцине. Вообще, муцин могут производить не только моллюски, но и позвоночные: например, в организме человека этот компонент выделяют слюнные железы, железы пищеварительного тракта и мочеполовой системы. Слизистый гель защищает особо чувствительные поверхности. Но только улитки умеют выделять ту разновидность муцина, которая нужна для глобальной регенерации тканей.

Улитка оставляет за собой слизистый след, но это вовсе не та слизь, которая нужна в косметологии. Слизь с суперсвойствами улитка выделяет при повреждении раковины, в ответ на стресс и вообще в любой непонятной для нее ситуации. Этот муцин может помочь улитке в случае чего восстано-



1, 2. Сыворотка и крем **Dr.Jart+** Time Returning — средства премиальной линии марки, содержат муцин в концентрации 77%. 3. Сыворотка **Mizon** содержит слизь улитки и эпидермальный фактор роста. 4. Золотая гидрогелевая маска **Wims8** с муцином: гидрогелевая основа обеспечивает видимый результат после первого применения, а также накопительный эффект. 5. Эссенция **Secret Kay** Snail + EGF Repairing Essence содержит муцин, эпидермальный фактор роста, масло макадамии и морской коллаген, имеет тягучую прозрачную текстуру, быстро впитывается.

вить раковину и вообще справиться с жизненными трудностями. Что неудивительно: вещество, которое вот так запросто выделяет моллюск, посоперничает с антивозрастным кремом, над которым хорошо подумали разработчики. В состав муцина, во-первых, входят белки упругости коллаген и эластин, а также стимуляторы фибробластов — клеток кожи, которые коллаген и эластин выраба-

## КУДА ПОЕХАТЬ: СПА С УЛИТКАМИ

Отель класса делюкс Abano Grand Hotel, который находится на термальном курорте Абано Терме в Италии, предлагает гостям новую процедуру на основе муцина. Находка команды косметологов, которые разработали эту процедуру, — сочетание муцина с экстрактом ячменного солода, который эффективность муцина усиливает. Процедуру рекомендуют не только для антивозрастного ухода за кожей лица, но и для борьбы с растяжками и рубцами на теле: она подойдет беременным, молодым мамам и тем, кто активно худеет. Чтобы усилить эффективность ухода для лица, в него включен массаж: косметолог прорабатывает кожу сантиметр за сантиметром, применяя особую точечную технику, что снимает отеки и покраснения.

тывают. Во-вторых, медный пептид, который дает команду на уничтожение поврежденных волокон коллагена, составляющих рубцовую ткань. В-третьих, заживляющий раны аллантоин и антимикробный пептид, поэтому муцин помогает против любых воспалений. А еще — витамины А, С, Е, В6, В12 и прочие антиоксиданты.

В общем, муцин — это вещество из отряда косметических супергероев, таких как гиалуроновая кислота или коллаген. И если гиалуроновая кислота — это увлажнение, а коллаген — упругость, то муцин — это глобальное восстановление кожи с любыми повреждениями, от акне и розацеи до морщин и возрастных расширенных пор.

### ДЕЙСТВОВАТЬ ОТ ПРОТИВНОГО

Точный состав муцина зависит от времени года и рациона питания улитки, а также от методики очистки слизи, поэтому очень важно, на какой ферме улитка выращивается. Улиточные фермы находятся в Южной Америке, а фабрики по производству косметики — в Южной Корее, и единственная гарантия того, что через моря доставят качественный муцин, который превратится в работающий крем, — репутация косметического концерна. Потому те, кто на корейской косметике собаку, простите, съел, советуют не увлекаться интернет-шопингом, а покупать у официальных дистрибьюторов, которые знакомятся с производителями косметики лично и посещают фабрики, на которых кремы и сыворотки производятся. Татьяна

Кирилловская, основатель компании-дистрибьютора Parfum Selective, в портфеле которой присутствуют корейские косметические бренды, объясняет: «В Южной Корее огромные производственные мощности, новичку сложно разобраться в большом количестве брендов. Основной способ выделить лучших — тестирование. Нам постоянно присылают образцы многие и многие компании, но общение продолжается с брендом только в том случае, если его продукты оказались действительно эффективными как для меня, так и для моих коллег».

Кстати, из-за тех же производственных мощностей, объясняет Кирилловская, Корея стала лидером по производству средств с муцином, и если покупать улиточные средства — то только Made in South Korea. Почувствовав спрос, корейцы стали уделять улиточным средствам повышенное внимание, и теперь США и Испании, где тоже производится косметика с муцином, не угнаться за ними ни по разработкам, ни по объемам. «Первые южнокорейские бренды появились в нашем портфолио полтора года назад, и я могу сказать, что средства с муцином вызывают не меньший ажиотаж, чем другой азиатский хит — золотые гидрогелевые патчи Secret Key. Из собственного опыта могу посоветовать восстанавливающую эмульсию с муцином и эпидермальным фактором роста Secret Key, она всегда со мной и незаменима после длительных перелетов. В целом средства с улиточным секретом отлично проявляют себя, когда нужен anti-age эффект и заметный лифтинг кожи». ◊

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Знания. Опыт. Ответственность



www.merker.ru

Пластическая хирургия и другие направления эстетической медицины

### ЭСТЕТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

**Cheek-lifting** — революция в пластической хирургии, минимальный разрез, максимальный эффект

**Эндопротезирование молочных желез** — хирургия выходного дня, безопасно и безболезненно

**Bodylifting** — комплексное исправление недостатков тела

### ВРАЧЕБНАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ

**Plasmolifting** — процедура № 1 в косметологии

**Мезонити** — стойкий и прогнозируемый эффект

**Контурная пластика** — коррекция формы и объема лица

г. Томск, ул. Гоголя, 65  
тел.: (3822) 502-102, 442-790

# Волосы как предмет роскоши

*Поменять имидж можно с легкостью — достаточно просто сделать короткую стрижку. А если хочется не подстричь, а наоборот — за ночь волшебным образом отрастить себе косу до пояса? Чтобы отрастить волосы естественным путем, нужно очень много времени и усилий. Сегодня осуществить эту мечту можно с помощью современной и популярной процедуры наращивания волос.*

«Hair Studio» — это студия наращивания волос, которая успешно развивается в Томске уже несколько лет. Студия имеет очень узкую специализацию — основной спектр услуг направлен на работу с волосами: наращивание волос, восстановление и выпрямление волос, создание ни с чем не сравнимого образа и настроения клиентов. Что же предлагает самым требовательным девушкам нашего города студия?

- Ленточное наращивание волос (one touch): 40 минут, которые могут изменить ваш облик до неузнаваемости. Приблизительно столько времени нужно для того, чтобы стать обладательницей длинных густых волос. Никакого оборудования, никаких химических и температурных воздействий. Совсем немного времени — и у вас роскошная шевелюра!
- Стать обладательницей блестящих длинных локонов возможно при микрокапсульном (итальянском) наращивании волос. Главным преимуществом данной процедуры является то, что фиксация прядей отличается максимальной надежностью и длительным сроком ношения, который достигает до нескольких месяцев. С микрокапсулами идеально делать любые виды причесок: высокие хвосты, косы, всевозможные укладки. Использование прядей различного оттенка позволяет получить в итоге эффект мелирования или омбре.
- Нарастить волосы возможно не только для увеличения длины. По вашему желанию можно увеличить объем ваших

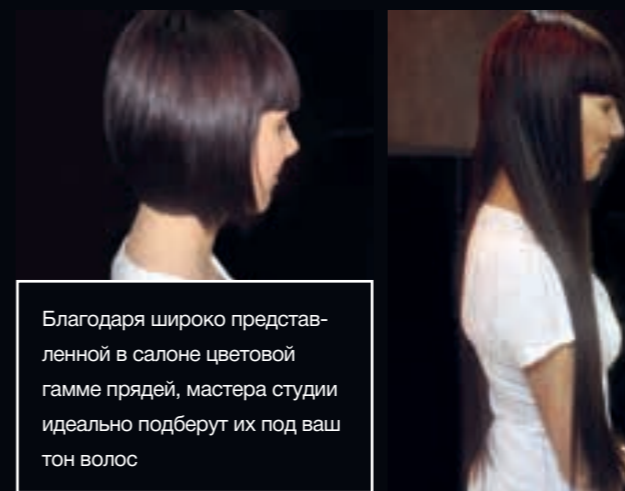


Юлия Дробышева,  
директор студии наращивания волос

**Никакого оборудования, никаких химических и температурных воздействий. Совсем НЕМНОГО времени — и вы обладательница РОСКОШНОЙ шевелюры!**

волос в 2—3 раза! Согласитесь, это очень хорошая новость для девушек, у которых от природы жидкие волосы, хотя дополнительный объем в прическе никому не будет лишним.

- Для красавиц, которые не могут отрастить челку, мы рады предложить такую услугу, как наращивание челки — с ней вы не заметите, как с легкостью отрастите свои волосы в области лица!
- Для любительниц коротких стильных стрижек мы предлагаем наращивание волос в височной зоне для каре на удлинение.



Благодаря широко представленной в салоне цветовой гамме прядей, мастера студии идеально подберут их под ваш тон волос

Отдельно хотелось бы упомянуть про безопасность современных технологий по наращиванию волос, ведь мифов о вреде подобных процедур предостаточно. На самом деле наращивание волос — менее вредный процесс, чем обесцвечивание, покраска и завивка волос. При профессиональном подходе вы получите потрясающе красивые волосы без малейшего вреда для них.

В «Hair Studio» вы также можете побаловать себя процедурами по уходу за волосами. Процедура кератинового выпрямления волос не только упрощает укладку на несколько месяцев вперед, но и решает проблему поврежденных и ослабленных волос. Эта новейшая система для восстановления, питания и выпрямления волос заставит ваши волосы вновь стать здоровыми, сильными и блестящими.

Использование прядей различного оттенка позволяет получить эффект мелирования или омбре и без дополнительных изменений во внешности создать обновленный и креативный образ.

Мастера студии «Hair Studio» обладают отличным вкусом, большим опытом работы, постоянно повышают свой профессиональный уровень. Вас всегда рады встретить приветливо и радушно, внимательно выслушать и сделать все, чтобы вы чудесно провели время и остались довольны своим обновленным и свежим образом.



**В наличии ВСЕГДА имеются высококачественные волосы для НАРАЩИВАНИЯ, которые прослужат очень ДОЛГОЕ ВРЕМЯ, принося огромное удовольствие.**



Использование прядей различного оттенка позволяет получить эффект мелирования или омбре и без дополнительных изменений во внешности создать обновленный и креативный образ



ул. Красноармейская, 96, 1-й этаж,  
тел.: 93-72-17, 8-913-805-81-83,  
инстаграм [hairstudiotomsk](https://www.instagram.com/hairstudiotomsk),  
[vk.com/hairstudiotomsk](https://vk.com/hairstudiotomsk)



Потеря гибкости выдает возраст не меньше, чем потеря блеска в глазах или изменения в нижней трети овала лица. Как утверждают доктора и фитнес-инструкторы, первые неполадки в сложной конструкции под названием опорно-двигательный аппарат при современном малоподвижном образе жизни возникают уже после 30. А в 40, говорят наши эксперты, вы точно имеете засаливания, зажимы и потерю эластичности, в которых, может быть, пока не хотите себе признаться. Мы решили разобраться, какую роль гибкость играет в сохранении молодости.

**студии персональных тренировок Pro Trainer.** «Миофасциальный» — это, пожалуй, такое же модное слово сегодня, каким еще несколько лет назад было «сурья-намаскар». Такой код, который должны знать все по-настоящему озабоченные своим здоровьем люди. Миофасциальную боль врачуют в клиниках, на стенах которых развешаны картины современных художников, миофасциальный массаж предлагают клиентам наравне с мануальным. Как, вы еще не знакомы со своими фасциями? Тогда мы идем к вам.

«Фасции, — объясняет Алина, — это такое белое волокно, соединительная ткань, которая обволакивает каждую мышцу тела и внутренние органы как

там, где «затяжка» кончится и произойдет (если уж мы говорим про «свитер») зацепка: в висках, в затылке, в лодыжках — да где угодно. Именно поэтому врачи восточной практики, или остеопаты, могут удивить своих пациентов, начав лечить, скажем, шею при жалобах на боли в лодыжке — и наоборот. Им-то про фасциальную систему известно давно. Но сегодня и официальная западная медицина признала важную роль фасций, функции этой ткани изучают мануальные терапевты и спортивные врачи.

Механика фасций может спровоцировать не только локальные боли, но и ухудшение самочувствия в целом. Натянутая фасциальная ткань может со

пенопласта (они стоят в зале Pro Trainer рядом с другим оборудованием). Воздействие должно быть глубоким, но осторожным: не делайте резких движений, а если чувствуете болевую точку, пройдитесь по ней несколько раз — мягко, но настойчиво. Миофасциальный релиз — это как раз тот эффект расслабления, который избавляет ткань фасций от всевозможных «затяжек» со всеми вытекающими положительными последствиями для мышц и организма в целом.

Помимо массажа со стянутыми фасциями хорошо справляется грамотная растяжка. «Чтобы действовать на фасции, нужно правильно выполнять упражнения на растяжку», — говорит Алина. По словам тренера, каждую группу мышц в идеале нужно растягивать 20–30 секунд непрерывно и делать 5 подходов в течение часа, чтобы ткани «запомнили» новое положение. Обычно именно так построены уроки йоги и пилатеса: упражнения на растяжку чередуются с другими нагрузками. Именно они лучше всего подойдут тем, кто хочет избавиться от фасциаль-

## ЛИШНЯЯ ГИБКОСТЬ

Излишняя гибкость — тоже плохо: это значит, ваши связки от природы в гипотонусе, что ставит суставы под угрозу.

В этом случае тренеры рекомендуют укреплять мышечный корсет, чтобы избежать смещения суставов.

ного напряжения. Если же ваш конек — степ, танцы или занятия на тренажерах, уделяйте растяжке 20 минут после каждой тренировки. Имейте в виду, что растянуть нужно не только те зоны, в которых чувствуется посттренировочное напряжение, а все тело. Придется потерпеть: ноющая (но ни в коем случае не резкая!) боль во время растяжки — это нормально. Дышите — так вам удастся не только расслабиться, но и обеспечить бесперебойное поступление кислорода и питательных веществ в ткани, которые работают и нуждаются в ресурсах.

## УДАРНЫЙ ТРУД

Но, конечно, фасции — это еще не все. Мы привыкли давать мышцам силовую нагрузку, но и растяжка очень важна. «Если мышцы не растягивать, с возрастом некоторые мышечные волокна превращаются в соединительную ткань», — говорит **Андрей Котков, тренер студии Pro Trainer,** специалист по восстановительной медицине. Именно частичная атрофия мышц становится причиной дряблости тела, которая выдает возраст. Во время растяжки, подчеркивает тренер, полезны умеренные болевые ощущения: именно на сигнал «боль» организм реагирует усиленной выработкой гормона роста, который стимулирует рост мышц и вообще омолаживает организм. А еще, по словам Андрея, для поддержания мышц в хорошем состоянии важны витамины-антиоксиданты А, Е, С.

Кроме того, с возрастом меняется состояние связок и сухожилий. «Чтобы сохранить гибкость, надо работать со

# ГНИ СВОЮ ЛИНИЮ

**После 40 мышцы и связки нуждаются в anti-age терапии не меньше, чем лицо. В чем польза гибкости, почему нужно растягивать связки, чем поможет акупрессура и что такое миофасциальный релиз?**

Текст: Марина Дивич

Оказывается, гибкость тела и подвижность связок — это не только моложавая осанка, упругая походка и красивая пластика движений. Чем выше гибкость, тем лучше кровоснабжение тканей, тем легче организм избавляется от шлаков и противостоит стрессу и нервному напряжению. Но и это еще не все.

## ДОСТИЧЬ РЕЛИЗА

«Вы слышали про миофасциальный релиз?» — спрашивает меня **Алина Кузьмина, тренер по пилатесу**

кокон. Их еще называют мягким скелетом тела. Все фасции связаны между собой, они похожи на один большой свитер. Потянешь за веревочку спереди, а затяжка пойдет по всей ткани и окажется, например, на спине. Или на рукаве». Именно из-за такого строения фасции могут оказывать влияние на весь организм и самочувствие в целом. Вот как это работает. Например, вы понервничали, мышцы где-нибудь в районе лопаток сжались в комок, за ними сократились и фасции — и вот уже пошла та самая затяжка по всему фасциальному полотну. Болеть будет

временем провоцировать нервное напряжение, повышение давления.

Ну и, наконец, плотные фасции не дают эффективно прорабатывать мышцы. «Если фасции становятся слишком тугими, мышцы внутри перестают расти, двигаться. Это касается не только мужчин, наращивающих мышечную массу. Например, многие женщины хотят получить красивые подтянутые предплечья, накачать мышцы бедер или ягодиц».

Как быть? Во-первых, фасции можно разминать руками (самостоятельно или с помощью массажиста), можно «прокатывать» специальными валиками из



## Связкам и сухожилиям **С ВОЗРАСТОМ** важно **СОХРАНЯТЬ** свою способность сжиматься и разжиматься, работать как **АМОРТИЗАТОРЫ**. Поэтому скакалку или бег трусцой ну никак **НЕ ПОЛУЧИТСЯ УБРАТЬ** из фитнес-расписания.

связками, — говорит Андрей. — Они отвечают за гибкость даже в большей степени, чем мышцы. Когда связки теряют эластичность, наши движения становятся более скованными». Совет Андрея: поддержать связки в молодом состоянии поможет ударная нагрузка — например прыжки, причем обязательно на мягкой поверхности. Как объясняет тренер, связкам и сухожилиям важно сохранить свою способность сжиматься и разжиматься, работать как амортизаторы. Поэтому скакалку или бег трусцой ну никак не получится убрать из фитнес-расписания. Кроме того, тренер рекомендует следить за уровнем минералов, регулярно сдавая кровь на анализ: если не хватает калия и магния, то организм точно будет забирать его из связок и суставов, чтобы обеспечить сердце и сосуды.

### ОПАСНЫЕ СВЯЗКИ

«Вы можете провести тест на гибкость, — говорит **Жимба Данзанов, главный врач оздоровительного клуба «Чжуд –Ши»**. — Наклонитесь вперед и попытайтесь коснуться руками пола, затем прогнитесь назад так, чтобы увидеть противоположную стену. Даже в тридцать лет это получается уже далеко не у всех». Мы с Жимбой встретились, чтобы поговорить о том, какие массажные техники можно добавить к скакалке и стретчингу, чтобы как можно дольше радовать себя пружинистой походкой.

Первым делом мне сообщают о том, как начинается засаливание мышц и связок, превращающее их если не в

соляные столбы, то — я цитирую — «в монолитные непластичные образования, нарушающие амплитуду движения суставов». «Каждый день в организме скапливаются шлаки, причем скапливаются в труднодоступных местах, как грязь в доме скапливается по углам, — объясняет Жимба. — В организме лишние соли собираются в местах прикрепления мышц и связок. Чем больше соли, тем

мышцы, это про релакс, объясняет Жимба. Для устранения причины мышечного тонуса — только акупрессура, только хардкор. «Лечебный массаж должен быть некомфортным и болезненным, — предупреждает Жимба. — Врач воздействует на точки отложения солей, они растворяются и выводятся без следа».

Другая опция для тех, кто хочет поправить опорно-двигательный аппарат, — остеопатический массаж. Врач закрутит вас на кушетке в правильную позу и даст мышцам и связкам расслабиться в этом положении, чтобы все зажимы ушли, а суставы — если это требуется — встали на свои места. «Остеопат, в отличие от мануального терапевта, не применяет силы, — объясняет Жимба. — Он дает организму самостоятельно справиться с проблемой. В нашей клинике принимают оба врача, но я считаю, что техника остеопатии более органичная. К мануальщику записыва-

### ПОЛЬЗА ШПАГАТА

Шпагат — самая популярная цель у тех, кто начинает заниматься растяжкой, просто потому, что это эффективный трюк. Тем не менее тренеры не против. Оказывается, это упражнение имеет несколько приятных «побочных эффектов». Во-первых, можно улучшить форму ног. Растягиваются сразу все бедренные и икроножные мышцы и их фасции, что делает силовые упражнения гораздо более эффективными. Во-вторых, улучшить форму ягодич. Так называемая «плоская попа» часто выдает-ся в связке с короткими и зажатыми задними мышцами бедра. Хорошая растяжка помогает справиться с проблемой. И наконец, интересный факт: мужчинам проще сесть на поперечный шпагат, а женщинам — на продольный, потому что бедренные кости у мужчин, как ни странно, анатомически более открыты.

сложнее мышцам и связкам расслабиться. Они постоянно находятся в тонусе».

Первые признаки того, что процесс засаливания запущен: затекшая шея, скованность в мышцах, непреодолимое желание растянуть спину. Первая помощь — лечебный точечный массаж. Оказалось, что разминать мышцы для улучшения пластичности тела — довольно бесполезное занятие: когда мнут

ваются те, кто хочет быстрого результата после первого сеанса. К остеопату придется прийти не меньше десяти раз, но это, на мой взгляд, того стоит». Остеопат знает, в какую сторону нужно закрутить разные части мышечного полотна, чтобы убрать все узлы и затяжки. А заодно повысить ваши шансы на то, чтобы в 60 лет на уроке пилатеса без последствий выполнять «ролл-ап» и «сотно». ♡

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

СТРЕСС БОЛЬШОГО ГОРОДА БОЛЬШЕ НЕ ВЛИЯЕТ НА КРАСОТУ!

## ДЕТОКС-ДРЕНАЖ

Концентрированный дренирующий напиток на основе растительных экстрактов

- ✓ Способствует уменьшению веса
- ✓ Тонизирует
- ✓ Очищает организм
- ✓ Выводит лишнюю жидкость
- ✓ Не содержит сахара

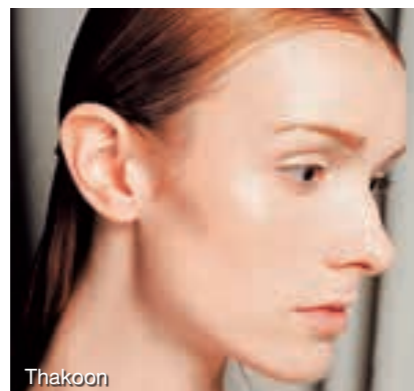
Медицинский центр «Эстетик», г. Томск, ул. Нюхтина, д. 15А, тел.: 533-100  
 Центр снижения веса «Доктор Борменталь», г. Томск, пер. 1905 года, д. 6, тел.: 90-60-90  
 Салон коррекции фигуры и СПА «Vip Триумф», г. Томск, ул. Гоголя, д. 30/1, тел.: 52-92-48  
 Клиника современной косметологии «Medical G», г. Томск, ул. Советская, д. 69, тел.: 22-95-65  
 Салон красоты «Александр», г. Томск, ул. Новгородская, д. 44, тел.: 55-01-20

www.academie-body.ru



# ВАШЕ СИЯТЕЛЬНОСТЬ

**СИЯЮЩАЯ КОЖА — ГЛАВНЫЙ ТРЕНД С ПОДИУМОВ. В ПОМОЩЬ ХАЙЛАЙТЕРУ, ТОНАЛЬНОМУ ФЛЮИДУ С ЭФФЕКТОМ GLOW И УВЛАЖНЯЮЩЕЙ СЫВОРОТКЕ — ПРОЦЕДУРЫ, КОТОРЫЕ СДЕЛАЮТ КОЖУ ЛИЦА ГЛАДКОЙ И СИЯЮЩЕЙ В СЧИТАННЫЕ ДНИ.**



## МЕСТО СИЛЫ

Будете в Милане — посетите спа La Mer в отеле Bulgari. Это единственный салон в мире, где можно пройти процедуру с маской La Mer Creme de la Creme, разработанной звездным косметологом-эстетистом Джоанной Чек по индивидуальному заказу. 80 минут — и кожа излучает свет.

## ИННОВАЦИЯ В МАКИЯЖЕ:

тональное средство-кушон Lancôme Miracle Cushion с эффектом естественного сияния

- Кушон — подушечка, имеет 80 000 пор, пропитана тональным флюидом. Средства хватает на 2 месяца ежедневного использования.
- **Средство освежает кожу:** его температура немного ниже температуры тела благодаря упаковке.
- **Легкая формула:** летучие масла и вода испаряются, оставляя на коже пигменты.
- **Увлажняет:** содержит компоненты из средств ухода Lancôme.
- **Против пигментации:** экстракт хвои.



## ВЕСНА: ТРИ ПРАВИЛА УХОДА ЗА КОЖЕЙ

от специалистов Клиники эстетической медицины EMC:

- ✓ Восстановить гидробаланс: кожа обезвожена после зимы, ветра и морозов. Потребуется 3–5 процедур биоревитализации с частотой раз в 2 недели. Эффект накопительный: с каждой следующей процедурой кожа насыщается влагой, приобретает гладкость и здоровый цвет. Курса хватит, чтобы сохранить отличное качество кожи до конца лета.
- ✓ Убрать пигментацию и высыпания, а также усилить эффект от биоревитализации поможет параллельный курс плазмолифтинга (микроинъекции собственной плазмы).
- ✓ Правильный домашний уход — 50% успеха! Попросите косметолога выдать «на дом» средства из профессиональных линий с высокой концентрацией активных веществ (например, в EMC мы «прописываем» Biologique Recherche).

Москва, Спиридоньевский пер., 5, стр. 1 Орловский пер., 2

## ТОНАЛЬНАЯ СЫВОРОТКА DIOR DIORSKIN AIR NUDE

В составе — титановые частицы, заключенные в стеклянные микросферы. Рассеивают свет во всех направлениях: лицо сияет! А также смягчают и выравнивают кожу.



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

## 1 ЯПОНСКАЯ

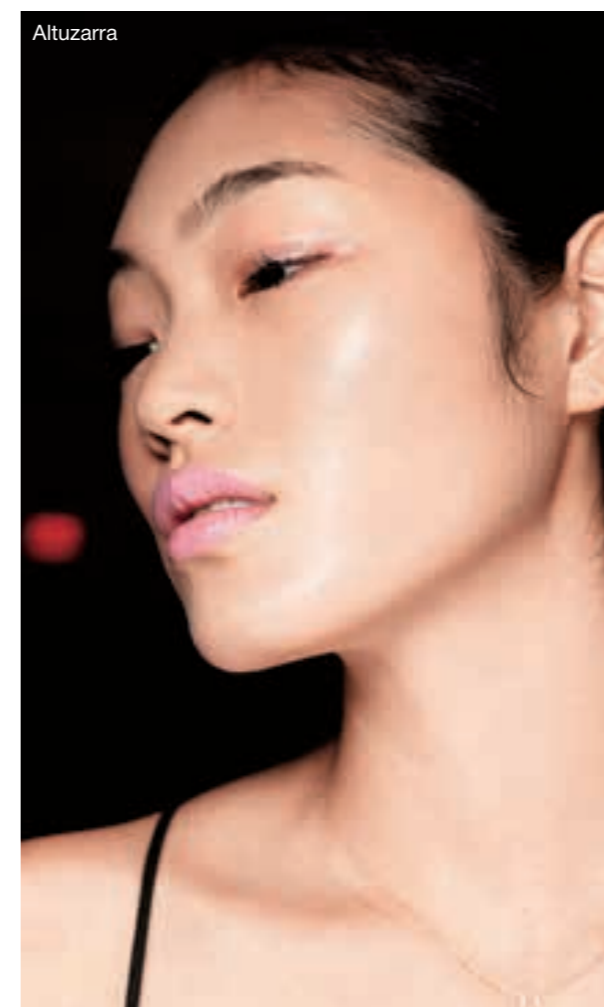
Для восстановления водного баланса в клинике RHANA разработали «Японскую программу омоложения». Шаг первый — пилинг на основе гликолевой кислоты и экстракта плаценты (экстракт плаценты привозят из Японии, где его производство сертифицировано и строго отслеживается на всех этапах). Шаг второй — ионофорез для насыщения кожи витаминами. Шаг третий — лифтинг-маска на основе каолина и морских водорослей плюс микротоки. **Результат:** процедура мгновенно повышает тонус кожи, уменьшает пигментацию, убирает отеки в области глаз.

Москва, ул. Зоологическая, 22 тел. (499) 766-22-10 Мичуринский пр., 6



## Держать лицо: простые приемы

Начнем с биоэнзимного пилинга без абразивных частиц (6), мягко обновляющего кожу, и маски с говорящим названием «Разбуди лицо» (1). Далее — сыворотка с микрокаплями, которая впитывается за секунды (3), разглаживающий крем вокруг глаз концентрат (2) и крем, который создает защитный барьер влажности (4). Последний штрих — СС-крем для полной маскировки покраснений (5) на основе красных, желтых, белых и черных пигментов.



## ПРОГРАММА НА СЕГОДНЯ

ГОТОВЫЕ ПРОГРАММЫ БЫСТРОГО ВОССТАНОВЛЕНИЯ КОЖИ ПОЙДУТ ТЕМ, КОМУ НУЖНО ПРЕОБРАЗИТЬСЯ ПРЯМО СЕГОДНЯ.

## ДОМАШНЯЯ РАБОТА



1. Осветляющая гидрогелевая маска Dr.Jart+ Turn on Your Face из линии Dermask (7 масок на все случаи жизни).
2. Восстанавливающий концентрат для глаз Clarins Concentre Zone Regard.
3. Увлажняющая сыворотка для лица Chanel Hydra Beauty Micro Serum.
4. Увлажняющий крем Clinique Dramatically Different Moisturizing Cream.
5. СС-крем La Roche Posay Rosaliac SPF 30.
6. Биоэнзимный пилинг Sampar «Идеальный баланс».

В сети Celebrities — процедура 3-в-1 для перезапуска функций клеток: эксфолиация, авторский массаж Digi-Esthétique и мгновенное заполнение морщин с эффектом инъекций.

## 2 ЭКСТРЕННАЯ

В «Лантан» программа Express Beauty. Кожу очищают с помощью ультразвука, возвращают ровный цвет и снимают отеки с помощью микротоков. Затем — система «игла-лазер»: «холодный» лазер воздействует на глубокие слои кожи, уплотняет ее, убирает морщинки. На десерт — допинг-коктейль из аминокислот, микроэлементов, витаминов и глубокое увлажнение гиалуроновой кислотой.

Москва, ул. Баркляя, 6, стр. 5 тел. (495) 660-92-90



## БИОМАКСИМУМ

### • БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ ПОСЛЕДНЕГО ПОКОЛЕНИЯ

— это и лифтинг, и осветление кожи после одной инъекции. Именно так работает препарат Aquashine, который применяют в клинике **Premier Medica**. Эффект заметен уже после одной процедуры, а полный курс включает 4 инъекции с интервалом в месяц.

МО, Новорижское шоссе, 5-й км, пос. Новоархангельское, тел. (499) 947-03-03

### • ФИЗИОЛОГИЧНЫЙ ЛИФТИНГ

**ЕЛЕНА РАДИОН, врач-дерматокосметолог  
Института красоты Belle Allure:**

«Один из самых физиологичных anti-age методов — одно-моментный лифтинг и биоревитализация рассасывающимися нитями из полимолочной кислоты Resorblift. Нити устанавливаются именно в тот слой кожи, где находятся фибробласты, вырабатывающие коллаген. Так запускается синтез молодого коллагена. Аутоиммунных реакций и аллергии опасаться не стоит, так как молочная кислота естественным образом присутствует в нашем организме».



Москва, ул. М. Дмитровка, 25, стр. 1  
тел. (495) 211-08-66



Ralph Lauren

Новость для тех, чей цвет лица по весне портит аллергия: оказывается, можно сделать «прививку от аллергии» — этот метод применяется в Европе и США. СИТ («специфическая иммунотерапия») проводится в **GMS Clinic Moscow**. Курса хватает на 10 лет.

Москва, 2-я Ямская ул., 9  
тел. (495) 781-55-77

## У АППАРАТА

РАЗБИРАЕМСЯ, КАКИЕ АППАРАТНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ МОЖНО ДЕЛАТЬ С МАРТА ПО СЕНТЯБРЬ. ОКАЗЫВАЕТСЯ, ГЛАВНОЕ — НЕ ПЕРЕГРЕВАТЬ КОЖУ.

**1** • В клинике **Глобальный проект «Красота»** в теплое время года предлагают перейти на **«холодный лифтинг» (он же NIR FACE лифтинг)**. Его особенность — дозированное воздействие инфракрасных лучей: свет подается наносекундными импульсами, что предотвращает перегрев кожи, который часто возникает при фотоомоложении. Между тем, волокна коллагена и эластина нагреваются, сжимаются и уплотняются. Для достижения эффекта лифтинга нужно сделать 2 процедуры с интервалом 3–4 дня. Для устранения морщин и выравнивания кожи — 4 процедуры с интервалом в неделю.

Москва, Столярный пер., 2  
тел. 8-800-333-77-15

• **Термомагнитное омоложение**, как говорят, стало хитом в жарком Голливуде. В Москве процедуру можно пройти в клинике **«Клазко»** на аппарате Venus Freeze Plus. Аппарат стимулирует образование коллагена сразу по двум фронтам: радиочастоты нагревают ткани, а магнитные пульсации воздействуют на фибробласты — клетки, вырабатывающие коллаген.

Москва, ул. Серафимовича, 2  
тел. (495) 953-43-43



• В клинике **«Время красоты»** появилась эффективная процедура омоложения без боли и нагрева тканей — **фотодинамическая терапия**. Процедура проводится на аппарате, созданном в Японии по разработкам российских ученых. Сначала на кожу наносят маску с хлорофиллом: хлорофилл проникает в поврежденные (например состарившиеся) клетки кожи. Затем на лицо в течение 20 минут светят специальной лампой. На свет реагируют клетки, впитавшие препарат с хлорофиллом: они разрушаются, а их место занимают здоровые. Для anti-age эффекта нужно 5–7 процедур. Для уменьшения акне достаточно 1 процедуры.

Москва, Никитский пер., 2  
тел. (495) 988-75-57

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



МАЛЕНЬКОЕ  
**ЧЕРНОЕ**  
ПЛАТЬЕ  
СТАЛО  
СЛИШКОМ МАЛЕНЬКИМ?

до **-80 см**  
за **1 процедуру**

НОВАЯ ПРОЦЕДУРА  
**T-SHOCK**

Клиника современной косметологии «Medical G»  
Томск, ул. Советская, д. 88, тел.: 22-95-65

Центр снижения веса «Доктор Борменталь»  
Томск, пер. 1905 года, д. 6, тел.: 90-60-90

Мастер-студия «Beauty»  
Томск, ул. Клевская, д. 15, тел.: 24-99-13

Салон коррекции фигуры и СПА «Vip Триумф»  
Томск, ул. Гоголя, д. 30/1, тел.: 52-92-48

Студия красоты «Арт Деко»  
Томск, ул. Косарева, д. 33, тел.: 56-50-56

Салон красоты «Алессандро»  
Томск, ул. Новгородская, д. 44, тел.: 55-01-20



Тренировки от

Мисс  
Вселенная

- 2011 г. Открытый Кубок России по фитнесу и культуризму НАК РФ, категория фитнес — 2 место
- 2012 г. Чемпионат Томской области по фитнесу и культуризму, категория фитнес — 2 место
- 2012 г. Открытый Чемпионат России по фитнесу и культуризму НАК РФ, категория фитнес-шейп — 1 место
- 2012 г. Чемпионат мира (NAC Int.), категория фитнес — 3 место
- 2012 г. Открытый Кубок Казани (NAC), категория фитнес — 1 место
- 2012 г. Mr.& Ms. Universe NAC, Гамбург, категория фитнес-шейп — 1 место
- 2015 г. Открытый кубок Томской области по бодибилдингу и фитнесу, категория фитнес-бизнес — 2 место



# HOME &Design\*

## ВКУС И АРОМАТ

Компания Miele представляет воплощение лучших кофейных традиций и настоящего немецкого качества — обновленную линейку кофемашин серии SM6. Новинки дают возможность приготовить как самый крепкий вид кофе — «ристретто», так и создать напиток по своему вкусу: самостоятельно настроить степень помола, количество кофе и воды, температуру и размер порции. Кроме того, с помощью функции OneTouch for Two можно одновременно приготовить две ароматные чашки кофе. [www.Miele.ru](http://www.Miele.ru)



Ваш персональный тренер  
**Лилия Кохман**  
☎ 8-909-547-1387  
*Красота — сила!*



vk.com/id72757665  
instagram liliya.kokhman  
liliya.kokhman@yandex.ru

\* -дом и дизайн-



Лосиные головы и медвежьи чучела в современном доме выглядят не вполне уместно. Однако совершенство форм и яркость красок животного мира продолжают вдохновлять интерьерных дизайнеров. Результат — уникальная мебель и предметы декора.

# ЖИВОТНЫЙ МАГНЕТИЗМ



Стол и стул из коллекции Fill in the Cat, дизайн-группа NEL collective



Интерьерная скульптура из коллекции Mini animaux, Daum

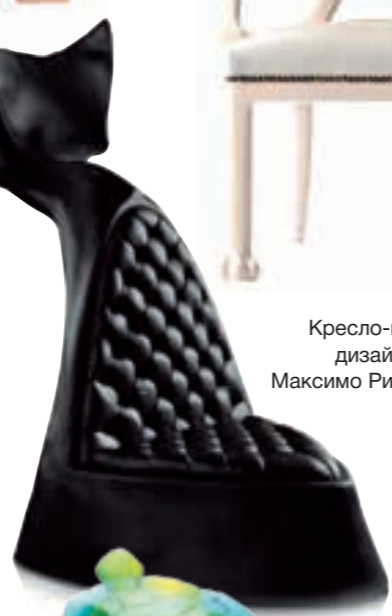
Сервант из коллекции Sending Animals, дизайнер Маркантио Раймонди Малерба



Лампа-кролик, Moooi



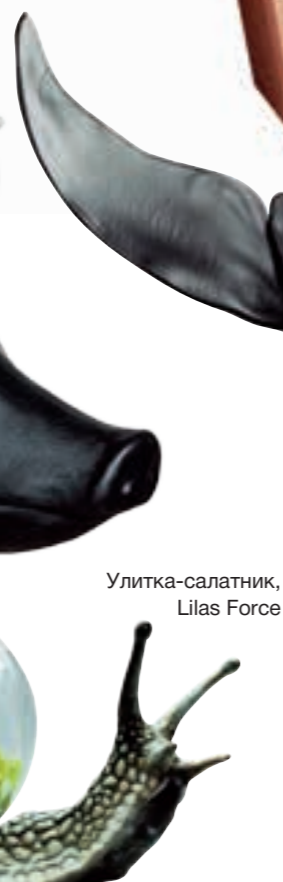
Стул Hybrid #2, дизайнер Мерве Караман



Кресло-кит, дизайнер Максимо Риера



Журнальный столик, Moooi



Улитка-салатник, Lilas Force



Интерьерная скульптура из коллекции Mini animaux, Daum



PHILIPP SELVA

S M A B T  
Кухни и встроенная техника... Интерьеры в классическом стиле... Мягкая мебель...  
Свет интерьерный и точечный... Шкафы и гардеробные комнаты... Детские комнаты... Двери и перегородки...  
Телевизоры... Постельное белье... Обои... Паркет... Плитка... Плиточная облицовка... Аксессуары... Проекты под ключ...  
Салон современного интерьера в Томске, ул. Красноваршавская, 55/1. Тел.: | 3822 | 435-434, 435-404, E-mail: smart@smart-mebel.tomsk.ru

\* ПРИЕМ МЕНЕДЖЕРА ПО РАБОТЕ С КЛИЕНТАМИ

Наряду с гардеробными и шкафами-купе зачастую более уместными оказываются «малые формы» — напольные и настенные вешалки и всевозможные крючки.

# Попасться на крючок



1. Напольная вешалка-перевертыш TRIPOD из бука с металлическими элементами, Officinanove.
2. Настенные крючки Dropit из дерева, Normann Copenhagen.
3. Настенная вешалка Antlers из металлической проволоки, Thorsten van Elten.
4. Настенные крючки Sticks Hooks из дерева, Benoit Deneufbourg.
5. Стойка Wild Bill из металла, Tveit&Tomoe.
6. Настенные крючки из стали Ready Hook со встроенным зеркалом, Normann Copenhagen.
7. Настенные крючки KULA из фетра, Bryndis Boradottis.



Без лишних слов насладиться красотой Прованса...  
Бесценно!

*Bonjour Provence!*



## ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД

Уже более 10 лет компания Inna Design создает красивые и функциональные интерьеры как частных резиденций и апартаментов, так и офисов. Сотрудники компании внимательно отслеживают мировые тенденции в дизайне интерьеров, посещают международные специализированные выставки. Создавая каждый дизайн-проект, они уделяют особое внимание индивидуальному стилю заказчика и его пожеланиям, иногда полностью видоизменяя не только интерьер, но и всю архитектуру здания.  
www.inna-design.ru



## ВСЕ ОТТЕНКИ БЕЛОГО

Белый цвет — классика, неподвластная времени. Он вошел в моду в начале прошлого века и не сдает своих позиций по сей день, наполняя помещение светом, делая его торжественным и изысканным. Белая мебель Bogacho прежде всего ассоциируется с такими стилями, как ампир, ренессанс, барокко или ар-деко, которые являются яркими представителями классического направления. Преимущество этой мебели также заключается в том, что она в равной степени эффектно смотрится как в контрастной, так и в однотонной обстановке.  
www.bogacho.ru



## ЛЕТНЕЕ НАСТРОЕНИЕ

Освежить интерьер в преддверии летнего сезона теперь можно с приятным бонусом — Дом текстиля Togas с 15 по 31 мая проводит акцию «Летний гардероб для вашего дома». При покупке одного комплекта штор в Togas House of Textiles и заказе штор в Togas Couture Interiors оформить второе окно можно будет со скидкой 50%. А если новый лук предназначен для спальни, то подходящий к шторам комплект из покрывала и подушек обойдется в два раза дешевле.  
www.togas.ru



## ЯРКАЯ НОВИНКА

Дерзкая форма, сложные декоративные швы и комфортная обивка — новое кресло от Rolf Benz, недавно представленное на миланском мебельном салоне, привлекает взгляд. Деревянный каркас, отсылающий к искусству оригами, выполняется из дуба или американского ореха, а спинка представлена в двух вариантах — низкая и высокая. При желании кресло можно дополнить подушками и банкеткой для ног.  
www.rolf-benz.com



Итальянская кухонная фабрика ARAN CUCINE - лучшее предложение цены и качества на российском рынке. Большое количество моделей - 21 современная и 9 классических, с возможностью выполнения в различных цветах и фактурах.

**Primavera**  
КУХНИ И МЕБЕЛЬ ИЗ ИТАЛИИ ... Primavera

г.Томск, ул. Учебная, 40А  
Тел. 007 3822 565-045, 565-044  
smart@smartmebel.info



**Д**ом — это место, где можно скрыться от забот и суеты внешнего мира. Так приятно после долгого рабочего дня зайти в уютную квартиру и наслаждаться тишиной и домашним теплом, побыть наедине с собой или семьей, почувствовать себя максимально расслабленным и защищенным.



# Комфорт каждого шага

Ощущение желанного комфорта с первых шагов подарят пробковые полы — эти частички природы способны преобразить любое помещение и придать интерьеру мягкость и индивидуальность.

Пробка — удивительный материал: несмотря на свою стопроцентную натуральность, добывается она без вреда для природы. Получают ее из прочной коры пробкового дуба, произрастающего в странах Средиземноморья. Это очень длительный процесс, поскольку первый, «черновой» слой коры снимается, когда дерево достигает 30-летнего возраста. Затем дубу дают «передышку» на 10 лет. За это время на нем нарастает второй пробковый слой — он-то и будет измельчен, спрессован и превращен в уникальное напольное покрытие. При этом дерево не нужно спили-

вать — оно продолжает свой двухвековой жизненный цикл, и каждое десятилетие готово отдавать кору для дальнейшего производства. В «Академии напольных покрытий» знают все об особенностях одного из самых экологичных материалов.

— Пробка известна людям уже несколько веков, и кроме того, что она является уникальным природным материалом, она обладает рядом свойств, которые выгодно отличают пробковый пол от других напольных покрытий. Благодаря своей «ячеистой» структуре пробка прекрасно сохраняет тепло. Именно поэтому родители маленьких детей и любители ходить босиком делают выбор в ее пользу, — рассказывает директор «Академии напольных покрытий» Евгений Иващенко. — Пробка слегка «пружинит» под ногами и, в отличие от твердых ламината, паркета или плитки, поглощает энергию шага, что снижает нагрузку на суставы и позвоночник, — продолжает Евгений.

Также пробковый пол обладает высокими звукоизолирующими свойствами — приглушает звуки падающих предметов, шаги людей или домашних любимцев и ограждает вас от шумных соседей. Кроме того, материал устойчив к влаге и прекрасно сохраняет форму — не боится даже самых острых женских «шпилек». Специалисты «Академии» лично проверяли заявленные производителями характеристики: опускали образцы пробковых

покрытий в воду и били по ним молотком — материал отлично справился с этими испытаниями.

## От прихожей до кухни

— Существует два типа крепления пробкового покрытия: замковое и клеевое, — рассказывает директор салона, демонстрируя образцы. — Первое является уже готовым продуктом, и внешне, и по способу укладки напоминает модули ламината. Замковая пластина изготавливается по принципу «бутерброда»: ее основа и лицевая сторона сделаны из спрессованной пробки, а середина — из HDF- или MDF-плиты. Такие плиты покрыты лаком, защищены от воды и грязи, однако их не рекомендуется стелить в помещениях с повышенной влажностью: их уязвимое место — средний слой, который со временем может разбухнуть от воды, просочившейся через стыки плит, — продолжает Евгений.

Но неверно будет предположить, что пробковый пол можно стелить лишь в сухих помещениях. Клеевые пластины прекрасно будут чувствовать себя и в кухне, и даже в ванной. Этот тип плитки полностью состоит из пробки, клеится «стык в стык», а потому и амортизирующие, звуко- и теплоизолирующие свойства у него выше, чем у замкового. Сверху пробка покрывается несколькими слоями лака, который полностью защищает ее от

воды и делает идеально гладкой. Уход за таким полом ничем не отличается от обычного.

— Клеевые пробковые полы требуют тщательной подготовки основания, и заниматься его установкой должны профессионалы, в этом случае пробка прослужит вам десятилетия, — отмечает директор салона.

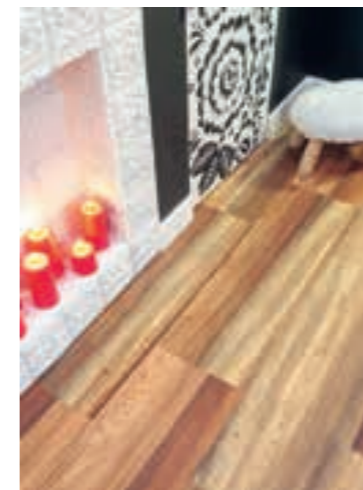
Специалисты «Академии напольных покрытий» выполняют укладку пола «под ключ»: если необходимо — выравнивают основание, чтобы поверхность пробкового покрытия была ровной, исправляют ошибки, допущенные на стадии проектирования, и помогают определиться с цветом и фактурой покрытия, подходящим для конкретного интерьера. Многолетний опыт работы позволяет «Академии» решать самые сложные задачи.

## Многообразие выбора

Классическим природным цветом пробки являются теплые натуральные тона: бежевый, коричневый, охристый. В зависимости от интерьера можно подобрать и другие — более темные или светлые оттенки. Однако если обычный пробковый пол кажется слишком простым, в «Академии напольных покрытий» вам предложат массу альтернативных вариантов. Современные технологии позволяют наносить на натуральную основу самые разнообразные узоры. Текстура различных пород дерева, например, сосны, дуба или американского ореха, создаст имитацию пола из массива, рисунок «под камень» визуально будет похож на мрамор, а любителям оригинальных решений предложат настоящие напольные картины.

— С помощью различных по форме, цвету или фактуре плит на полу можно создавать узоры: выкладывать паркетные рисунки, классические «шашечки» из плитки и сложные плетеные орнаменты... Существует стереотип, что пробковый пол бывает только цвета и фактуры пробки от бутылки вина. Однако компании, с которыми мы сотрудничаем, предоставляют такое многообразие выбора, что пол может выглядеть вовсе не как «пробка», но при этом сохранять все ее ценные свойства, — отмечает Евгений.

Специалисты «Академии напольных покрытий» с удовольствием помогут вам подобрать и установить пробковый пол высокого качества, чтобы в вашем доме всегда было тепло и уютно, и каждый сделанный вами шаг дарил ощущение мягкости и комфорта.



САМЫЙ БОЛЬШОЙ  
СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫЙ  
МАГАЗИН  
НАПОЛЬНЫХ ПОКРЫТИЙ

ПАРКЕТ, ПРОБКА, ЛАМИНАТ,  
ПВХ-ПЛИТКА, КЕРАМОГРАНИТ,  
ЛЕПНОЙ ДЕКОР

**АКАДЕМИЯ**  
НАПОЛЬНЫХ ПОКРЫТИЙ

Переулок 1905 года, 4  
(3822) 200-547  
[www.parketvtomske.ru](http://www.parketvtomske.ru)



# Автомобили как предмет культа

**А**втомобили фирмы *Bridgestone* — это поистине предмет автомобильного культа, с которым никогда не расстанутся те, у кого они уже имеются, и о которых мечтают те, кто еще не успел их приобрести.

Такая возможность уже есть у жителей многих российских городов, а совсем недавно и в Томске появился шинный центр Pole Position, официально представляющий сеть фирменных центров японской компании Bridgestone для продажи покрышек этой знаменитой марки.

Сегодня Bridgestone представляет на мировом рынке шины и камеры для легковых автомобилей, грузовиков и автобусов, строительной и сельхозтехники, промышленного оборудования,

сельскохозяйственной техники, самолетов, мототранспорта, а также другие автодетали, сырье для производства шин и другое. Компания оказывает услуги по автомобильному обслуживанию и ремонту. Огромный успех принесло Bridgestone участие во многих престижных авто- и мотогонках — это очень важная часть спортивной программы компании, известной своими победами во многих соревнованиях: Формула 1, Indy Car Racing и другие. Автогиганты Ferrari, Maserati, Daimler, Chrysler выбирают именно шины Bridgestone для установки на свои автомобили. Причин для этого много, но главные — высокий уровень безопасности, надежность, экономичный расход топлива.

Еще на заре своей деятельности основатель Bridgestone, успешный японский предприниматель Шоджиро Ишибаши вдохновился мечтой стать первым произ-

водителем шин в Японии и в 1931 году создал компанию, которая через несколько десятилетий превратилась в мировую империю. Шоджиро связал имя своего предприятия с английской вариацией своей фамилии: Ишибаши переводится как «stone bridge» — Bridgestone.

Миссия группы компаний Bridgestone основывается на философии ее основателя: «Служение обществу товарами наивысшего качества». Для выполнения этой миссии Bridgestone использовал понятие «Принципы», чтобы продемонстрировать неизменную приверженность сотрудников идее предоставления для клиентов товаров и услуг мирового класса и «служению обществу», в чьих странах компания ведет свой бизнес. Все эти идеи воплотились в новой «Философии Bridgestone» и единой системе ценностей, которые объединяют сотрудников компании по всему миру. «Доверие и Гордость» — это ее девиз, который отражает дух компании и ответственный подход к созданию лучшей продукции для ее покупателей.

Именно для претворения в жизнь «Философии Bridgestone» и была создана Pole Position — федеральная сеть шинных центров корпорации Bridgestone. Придя в Pole Position, каждый клиент центра сможет решить все проблемы, которые возникают у любого автовладельца. В шинных центрах Pole Position вас ждут невероятно большой выбор автозапасных частей и надежный профессиональный сервис. В перечень услуг центра входят: шиномонтаж, балансировка, ремонт шин всех видов, их бесплатная диагностика, ремонт автомобилей и многое другое.

**Шинный центр Pole Position гарантирует своим клиентам Комфорт, Надежность и Безопасность!**



Шинный центр Pole Position,  
ул. Шевченко, 40, тел.: 440-121, 440-131;  
ул. Говорова, 17, тел.: 72-70-06, 47-15-55,  
ukolesa.tom.ru



**Шинный центр POLE POSITION  
гарантирует своим клиентам Комфорт,  
Надежность и Безопасность!**



**BRIDGESTONE**

ПОКУПАТЕЛЯМ КОМПЛЕКТА ШИН И ДИСКОВ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ СКИДКА НА ШИНОМОНТАЖ

**Шинный центр POLE POSITION**

ул. Шевченко, 40 тел.: 440-121, 440-131

ул. Говорова, 17 тел.: 72-70-06, 47-15-55

ukolesa.tom.ru

**Компания ООО «СтихияКлимат» предлагает:**

- решение любых вопросов по климатическому оборудованию, системам вентиляции, кондиционирования, осушения и увлажнения коттеджей, магазинов, торговых и развлекательных комплексов, бассейнов, серверных, ресторанов, гостиниц и других помещений различного назначения.
  - качественное сервисное обслуживание кондиционеров любых моделей.
  - обслуживание систем вентиляции, стремясь обеспечить стабильную работу вентиляционного оборудования в течение всего срока его эксплуатации
- РАБОТАЕМ И В СЕВЕРСКЕ!**

**ФУНКЦИИ КОНДИЦИОНЕРА:**

- самостоятельно увлажняет воздух при помощи программного осушения воздуха с улицы, забирая необходимое количество влаги и увлажняя комнатный воздух до необходимого уровня;
- обеспечивает приток свежего воздуха с улицы по специальному гофрированному шлангу. Воздух предварительно очищается в наружном блоке и поставляется в необходимом объеме в дом.

**НОВЫЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ФУНКЦИИ КОНДИЦИОНЕРА:**

- автоматическая очистка фильтров;
- трехзонный датчик движения «Умный глаз»;
- новый дизайн внутреннего блока и новый экономичный фреон;
- переработанный пульт управления с ночной подсветкой.



Daikin FTXZ25N/RXZ25N (до 25 м²) — 150 000 руб.  
Daikin FTXZ35N/RXZ35N (до 35 м²) — 164 000 руб.  
Daikin FTXZ50N/RXZ50N (до 50 м²) — 178 000 руб.

Монтаж и сервис в подарок!



Новый кондиционер **Daikin FTXZ Ururu Sarara** — это обновленная серия с новейшими функциями и усовершенствованным дизайном внутреннего блока. Кондиционер работает на новом фреоне R32, который имеет неоспоримые преимущества:

- лучший показатель энергоэффективности A+++ , которого еще нет в стандартах Евросоюза;
- самая высокая экономия электроэнергии.

# FUN & Toys\*

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ АКЦЕНТ**

Дизайнеры подразделения Bespoke создали воплощение истинной роскоши — Rolls-Royce Phantom Limelight. В задних дверях появились персонализированные багажные отсеки для хранения наручных часов, украшений, галстуков, очков и любимого парфюма, а новые кресла обеспечивают комфортное и расслабленное положение тела. Кожаная отделка выполняется в двух цветовых решениях и впервые в истории моделей Phantom предлагаются два варианта деревянных панелей.

EASTNEWS. \* -РАЗВЛЕЧЕНИЯ-



*Чтобы второй брак оказался последним и непременно счастливым, нужно вспомнить, что и в какой момент пошло не так в первом.*

Текст: Евгения Батурина

# Не пытайтесь это повторить

## 5 ОШИБОК ПЕРВОГО БРАКА

**М**ервый брак — для любителей, второй — для профессионалов. Первый — уютный старт, который можно в любой момент, пусть и сквозь слезы, закрыть, второй — серьезное предприятие со сложной структурой и большой зоной ответственности. Все эти ассоциации намекают на то, что отношения куда ближе к работе, чем принято и хочется думать. Да, бывает, что все складывается легко и с первого раза. Но, судя по статистике разводов, 50–60% россиян лучше надеяться на себя, чем на удачу. При этом многие люди, потерпевшие крах в первом браке, считают, что вовсе не созданы для семейной жизни, и отказывают себе во втором шансе. Клинический психолог доктор Майкл Мантель уверяет, что пытаться стоит. Вторая попытка, по его мнению, не просто засчитывается — она может оказаться весьма результативной. При условии, что оба партнера готовы учесть прошлый опыт, сделать выводы

и настроиться на перемены и работу над собой и отношениями. Главный парадокс в том, что по сути второй брак проще сделать счастливым, чем первый. Ведь вы теперь взрослые люди, а значит...

### ЕЩЕ РАЗ ПРО ЛЮБОВЬ

Признание и понимание собственных ошибок способно не только сохранить новые отношения, но даже реанимировать старые. Профессор Калифорнийского университета Нэнси Калиш создала проект под названием «Потерянная любовь».

Во время первой части эксперимента Нэнси нашла одиноких людей, пожелавших восстановить свои прежние отношения. Целых 72% экс-пар смогли построить новый гармоничный союз! Правда, важное значение имело то, что большая часть участников были одиноки и не имели серьезных претензий друг к другу после первого разрыва.

**1** *Вы знаете, зачем вам этот брак*  
Первый раз можно выйти замуж просто так. Потому что все выходят. Потому что мама, бабушка и княгиня Марья Алексеевна спрашивают, отчего ж выходят все, кроме вас. Потому что хочется белого платья, красивой фотосессии и новой фамилии. Праздника, иначе говоря, хочется. Так возникает ошибочное мнение, что жить вместе нужно именно ради вечного праздника. А с такими установками любой будний день начинаешь воспринимать как трагедию. Отсюда ссоры, претензии, капризы и категорическое нежелание вылезать из белого принцессинного платья. Девочку обманули. Девочке обещали сладкую жизнь, а показали всего лишь настоящую, обещали принца, а предъявили реального Петю, пусть и с красивой фамилией. Петя бывает в плохом настроении, любит пиво и говорит об ипотеке. Сплошное разочарование.

Взрослые люди, как мы уже выяснили, подолгу не решаются на повторный брак. Но если решаются, то понимают,

что делают. Понимают, что реальность интереснее сказки, если найти к ней правильный подход и сделать это вместе с человеком, близким тебе по духу. Понимают, что праздники бывают не каждый день, да и не самоцель они, эти праздники, и высший пилотаж — как

раз получать удовольствие от совместных будней, пусть в них и есть такие явления, как ипотека, пиво и плохое настроение. Взрослые вообще придают куда меньше значения символам. Белые платья, лимузины, новые фамилии — все это кажется сомнительной инвести-

цией, а свадьбы если и устраиваются, то спокойные, для своих или вовсе для двоих. Освободившееся же время они проводят за тем, что считают действительно важным для обоих.

**2** *Вы знаете, что важно для каждого из вас*  
Вы вообще многое знаете друг о друге. И это знание не помешало вам пожениться, что уже большой шаг вперед.

В первых незрелых браках партнеры часто игнорируют потребности друг друга, и не со зла, а просто потому что не видят и не понимают их. На первый план выходит страсть, влюбленность, которые заставляют нас идеализировать другого человека. Все в нем прекрасно — и лицо, и одежда, и душа, и мысли, но что там за душой и какие именно мысли у него в голове, от нас ускользает. Хочется только любить и быть любимой (и праздника, см. п.1). А когда оказывается, что человеку с прекрасной душой

### ЧТО ЕЩЕ ПРИГОДИТСЯ ВО ВТОРОМ БРАКЕ

- **Уважение к прошлому:** вы осознаете, что у каждого из вас уже есть некоторый жизненный опыт (в том числе в виде бывших супругов и нажитых с ними детей), и не изводите друг друга ревностью к ним.
- **Честность:** вы спокойно высказываете свое мнение и делитесь с любимым сомнениями и беспокойством. Бояться человека и бояться его потерять — разные вещи. Если вы постоянно живете в страхе поступить «неправильно» и «разочаровать» партнера, в отношениях что-то не так.
- **Дружба:** если вам всегда есть о чем поговорить (и помолчать), вы с большей вероятностью обезопасите себя от главного врага долгих браков — скуки.



нужно нечто большее, чем круглосуточные обнимашки, начинаются проблемы. Выясняется, что этого большего вы произвести не в состоянии — или не знаете как. В то же время возникает ощущение, что и вам чего-то не дают или недодают. И вообще не понимают, а ведь без этого невозможно счастье, тем более семейное. Так постепенно человек перестает казаться таким уж прекрасным, и брак с ним — тем более.

Зрелые люди довольно четко представляют, с кем связывают свою жизнь. Да, ваши базовые ценности совпадают, иначе бы вы не оказались рядом. Но вы понимаете, что быть близкими по духу и быть одинаковыми во всем — это не одно и то же. Вы знаете, что он сильно любит свою маму и трех сестер, и осознаете, что определенный процент времени (и да, семейного бюджета) будет уходить на них в качестве материальной и моральной поддержки. Вы также помните, что Новый год ему важно праздновать у мамы на даче, шумной толпой из старших и младших родственников. А вы любите «Трех сестер», но других. Поэтому стараетесь не пропустить ни одной чеховской премьеры в театре, охотитесь за билетами, покупаете к каждому спектаклю новое платье. И вы оба понимаете, что в вашей семье сказать «Новый год встретим в Сингапуре» или «Чехов — это скучно» просто нельзя. Нельзя, и все. И что странно, вам теперь действительно интересно, как дела у его мамы, а ему — как дела у Чехова.

### 3 *Вы не пытаетесь друг друга переделать*

Главная иллюзия ранних браков — «я смогу его/ее перевоспитать». Это сейчас он ездит к маме, но как только убедится в том, что вы тоже умеете варить борщ, а в Сингапуре на Новый год тоже очень неплохо, одумается. Это сейчас он постоянно опаздывает, но если вы семь раз на него за это обидитесь, усомнитесь и станете точным и деловитым, как кукушка из часов. И жаворонком он заодно станет, и экстравертом, и бизнесменом — стоит только захотеть и как следует попросить. Что ему, трудно что ли?

Трудно — понимаете вы, повзрослев. И не ждете от мужчины, за которого согласились выйти замуж, что он завтра-послезавтра превратится в совсем другого человека. Да, ему сложно рано вставать и рассчитывать время, он долго сходится с людьми и не претендует на звание души компании. Он любит свою работу, но даже в смелых мечтах не рассчитывает открыть «свое дело». Вы знаете это, но все равно выбираете его — каждый день. Просто потому что именно с ним вы хотите каждый день быть. Кстати, он тоже в курсе, что борщ вам

### ОТЛИЧНАЯ ФИГУРА

Термин «феномен Микеланджело» больше имеет отношение к любви, нежели к искусству. Великий скульптор отсекал все лишнее, превращая глыбы мрамора в статуи. Партнеры в гармоничных, крепких и перспективных отношениях «создают» друг друга, но не перекраивая на свой вкус, а просто помогая проявиться лучшим качествам. В зрелых и осознанных браках это происходит чаще — мы даем друг другу право быть самим собой, но при этом помогаем стать лучше.

не удастся, со спортом у вас с детства не складывается, а высоты вы боитесь даже больше, чем змей. Поэтому не тащит вас в горы, на вечерние пробежки и в джунгли, а на борщ по-прежнему ездит к маме. Не забывая нахваливать ваш салат с авокадо и кексы с папайей. Он же понимает теперь, что счастье не в борще, а в вас самой, в возможности быть рядом.

### 4 *Вы боитесь друг друга потерять*

Вы уже оба знаете, что такое развод, и точно не хотите пройти через это снова. И, как взрослые люди, вы понимаете, что лучше сегодня вести здоровый образ жизни, чем потом долго лечиться. Поэтому стараетесь относиться друг к другу внимательнее — слу-

шать, слышать и беречь. Вы понимаете, где лучше высказаться, а где промолчать и не затевать ссору. А он знает, что вас куда лучше успокаивает обычное объятие, чем сложная система логических доводов. И вы оба согласны, что лучше быть счастливым, чем правым.

К тому же вы постоянно совершенствуетесь. Ведь желание уберечь и порадовать любимого человека стимулирует к работе над собой. Не он заставляет вас меняться — вы сами постепенно становитесь лучше. Меньше обижаетесь, реже ревнуете, учитесь готовить и выходите на свою первую пробежку. А он старается приезжать за вами на вокзал вовремя, весь вечер развлекает ваших подруг в количестве восьми штук и перечитал всего Чехова. Говорит, даже понравилось.

### 5 *Вы можете жить друг без друга. Но не хотите.*

Во время первого брака, а также до и после него, вы постепенно узнавали себя. Пробовали жизнь на вкус, выясняли, что вам нравится, а что, наоборот, кажется категорически неприемлемым. Вы способны о себе позаботиться, заработать на жизнь, смартфон и винтажную сумку, отвезти машину в сервис и забронировать гостиницу в Верхнем Пристамбуле. Вы понимаете свои желания, умеете отстаивать свои принципы и следовать им. У вас есть планы на жизнь и пара идей, как эти планы, в случае чего, скорректировать. В целом, вам с собой удобно, комфортно и интересно. Тем ценнее ваше решение впустить в свою жизнь другого человека — тоже самостоятельного, сложившегося и... выбравшего лично вас.

Во вторых браках склонность раствориться в супруге и жить его жизнью встречается реже, чем в первых. Зрелые союзы основаны на партнерстве, на осознанном выборе и уважении к свободе, как своей, так и любимого человека. К тому же вы каждый день испытываете благодарность — за то, что вас выбрали, за то, что вы сами приняли правильное решение, и за то, что ошибки, к счастью, можно и нужно исправлять. ♡

# ОПЛАТА ЖКХ В СБЕРБАНК ОНЛАЙН

Какие коммунальные услуги можно оплатить в интернет-банке «Сбербанк Онлайн?»



### Преимущества:

- Удобно**  
Оплачивайте услуги ЖКХ через интернет-банк «Сбербанк Онлайн» в любое время из любой точки мира, создавайте шаблоны для оплаты регулярных платежей в несколько кликов
- Безопасно**  
Подтверждайте вход в «Сбербанк Онлайн» однократным паролем, полученным в SMS-сообщении. Контролируйте платежи ЖКХ с помощью SMS-сообщений
- Выгодно**  
Сниженные комиссии за платежи по сравнению с оплатой в отделении банка и оплаточемиста

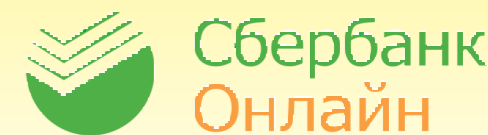
### Как подключить?

- Получите банковскую карту**  
Сбербанка с подключенной услугой «Мобильный банк»
- Зарегистрируйтесь**  
на сайте «Сбербанк Онлайн» или получите логин и пароль пользователя в устройстве самообслуживания
- Начните использовать Сбербанк Онлайн**  
и экономьте свое время!

### Участвуйте в акции и получайте бонусы!

- 1 Зарегистрируйтесь**  
в «Сбербанк Онлайн» в период с 16.03 по 16.05
- 2 Оплатите ЖКХ**  
в интернет-банке «Сбербанк Онлайн» на сумму от 3500 руб
- 3 Получите бонусы**  
500 СПАСИБО могут стать вашими

Общий срок проведения акции — с 00.00.00 16.03.2015 по 23.59.59 30.07.2015 включительно (время московское). Для участия в акции необходимо в период с 00.00.00 16.03.2015 по 23.59.59 30.07.2015 включительно (время московское) подключиться к системе «Сбербанк Онлайн» и совершить через систему «Сбербанк Онлайн» с использованием карты расходные операции по оплате товаров, работ, услуг на общую сумму не менее 3 500 рублей 00 копеек. В срок до 30.07.2015 20 000 участников, признанных победителями акции, в качестве поощрения будут начислены дополнительные 500 (пятьсот) бонусов СПАСИБО. Информацию об организаторе акции, правилах и сроках ее проведения, о количестве поощрений, сроке, месте и порядке их получения уточняйте на сайтах: <http://sberbank.ru> или <http://sberbankspasibo.ru> или по телефону 8 800 555 55 50 (звонки по России — бесплатно). ОАО «Сбербанк России». Генеральная лицензия Банка России № 1481 от 08.08.2012



*В кухнях разных стран есть немало блюд, которые едят сырыми. Но это не означает, что их не нужно готовить! Наоборот, искусство шефа здесь востребовано вдвойне.*

Текст: Кирилл Хаит

## Съесть как есть



Тартар из говядины с трюфельным маслом, ресторан «Мясной клуб»

### ТАРТАР

Стейк по-татарски — парадоксальное блюдо, чье название никак не связано с его происхождением, и даже способ приготовления изменился до неузнаваемости. Собственно, названием оно обязано французам. Именно французские исследователи России утверждали, что в царской армии кавалеристы-татары нарезали полосами сырую конину, солили и клали под седло. Через 2 часа быстрой езды верхом «блюдо» было готово. Хотя в современных кулинарных энциклопедиях прямо говорится, что мясо, побывавшее на спине скачущей лошади, будет, мягко говоря, несъедобным, в XVII веке в Европе эту историю поверили. И даже заинтересовались. Правда, конину заменили говядиной и стали отбивать молотком. В таком виде

тартар дожил до начала XX века и попал в США. Практичные американцы удивились: зачем есть сырое мясо целыми кусками, если можно есть его в виде фарша? Полученное лакомство долго называлось тартаром по-американски, но потом это всем надоело и остался просто «тартар». Да и самим этим словом называют практически что угодно — главное, чтобы оно было сырым и нарезанным на мелкие кубики...

### СЕВИЧЕ

Хотя сейчас севиче принадлежит к изысканной кухне и считается деликатесом, происхождение этого блюда самое что ни на есть народное, а точнее — рыбацкое. Уходившие в море в небольших лодках рыбаки иногда не приближались к берегу по несколько дней

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНЫ РЕСТОРАНАМИ ВУЛОНО, «МЯСНОЙ КЛУБ», FUMISAWA SUSHI


МЯСНОЕ КАФЕ  
Миллионная  
80/1

Авторский подход  
к мясу

«Миллионная, 80/1», пр. Ленина, 80/1, тел. 34-51-51

«Бульварная, 24», пр. Кирова, 24, тел. 30-90-51, 90-95-91

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

 [myasnoekafe](https://www.instagram.com/myasnoekafe)

и были вынуждены готовить еду без огня. Вряд ли рыбаки знали, что под действием сока лайма, перца чили и соли в сыром мясе сибаса происходила денатурация белков, однако они явно что-то подобное подозревали и ели свежую рыбу, предварительно замариновав. А может, им просто было вкусно. Неизвестно, рыбаки ли обнаружили еще одно несомненное достоинство севиче: это блюдо отлично подходит тем, кто провел бурную ночь. Легкое и остро-сладкое, оно бодрит и помогает забыть о том, во сколько закончился прошлый вечер. Интересный факт: на родине севиче, Перу, это блюдо иногда едят палочками. Появление традиции приписывают корейским иммигрантам, которых было довольно много в начале прошлого века.

### СТРОГАНИНА

Деликатесная строганина появилась в силу суровых естественных причин. Заморозка оказалась самым практич-

Некоторые сырые блюда, крайне популярные в своих регионах, за их пределами могут показаться слегка странными. Например, американский «Черный Питтсбург» — сырой внутри стейк с обугленной корочкой. Или ритуальный эфиопский деликатес китфо, фарш с острой смесью перцев, который едят понемногу и, как правило, в торжественные дни. А вот амстердамскую сырую колбасу оссенвурст едят с маринованным луком и шафраном.

ным способом хранения на Крайнем Севере, а сама замороженная рыба — на редкость вкусным блюдом. Если знать секреты. Например, как распрямлять и «ерошить» рыбину, чтобы ее потом проще было строгать, как глазировать ее льдом и каким ножом пользоваться при нарезке. Ну а главный секрет, конечно, в том, какую породу использовать. Споры на этот счет между любителя-

ми муксуна, чира, нельмы и омуля бесконечны. Кстати, по традиции выкладывать на тарелку строганину нужно не в произвольном порядке, а так, чтобы добраться до полосок с брюшка в последнюю очередь: они самые жирные и, соответственно, вкусные. И еще: заправлять строганину стоит исключительно солью с черным перцем. Рюмка с горячительным напитком станет завершающим штрихом композиции. Факт, который больше всего удивляет тех, кто впервые пробует ледяную рыбу на морозе: она согревает. Хотя это блюдо привычно ассоциируется с рыбой, в Сибири ее часто готовят и из мяса — обычно из мяса молодого северного оленя. Остальные элементы ритуала — тонкие полоски, соль-перец, рюмка — остаются неизменными.

### КРУДО

В переводе с итальянского слово «крудо» означает «сырой». В Сре-

Тартар из пагра, ресторан Виупо



*Гостевой дом «Шале» — это удивительный уголок Европы в Томске, который навсегда займет место в вашем сердце!*



КАМИННЫЙ ЗАЛ | VIP-ЗАЛ | БИЗНЕС-ЛАНЧИ\* | ДОСТАВКА БИЗНЕС-ЛАНЧА В ОФИСЫ | ДОСТАВКА ЛЮБИМЫХ БЛЮД НА ДОМ | WI-FI И ИНТЕРНЕТ



«Шале» предлагает провести в его стенах волшебную свадьбу на европейском уровне! Гостиничный номер молодоженам — *в подарок!*

Особенности меню — *блюда из мяса*, приготовленные шеф-поваром по традиционным восточным рецептам.

\*При заказе бизнес-ланча — *десерт в подарок!*



**Шале**  
кафе • гостевой дом

пер. Мариинский, 40, стр.2,  
тел. 25-00-25

земноморье подача «крудо» особенно популярна для ассорти из моллюсков, ракообразных и свежей рыбы. Однако этим словом называют и многие блюда, содержащие сырые ингредиенты. Например, сальсичча круда на севере Италии — это сосиска из сырой острой приправленной свинины. В Испании крудо называют маринованный сырой сибас, политый острым маслом и лимонным соком. Крудо в Чили, по сути, — сырой

Орсона Уэллса, привык к обществу неординарных посетителей. И когда в его баре грустила наследница дождей графиня Амалия Мочениго, которой врач запретил есть приготовленное мясо, он не растерялся и придумал блюдо из сырого. Практически прозрачные полоски телятины с лимонным соком, вустерским соусом, молоком и пармезаном оказались не только вкусными, но и красивыми, и признательная графиня назвала блюдо

вычки складываются сами собой. Вот и в Японии привыкли есть рыбу и морепродукты, причем непременно свежайшие и часто сырые. Так появились любимые во всем мире суши и сашими. Кстати, в традиционном японском обеде именно сашими подается на стол первым как самое изысканное — ведь чтобы оценить его достоинства, вкусовые рецепторы должны быть чистыми, как слеза младенца-самурая.

«ЕДИНСТВЕННОЕ ПОДХОДЯЩЕЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ДИЕТЫ — ЭТО ВРЕМЯ ОЖИДАНИЯ, ПОКА ПРИГОТОВИТСЯ ВАШ СТЕЙК».

Джулия Чайлд, автор кулинарных бестселлеров и телеведущая

Карпаччо из говядины с горчицей соусом, ресторан «Мясной клуб»



говяжий фарш с мелко нарезанным луком, йогуртом и специями. Эту смесь намазывают на хлеб и едят на завтрак.

### КАРПАЧЧО

Традиции Ренессанса, культура XX века и один успешный бармен — таков вкратце рецепт блюда, ставшего одним из символов Венеции. Джузеппе Чиприани, чей «Гарри бар» был в числе любимых мест Эрнеста Хемингуэя, Чарли Чаплина, Альфреда Хичкока и

в честь Витторе Карпаччо, художника эпохи Возрождения, чьи работы блюдо напоминало цветовой гаммой. По крайней мере такую версию поведал миру сам Джузеппе Чиприани. Впрочем, с тех пор и рецепт, и список соусов к блюду неоднократно менялись.

### СУШИ И САШИМИ

Если вы живете на острове, а вокруг океан, полный разнообразных деликатесов, гастрономические при-



Ассорти сашими Омакасе, ресторан «Фумисава суши»

### СТЕЙК

Словосочетание «стейк с кровью» стало употребляться в русском языке еще в эпоху СССР — правда, само блюдо от этого не появилось на советских кухнях. Розовый цвет куска мяса продолжал считаться признаком «неготовности», хотя по обе стороны Атлантики уже давно стал классикой. Кстати, степень прожарки *gaге* — не самая радикальная. Есть еще *blue gaге* — то есть фактически сырое мясо, которое провело на гриле примерно по 30 секунд с каждой стороны.

Все перечисленные блюда — мейнстрим в европейских ресторанах, что доказывает: сырое мясо и сырая рыба, политые соусами и сбрызнутые трюфельным маслом или лимонным соком, вполне уютно чувствуют себя на наших тарелках. ♡



# Для особенных событий!

**В** ресторане средиземноморской кухни «Марле Буа» есть все условия для проведения банкета, достойного внимания даже самых взыскательных гостей.

Четыре зала ресторана позволят с легкостью выбрать идеальный вариант для любого настроения! Основной зал просторен, его обстановка притягивает элегантностью и уютом: старинный рояль *Beckeг*, камин и скульптуры в винтажном стиле органично сочетаются с современными проекторами и большими экранами.

Выбор отдельного банкетного зала с профессиональным звуком и плазменными экранами можно сделать исходя из личных предпочтений и целей. Пение в караоке-зале, бизнес-встреча или маль-

чишник в камерном зале, торжество в светлом, оптимистичном интерьере зала для семейных праздников... Для удобства гостей у «Марле Буа» есть собственное **Event-агентство**, где посетителям порекомендуют ведущих, фотографов, помогут оформить зал в стилистике праздника. Ресторан известен своими музыкальными вечерами, в его стенах выступают настоящие звезды джаза, при желании возможно пригласить талантливых исполнителей на любое торжество.

Знаменитые средиземноморские блюда, домашние пасты и пиццы, нежное мясо, приготовленное на испанском гриле «*Hospesг*» создаются с любовью, поэтому получаются особенно вкусными! Недавно в «Марле Буа» появился новый шеф-повар родом из Рима Максимилиано Берно, который несколько лет работал в известной сети петербургских ресторанов

и поэтому многое знает о русских гастрономических предпочтениях. Новое сезонное меню для «Марле Буа» уже готово!

**Кейтеринг** — одно из направлений работы ресторана «Марле Буа». Виновнику торжества удастся спокойно расслабиться в привычной обстановке и избежать затрат времени на устройство застолья, но при этом предложить гостям вкусные блюда и отличное обслуживание от команды «Марле Буа».



Ресторан средиземноморской кухни «Марле Буа», пл. Ленина, 11, тел. 99-88-88





# Семейные ценности турецкого отдыха



**Что бы там ни говорили, Турция по-прежнему остается самым популярным направлением среди томичей и особенно среди семейных пар с детьми. Поэтому сегодня я бы хотела рассказать немного о Турции и ее замечательных курортах и лучших отелях для незабываемого отдыха с детьми.**

Для начала нужно определиться с курортом. Из множества курортных городков Турции я бы посоветовала Кемер, Аланью и Белек. Кемер может похвастаться изумительной природой: горами, хвойными лесами и живописными пляжами. Аланья — красивый европейский город с древнейшей историей, об этом говорят строения, которые сохранились с античных времен. Белек — элитный курорт с потрясающей природой, современным комфортом, аристократическими развлечениями и знаменитыми гостями.

#### **Von Resort Golden Coast 5\***

Здесь детям будет чем заняться, и родители смогут расслабиться и уделить время себе. В распоряжении маленьких туристов: аквапарк, лунопарк, приятный песочный пляж. Территория отеля очень чистая, много зелени. По вечерам анимация для детей и интересное шоу для родителей. Есть номера с мини-кухней, поэтому, заказав свежие продукты в номер, можно будет приготовить самостоятельно любимые блюда для своих малышей.

#### **Starlight Convention Center**

#### **Thalasso & Spa 5\***

Так как из отеля вы редко будете выезжать, то большой плюс в данном случае — огромная, красивая территория с обилием зелени и бассейнов, по которой так

приятно прогуляться вечерком. Гордость отеля — шикарный SPA-центр, в котором можно посетить хаммам, насладиться массажем и талассотерапией. Есть кинотеатр под открытым небом, крытый каток для фигурного катания, конный клуб, боулинг, шикарные гольф-поля. Одним словом: роскошный, аристократичный отдых для обеспеченных туристов!

#### **Titanic Deluxe Belek 5\***

Это даже не отель, а роскошный мини-город, который за все время отдыха вы едва ли успеете обойти. Есть даже улица бутиков, несколько ресторанов, SPA-центров и многое другое. Этот новый отель поражает своей красотой и масштабом. Он расположен на берегу реки и с трех сторон окружен сосновыми лесами. До пляжа можно добраться за 5 минут. Он идеален для романтического отдыха и просто находка для семейных пар. На территории много теневых зон для малышей, аквапарк, огромные игровые площадки, зона для обучения и развития детей, в которой вашим чадам будут заниматься профессиональные педагоги. По запросу отель предоставит детское питание в номер и наборы для купания. Пока ваши дети будут веселиться, вы можете посетить роскошный ресторан, который расположен на лодке и насладиться выступлениями звезд такого уровня как Дима Билан, Юлия Савичева и многие другие.



Бассейн «Труд», ул. Герцена, 10, тел. 935-200;  
ТЦ «Big city», пр. Ленина, 80 а, тел. 935-300;  
ТЦ «Модный базар», пер. 1905 г., 14 б, тел. 938-000,  
hott.tom.ru



**НАТАЛЬЯ ШЕВЦОВА,**  
директор «Агентства  
Горячих Туров»

## ЗА ЧТО МЫ ТАК ЛЮБИМ ТУРЦИЮ!

1. Близко лететь. Всего 5-6 часов, есть вылет из Томска. Даже полет с грудным ребенком не вызовет особых трудностей.
2. Безвизовый режим.
3. Огромный выбор отелей на любой кошелек. В Турции есть как роскошные VIP-отели, которые удивят самых избалованных туристов, так и хорошие варианты для бюджетного туриста.
4. Отличная возможность для детского отдыха. Турецкие отели обладают широкой инфраструктурой для своих маленьких гостей: горки, детские бассейны, площадки, мини-клубы и многое другое.
5. Питание — все включено. Можно забыть о семейном быте и наслаждаться отдыхом.
6. Интересная экскурсионная программа. Помимо пляжного отдыха Турция — страна с богатой древнейшей историей и уникальными природными зонами. Например: Паммукале, Кападокия и т.д.
7. Хороший мягкий климат Турции позволяет выбирать это направление не только летом, но и в мае, а также октябре и сентябре.

# WORLD & Travel\*

## ДЖИБУТИ

Регион на самой оконечности Африканского Рога, зажатый между бандитствующим Сомали и беспокойной Эритреей, но с доступом к теплым водам Красного моря и Индийского океана, может оказаться самым оптимальным и легкодоступным местом для пляжного отдыха.

«МИР И ПУТЕШЕСТВИЯ»



Дорога к озеру Аббе

# ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ЛЕТНИЙ СЕЗОН

С АГЕНТСТВОМ «КОНСУЛ»

ЛУЧШИЕ ОТЕЛИ АНТАЛИЙСКОГО ПОБЕРЕЖЬЯ

ТУРЫ В ТУРЦИЮ ИЗ ТОМСКА

ОТДЫХ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ  
ОТ ТУРОПЕРАТОРОВ

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТУРЫ В СТАМБУЛ



НАШИ ОФИСЫ:

ул. Трифонова, 22, тел. 511-990, 513-900

ул. Герцена, 45, тел. 522-544

[www.consul-tour.ru](http://www.consul-tour.ru)

На фото: сотрудники агентства «КОНСУЛ»:  
Сабанцева Надежда, Ланг Вероника, Гурбановский Виталий, Левченко Елена, Андреева Надежда.

## И НЕВОЗМОЖНОЕ ВОЗМОЖНО

Архитекторы и дизайнеры из Токио выбрали необычный способ заострить внимание жителей японской столицы на проблеме нехватки места под строительство жилья. Они спроектировали и построили дом на участке, ширина которого немногим более 4 м. Дом получил красноречивое название The Wall of Nishihara. Действительно, внешне строение напоминает скорее стену, нежели жилище. Но тем не менее, дом подключен к коммуникациям и располагает всеми необходимыми для жизни удобствами. Есть только один нюанс: для естественного освещения в стенах дома сделано множество отверстий, многие из них — сквозные. Так что уединиться в The Wall of Nishihara будет проблематично.



## ВСЕГДА В ОТЛИЧНОЙ ФОРМЕ

XXI век можно назвать эпохой портативных гаджетов. Не избежала «портативизации» и фитнес-индустрия. Так, уже есть multifunctional тренажер Joutney Gum, способный во многом заменить спортивный зал. Он представляет собой компактный чемоданчик длиной в 47 см и шириной в 43 см. Если его раскрыть, то крышки образуют платформу с прорезиненным покрытием. Внутри чемоданчика хранятся две ручки и 15 пар резинок.



Одним концом резинки крепятся к ручкам, вторым — к бокам платформы. Резинки рассчитаны на разную силу растяжения, поэтому нагрузка варьируется от 2 до 34 кг. Упражнения можно выполнять сидя, лежа и стоя — в зависимости от того, какие мышцы нужно задействовать. Полноценные тренировки Joutney Gum вряд ли заменит, но поддержать форму при недоступности спортзала точно поможет.

## ЗАКАЗ НА ГЛАЗ

В скором времени посетителям сети пиццерий Pizza Hut будут приносить не обычное меню на бумаге, а электронное. Чтобы заказать пиццу, гостю нужно будет всего лишь задержать свой взгляд на начинке, которая ему по вкусу.



Выбор начинок довольно широк — 20 видов. Работает электронное меню благодаря специальному приложению, распознающему движение глаз. Как показали тесты, погрешность в распознавании не исключена, но в 98% случаев программа правильно считывает выбор клиента, для этого ей требуется всего 2,5 секунды. О том, когда ноу-хау начнет применяться на практике, пока неизвестно.



## ВОСПИТАНИЕ СО ВКУСОМ

Как известно, все дети любят играть во взрослых и примерять на себя их роли. Голландские рестораторы усмотрели в этом прекрасную возможность для трудового воспитания подрастающего поколения и открыли в Амстердаме Kinderkookkafe — кафе, где готовят блюда и обслуживают посетителей дети в возрасте от 5 до 12 лет. Делают они это с большим увлечением и удовольствием. Еще бы — это же настоящая работа! Чтобы ребенок мог попробовать себя в роли шеф-повара, бармена или официанта, родителям нужно забронировать ему место по телефону или электронной почте. В назначенный день юный работник должен прийти в кафе и привести с собой двух гостей. Взрослых посетителей пускают сюда только в сопровождении ребенка.

## ЛУЧШЕ ОДИН РАЗ УВИДЕТЬ...

Корпорация Sony провела уникальную рекламную кампанию, чтобы наглядно продемонстрировать, что ее смартфоны действительно не боятся воды. На три дня, с 3 по 6 декабря 2014 года, в Дубае открылся подводный магазин мобильных гаджетов Xperia Aquatech Store. Недалеко от берега, на глубине около 4 м были размещены витрины с мобильными устройствами от Sony. Посетить магазин могли только журналисты и лица, получившие персональные приглашения от компании. Поскольку добраться до необычного салона можно было только путем погружения с аквалангом, всем посетителям салона пришлось сначала пройти «курс начинающего дайвера» в специальном бассейне под руководством опытных инструкторов.



## ЗЕРКАЛО — ЛУЧШИЙ КОНДИЦИОНЕР

Американские ученые предлагают внедрить в жизнь технологию, которая в буквальном смысле позволит отразить летнюю жару и отказаться при этом от кондиционеров. Их идея проста: на крышах городских зданий летом необходимо разместить зеркала. Ведь как известно, темные крыши домов в жару очень сильно нагреваются — на 60 °С сильнее, чем воздух — и потом медленно остывают. Зеркала же отражают почти 100% солнечного света, не позволяя зданию разогреваться. Однако есть нюанс: для усиления отражающей способности нужно покрыть зеркала дополнительным слоем серебра и слоями еще из двух металлов. Но эти затраты, говорят ученые, значительно меньше затрат на электропитание кондиционеров.



Отпуск  
Драгоценное время,  
которое принадлежит  
ТОЛЬКО ВАМ

TEZAU<sup>RU</sup>M  
TRAVEL  
Тел. 56-06-05, пр. Кирова, 39

# City guide

## «АТМОСФЕРА ТОМСКА»

Новый фотоальбом о Томске. В этом издании город представлен фотографиями, цитатами и стихами, отражающими его атмосферу, душу и харизму. Томск в этой книге — это обаятельная и глубокая Личность, имеющая свой стиль и интересную историю... К ней хочется присмотреться с ней хочется познакомиться, подружиться и поговорить.

История и современность, лица томичей и архитектурные детали, сибирская природа и городские пейзажи — «Атмосфера Томска» позволяет в очередной раз осознать, в каком уникальном месте мы живем, и поделиться своими эмоциями с гостями нашего города.

Фотографии в альбоме не публиковались ранее. В наборе с книгой — красивая подарочная сумочка, в которую можно также вложить другие памятные подарки о Томске. Все подписи, цитаты, стихи переведены на английский язык.

По вопросам приобретения книги и оптовых покупок обращайтесь в медиа-холдинг «Рекламный дайджест», г. Томск, ул. Герцена, 72 б, тел. (3822) 52-10-01



## СЕКРЕТЫ ЭКЗОТИЧЕСКОЙ КРАСОТЫ

С 1 мая компания VOV предлагает клиентам новое направление — SPA-уход для домашнего использования. Представлено оно будет органическими продуктами PRINCESS OF BALI из сердца Индонезии — острова Бали, где просто идеальные климатические условия для произрастания различных экзотических трав и цветов, многие из которых не встречаются больше нигде в мире. Произведенная из натуральных компонентов по старинным рецептам народной медицины, косметика не содержит животных жиров. Линия PRINCESS OF BALI включает в себя

крема, лосьоны, масла, скрабы, маски для лица, тела и волос. Среди огромного выбора средств каждый сможет найти для себя подходящие, чтобы воспользоваться древними секретами красоты.

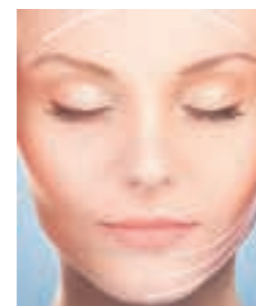
Бутик красоты MISSHA VOV, ТЦ «Аврора», ул. Гагарина, 7 (1-й этаж);  
ТЦ «Гостинный двор», пр. Ленина, 1, тел. 226-056



CITY Guide НОВОСТИ

## ВЫСОКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В КОСМЕТОЛОГИИ

Уже год Медицинский центр «Эстетик» эксклюзивно в Томске предлагает своим клиентам уходовые процедуры на основе косметологических препаратов американской компании «Le Mieux» (фр. яз. «лучшее»). Невероятный результат от применения anti-age продукции нового поколения специалисты клиники и ее клиенты оценивают очень высоко. Элитные средства марки представлены в виде кремов, масок, тоники, пилингов, но особую известность Le Mieux принесла серия сывороток, которые по сравнению с кремами действуют намного быстрее и эффективнее. В основе всех сывороток, которые в своем составе не содержат воды, компания применяет гиалуроновую кислоту. Кроме того, beauty-средства Le Mieux содержат эпидермальные факторы роста и пептиды — активные ингредиенты, способные влиять на процессы, происходящие в глубоких слоях кожи, которые борются со старением на клеточном уровне, стимулируя активные регенераторные процессы. Главный врач центра Светлана Владимировна Некрасова недавно посетила в Лос-Анджелесе научно-исследовательскую лабораторию Bielle Cosmetics, где создается эта уникальная профессиональная линия, и лично познакомилась с новейшими разработками команды Bielle Cosmetics.



Медицинский центр «Эстетик», ул. Никитина, 15 а, тел. 533-100

## ВКУС ДЕТСТВА

Май — самое время отправиться в «Fashion House Kids» за новыми моделями летних коллекций итальянских брендов детской одежды. Среди большого выбора стильных моделей для любого возраста маленьких модников привлекут интересные фасоны нарядов и костюмов для выпускных праздников в детском саду и начальной школе, комфорт и яркие краски футболок, платьев, джинсов, шорт, комбинезонов, легких курток и удобных джемперов, а их родители оценят практичность и высокое качество европейских изделий. Натуральные ткани, актуальный дизайн, возможность комбинировать и соединять, добавлять интересные аксессуары, быть свободными и раскованными — вот за что ценят и дети, и подростки, и взрослые «Fashion House Kids».

Магазин «Fashion House Kids»,  
пр. Ленина, 80 а,  
ТЦ «Big City» (4-й этаж)

FASHION  
HOUSE  
Kids



**DOROGOE@RDE.RU**  
ДОСТАВКА НА ДОМ И В ОФИС ПО ТОМСКУ  
КУРЬЕРОМ В ЛЮБОЕ УДОБНОЕ ВРЕМЯ

12 месяцев **960 руб.**  
6 месяцев **510 руб.**

**ПЕРВЫЕ 3 ПОДПИСЧИКА  
ПОЛУЧАТ ПОДАРОК!**

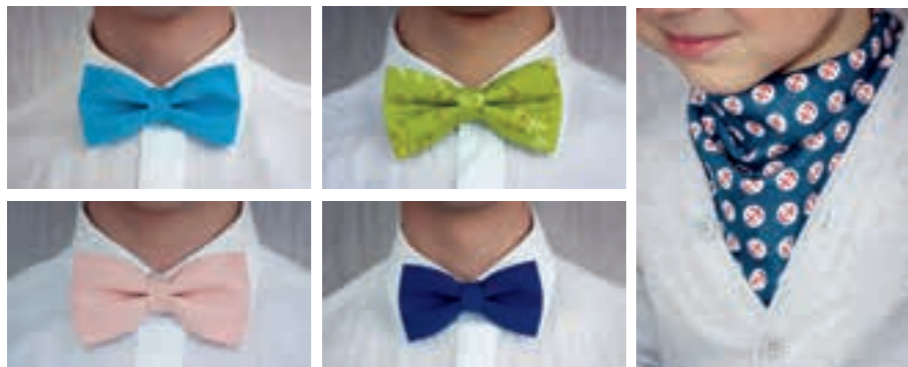


Сертификаты  
на уходовые процедуры  
от Центра косметологии  
и коррекции фигуры  
«Melagrano»,  
пр. Фрунзе, 119 е,  
тел. 245-000,  
www.melagrano.tomsk.ru

ПОДПИСАТЬСЯ, А ТАКЖЕ УЗНАТЬ ИНФОРМАЦИЮ ОБ ОРГАНИЗАТОРАХ И ПРАВИЛАХ ПРОВЕДЕНИЯ АНКЦИИ, КОЛИЧЕСТВЕ ПРИЗОВ, СРОКАХ, МЕСТЕ И ПОРЯДКЕ ИХ ПОЛУЧЕНИЯ МОЖНО, ПОЗВОНИВ В ОФИС ЖУРНАЛА ПО ТЕЛ. 52-10-01 (ДОП. 374) ИЛИ НАПИСАВ ПИСЬМО ПО E-MAIL: DOROGOE@RDE.RU

**ПОДПИШИТЕСЬ СЕЙЧАС, И ВЫ НЕ  
ПРОПУСТИТЕ НИ ОДНОГО НОМЕРА!**

ПРЕДЛОЖЕНИЕ ДЕЙСТВУЕТ ДО 01.07.2015 ГОДА



## В СТИЛЕ ДЖЕЙМСА БОНДА

Времена, когда галстук-бабочку надевали лишь со смокингом или фракком, прошли. Сегодня мода позволяет дополнять бабочкой жакет и кардиган, сочетать с пиджаком в стиле casual. Ворвавшись в повседневность, галстук-бабочка все же остается вещью особенной, ведь она изначально была признаком аристократизма, символом торжественности, некой романтичности — вспомните Джеймса Бонда. Бабочка может внести в костюм даже некоторую дерзость и эпатажность, особенно в оригинальных сочетаниях. В Томске праздничную или повседневную бабочку, на любой вкус и цвет шьют с логотипом ZABAVNO. Главные особенности аксессуаров мастерской ZABAVNO — яркость цвета, высокое качество, разнообразная аудитория — от детей до взрослых мужчин и женщин, целых семей в стиле Family look. ZABAVNO стремится создать большой ассортимент товара, чтобы каждый мог найти для себя то, что идеально подходит именно ему.

Мастерская ZABAVNO, <http://vk.com/zabavnoFamily>, [instagram.com/zabavno\\_by\\_lubava](https://www.instagram.com/zabavno_by_lubava), тел. 8-960-969-53-99



## СОЛНЕЧНЫЕ МОДЕЛИ

Фотоцентр DPI представляет новую коллекцию солнцезащитных очков Polaroid, фирмы, которая является одним из самых известных и надежных в Европе брендов солнцезащитных очков, мировым лидером по производству и разработке поляризованных очков. Здесь можно найти и классические «авиаторы», и практичные очки для водителей, и модели для молодежи — для всех, кто ценит в очках не только дизайн, но и пользу для здоровья и удобство. В коллекции очень много унисекс-моделей, которые подойдут одновременно и женщинам, и мужчинам.

Фотоцентр DPI, ул. Красноармейская, 101 а, ТГ «Красный экспресс», тел. 56-17-99, [www.dpi.tomsk.ru](http://www.dpi.tomsk.ru)



## ДЕНЬ МЕЛАНОМЫ

18 мая в рамках международной благотворительной акции по раннему выявлению рака кожи в клинике «REVITAL» будет проходить «День меланомы». Все, кто заботится о профилактике своего здоровья, смогут абсолютно бесплатно пройти диагностику «подозрительных» родинок, предварительно записавшись на консультацию по тел. 22-50-44. Приходите и узнайте о своих родинках всё!

Клиника эстетической косметологии «REVITAL», пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



## ГУЛЯТЬ — ТАК С МУЗЫКОЙ!

Издавна купцы любили гулять в ресторанах на широкую ногу! И, конечно же, не обходилось без приглашения на их праздники лучших артистов! Ресторан «Купеческий дом» чтит традиции купечества, и поэтому здесь часто выступают приглашенные коллективы с номерами в русском народном стиле, исполняемыми в современной обработке. Управляющая рестораном Ирина Павленко рассказывает: «Мы гордимся, что наши артисты — лучшие в области. Я сама музыкант, добилась больших успехов в творчестве и всегда с невероятным трепетом отношусь к подбору выступающих в нашем заведении. Уважение у меня вызывают многие артисты города. Но особенные отношения у нас сложились с некоторыми из них. Так, ребята из шоу балета «Кристалл» под руководством Оксаны Васильевны Евдокимовой всегда выступают у нас под восторженные аплодисменты гостей. Еще хочу сказать о Евгении Вишняковой, которую считаю лучшей исполнительницей народной песни в области, а работать с настоящим профессионалом — очень приятно! Убедиться в этом вы сможете, придя на ее сольный концерт 22 мая в ОДНТ «Авангард». Уверена, что Евгения порадует вас не только профессиональным, но теплым и душевным исполнением. Приходите обязательно — и вы еще раз убедитесь в том, что наш ресторан выбирает лучших артистов для купеческих гуляний».



Ресторан «Купеческий дом», пер. Батенькова, 7, тел.: 99-45-01, 25-00-69, [www.restoran.k-dom.tomsk.ru](http://www.restoran.k-dom.tomsk.ru)

by Designer



НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

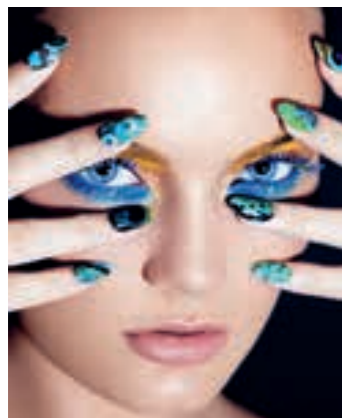
детская дизайнерская одежда

Stilnyashka

участник недели высокой моды  
Russian Fashion Week Mercedes-Benz

ТРЦ Мегapolis, пр. Ленина 217, стр. 2, 2 этаж

[www.stilnyashka.com](http://www.stilnyashka.com)



## ВСТРЕЧАЕМ ВЕСНУ ЯРКО!

Салон «VIP-Триумф» предлагает своим клиентам познакомиться с абсолютной новинкой этого сезона — дизайном ногтей термопленками NCLA (США). Термопленка — революционно новый продукт в дизайне ногтей, не имеющий аналогов в современном мире nail-индустрии. Дизайнеры NCLA по-настоящему влюблены в моду, и поэтому каждый их продукт уникален. Бренд сотрудничает только с самыми известными и талантливыми личностями. Дизайны никогда не повторяются, и ассортимент рисунков постоянно пополняется новинками.

Салон коррекции фигуры и SPA «VIP-Триумф», ул. Гоголя, 30/1, тел.: 52-92-48, 58-69-90, [www.vip-triumf.tomsk.ru](http://www.vip-triumf.tomsk.ru)



## СОВЕРШЕНСТВУЙТЕСЬ В ВОЗДУХЕ

«Гимнастика есть целительная часть медицины» — так считал еще древнегреческий мыслитель Платон. Аэройога (Airyoga, AntiGravityYoga) — упражнения в воздухе, нацеленные на физическое и духовное совершенствование человека. При выполнении асан и гимнастических упражнений в подвешенном состоянии тело человека вытягивается от пяток до макушки, происходит укрепление всех групп мышц, улучшается гибкость, повышается ловкость, тренируется вестибулярный аппарат. Заниматься аэройогой можно как здоровым людям, так и тем, у кого есть боли в грудном, шейном и поясничном отделах позвоночника. Она подходит для всех, независимо от уровня физической подготовки и возраста. Кроме того, хорошее настроение и подтянутое здоровое тело при регулярных тренировках вам обеспечены!

«Аэройога», ул. Герцена, 44, тел. 8-913-801-91-42, [инстаграм airyoga.tomsk](https://www.instagram.com/airyoga.tomsk)

## МОДНЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ ДЕТСКОГО ГАРДЕРОБА

В далеком 1996 году компания De Salitto начала поставлять в Россию красивую и качественную одежду для детей и подростков. Тогда было сложно представить, что спустя почти 20 лет продукцию компании можно будет найти практически в любом городе нашей страны. В Томске марка De Salitto представлена в ТРЦ «Изумрудный город». Здесь рады предложить вашим детям уникальные индивидуальные решения гардероба, будь то яркое событие или прогулка в парке, поход на пляж или серьезная встреча. Уже в конце мая поступит в продажу стильная школьная коллекция. Спешите и не пропустите! Пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город» (3-й этаж), тел. 8-923-439-08-08, [desalitto\\_tomsk@mail.ru](mailto:desalitto_tomsk@mail.ru)



## ОТКРЫТИЕ САЛОНА ПЕРЕДОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ОТОПЛЕНИЯ

Сенсацией апреля стало открытие Технологического центра — салона отопительных систем «ТЕПЛО и УЮТ» в самом центре Томска. Это первая в городе фирма, открывшая бутик отопительного оборудования не только с традиционной, но и с инновационной отопительной техникой, способной работать на альтернативных источниках энергии. В салоне помогут сделать проект инженерных систем дома и подобрать оборудование для индивидуального

отопления: настенные и напольные газовые и электрические котлы, автоматику, а также различные сопутствующие аксессуары. Магазин-салон отопительной техники премиум-класса открыт совместно с немецким партнером, мировым лидером рынка отопительных систем — компанией Vaillant, которая 140 лет назад изобрела первый водонагревательный газовый котел.

Салон отопительных систем «Тепло и Уют», ул. Герцена, 26, тел. 32-82-02, [teplotvomske.ru](http://teplotvomske.ru)



**S** **M** SibModels  
model agency

# КАСТИНГ

ДЛЯ РАБОТЫ В МОСКВЕ И ЗА РУБЕЖОМ

## 17 мая 12.00

ПОДАЙ ЗАЯВКУ:

**SIBMODELS@MAIL.RU**

**WHATSAPP 89138494230**

**#SIBMODELS**

**УЛ. КАРТАШОВА, 29Б**

**СТУДИЯ ДМИТРИЯ КАРПУШЕВА**

# BIG BEN

## School

Языковой центр

## ИНТЕНСИВНЫЕ КУРСЫ ПО АНГЛИЙСКОМУ ЯЗЫКУ

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ КУРСА  
**2 МЕСЯЦА**

Вы сможете повысить уровень владения английским на один пункт

с уровня **STARTER** до **ELEMENTARY**

с уровня **ELEMENTARY** до **PRE-INTERMEDIATE**

с уровня **PRE-INTERMEDIATE** до **INTERMEDIATE**

**ОДНО ЗАНЯТИЕ - 150 РУБЛЕЙ!**  
СТОИМОСТЬ ДВУХМЕСЯЧНОГО КУРСА  
**9000 РУБЛЕЙ**

### КОНТАКТЫ

Г. Томск, ул. Сибирская, 83

+7(3822) 94 03 88

[bigben-tomsk@yandex.ru](mailto:bigben-tomsk@yandex.ru)

[bigben-schol.tomsk.ru](http://bigben-schol.tomsk.ru)

[#bigbenschool.tomsk.ru](https://vk.com/bigbenschool.tomsk.ru)

[https://vk.com/bigben\\_tomsk](https://vk.com/bigben_tomsk)



## ВЕЧЕРИНКА ДЛЯ ЛЮБИМЫХ КЛИЕНТОВ

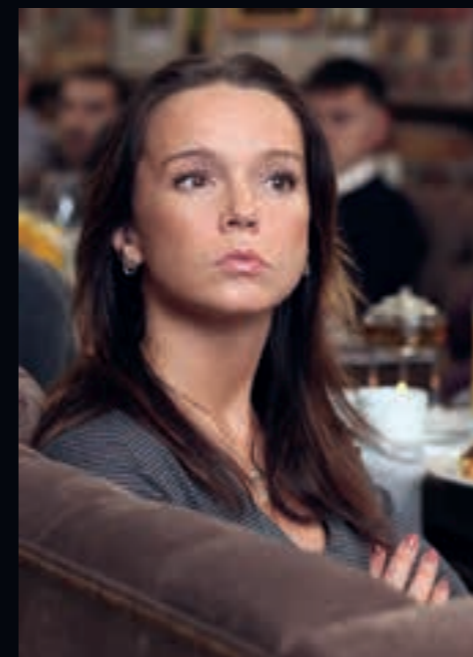
**27** марта в праздничной обстановке состоялась презентация обновленного салона «VIP-Триумф», на которую были приглашены его любимые клиенты. На дружеской вечеринке они знакомились с последними средствами и услугами, радовались подаркам от салона и, конечно, делились впечатлениями о стильном образе преображенного «VIP-Триумфа».



## БИЗНЕС-ЗАВТРАК В РЕСТОРАНЕ «МАРЛЕ БУА» С КЛИЕНТАМИ СБЕРБАНКА

2 апреля состоялся бизнес-завтрак с VIP-клиентами Томского отделения ОАО «Сбербанк», на котором присутствовало более 30 действующих и потенциальных клиентов Сбербанка. В рамках делового завтрака были затронуты темы «Фондовый рынок», «Текущая ситуация на мировых финансовых рынках», «Инвестиционные решения от ЗАО «Сбербанк Управление Активами»». Клиенты смогли задать вопросы, касающиеся валютных курсов, дополнительной эмиссии в рамках ЗПИФ «Недвижимость», обсуждались актуальные инвестиционные решения.

Докладчики: Сергей Баев — директор отдела развития и поддержки продаж ЗАО «Сбербанк Управление Активами», (Москва); Николай Шаповалов — начальник отдела по работе с состоятельными клиентами Сибирского банка; Илья Дубровин — начальник сектора брокерского обслуживания и продаж Сибирского банка.







МОДНЫЙ ВТОРНИК В РЕСТОРАНЕ «МАРЛЕ БУА»



7 апреля ресторан «Марле Буа» собрал ценителей изысканной средиземноморской кухни и высокого вкуса и стиля на мастер-класс со стилистом на тему «Как правильно подобрать украшения». В культурной атмосфере отдельного зала ресторана гости с удовольствием отдохнули, получили массу прекрасных эмоций от приятного девичника, вкусного ужина и новых знаний от экспертов в области стиля. Партнеры: Ювелирный дом «Эстет» и Style&Visage lab (творческая лаборатория по созданию образа).



«АГЕНТСТВО ГОРЯЧИХ ТУРОВ НА КОНКУРСЕ «МИССИС ТОМСК-2015»

«Агентство Горячих Туров» одни из первых узнали победителя ежегодного регионального конкурса «Миссис Томск-2015». 19 апреля в Большом концертном зале за титул самой талантливой, красивой и успешной мамы города боролись два десятка томичек в возрасте от 23 до 45 лет, имеющие детей. Победителем в специальной номинации от «Агентства Горячих Туров» — «Миссис Путешествие» стала Диана Латышева, мама двоих детей. «Миссис Томск-2015» стала мама троих детей, обладательница двух высших образований Евгения Ковыньва. Титул «Леди Томск-2015» завоевала Оксана Базаева — также мама троих детей. Участницы, занявшие первые места, представят Томск в региональном конкурсе «Миссис Сибирь». Если кто-то из них окажется в числе лучших, то отправится в Москву для участия в федеральном этапе конкурса красоты.



Фото: Татьяна Ярославцева



«Агентство Горячих Туров» выступило спонсором конкурса красоты, директор Наталья Шевцова также являлась членом жюри и участвовала в церемонии награждения. Всем участницам были вручены подарочные сертификаты и фирменные подарки. Коллектив «Агентства Горячих Туров» поздравляет победительниц, желает успехов, свершений и новых открытий! Дерзайте, творите и достигайте!

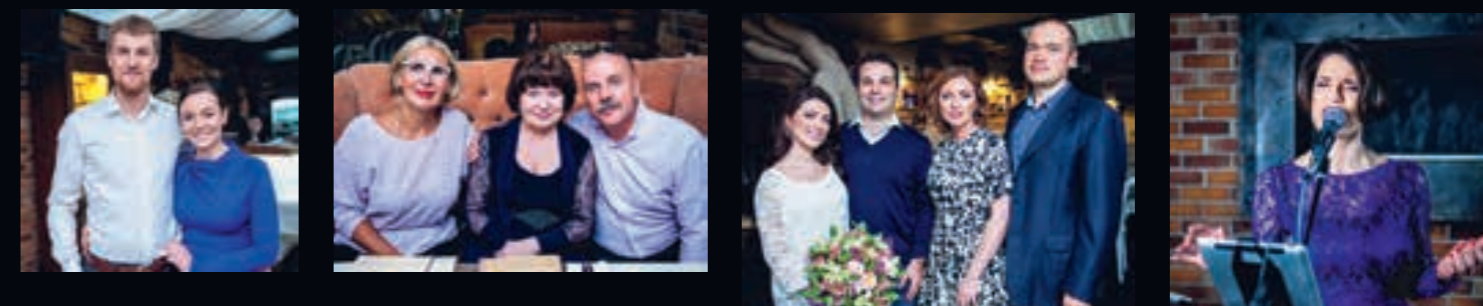


## АДВОКАТ ОЛЬГА БАШКОВА СОБИРАЕТ ДРУЗЕЙ

**25** апреля в клубе «Капитал» состоялось мероприятие, посвященное первому дню рождения «Адвокатского кабинета Ольги Башковой». Вечер, собравший близких друзей Ольги, коллег и клиентов, получился очень теплым и душевным. Гости угощались оригинальными коктейлями, вкуснейшим тортом, прекрасной музыкой, танцами от творческого коллектива «Опиум», пели свои любимые песни в караоке. Партнеры вечера: косметическая компания «Mary Kay», Ювелирный дом «Эстет», бутик модной одежды «Аптегита».



## ОДИН ГОД С РЕСТОРАНОМ «МАРЛЕ БУА»



**26** апреля ресторану «Марле Буа» исполнился 1 год. Эту дату вместе с ним отметили его постоянные гости, друзья и партнеры. В заведении царил теплая приятная, домашняя атмосфера, а приглашенных на праздник ждала невероятная шоу-программа от лучших музыкантов города. Гостям был представлен новый шеф-повар Maximilian Vergo, который рассказал гостям о сезонном меню и новых еженедельных кулинарных мастер-классах.



ВОСТОЧНЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ



**Р**есторан восточной кухни «Инжир» с размахом отметил свой 12-й День рождения! 17 апреля в ресторане состоялся яркий и веселый праздник с танцами, песнями, подарками и именинным тортом в форме тубетейки! А 19 апреля в кофейне «L ETO» состоялся День ресторана «Инжир», где гости могли отведать лучшие блюда и восточные сладости, окунуться в гостеприимную атмосферу Востока. Шеф-повар лично подавал всем гостям главное блюдо ресторана — настоящий узбекский плов. Под звуки восточных мелодий все собравшиеся примеряли национальные наряды, угощались чаем и сладостями, а маленькие гости веселились с Джинном на детской площадке.



# ШАЛЬНЫЕ ИМПЕРАТРИЦЫ

Караоке-клуб **Kanareika**  
представляет

Только по четвергам и только для девушек, которые обожают петь, веселиться и зажигать, вход совершенно свободный и никакого депозита!

\*Для джентльменов депозит 1000р. / 1 персона

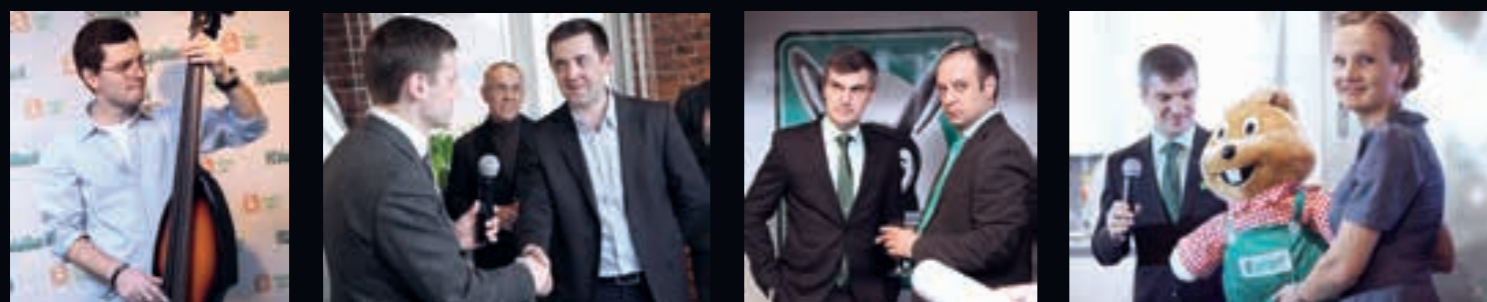
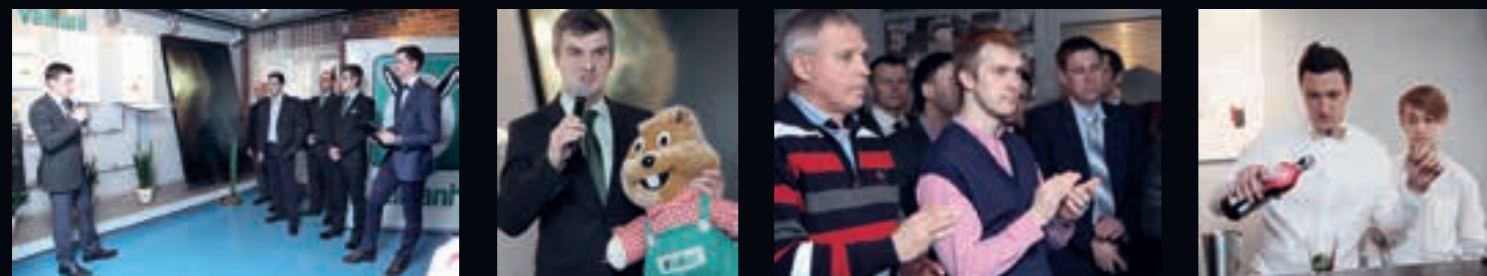
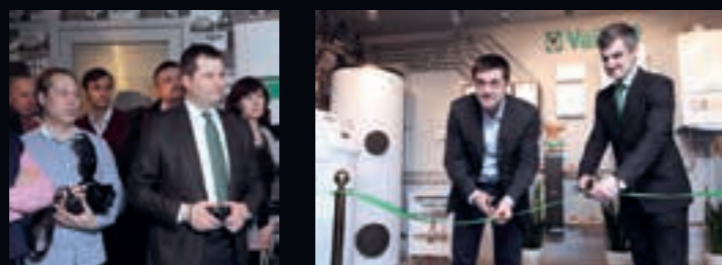
Ждем всех! тел.526-111

ул. Гагарина, 2, РК «Бамбук»

## ШОУ-РУМ «ТЕПЛО И УЮТ» ОТКРЫЛ СВОИ ДВЕРИ



8 апреля состоялось торжественное открытие шоу-рума «ТЕПЛО и УЮТ» в уважаемом Советском районе Томска. На открытие салона отопления пригласили клиентов фирмы, проектировщиков, монтажников, представителей городской администрации, газораспределительных и строительных компаний. Из Москвы и Новосибирска приехали партнеры из фирмы Vaillant. Символическую зеленую ленточку (фирменный цвет Vaillant) перерезали Дмитрий Куликов, директор фирмы «ТЕПЛО и УЮТ», и Денис Гасс, директор по продажам компании Vaillant. «Мы давно мечтали о том, чтобы в городе появилось место, где клиентам и проектировщикам мы могли бы показать высокий уровень технической культуры и новейшее немецкое оборудование», — сказал Дмитрий Куликов.



ТОЛЬКО КАЧЕСТВЕННЫЕ ТОВАРЫ  
И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ



Мы живем в современном XXI веке, и пришло время менять стереотипы! Функциональность, удобство и красота — все эти качества должны присутствовать в каждом помещении вашего дома: в спальне, ванной, на кухне и обязательно — в котельной!

«Тепло и Уют» открывает новую эпоху в отоплении загородных домов, где котельная — это сердце дома, и заботливый хозяин знает: она должна работать, как часы. И чтобы так было, котельной должны заниматься суперпрофессионалы с многолетним опытом.

Надежные партнеры из Европы позволяют компании «Тепло и Уют» решать задачи любой сложности и создавать только лучшее отопление и водоснабжение для вашего дома.



ул. Герцена, 26, тел. 32-82-02,  
TEPLOVTOMSKE.RU



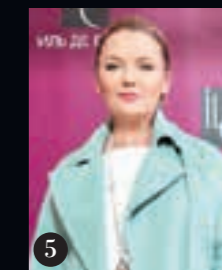
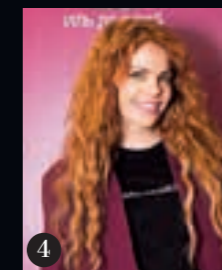
Представитель Bridgestone СНГ Д. Кривченков торжественно перерезал красную ленту

8 апреля в Томске состоялась торжественная церемония открытия фирменного шинного центра Pole Position японской компании Bridgestone, которая отвечает самым высоким стандартам качества, предлагая своим клиентам полный спектр сервисных услуг, а также большой ассортимент продукции, включая премиальные шины Bridgestone. Леночку на открытии центра перерезали представители Bridgestone СНГ Дмитрий Кривченков и Валентин Шерозия.

## ОТКРЫТИЕ POLE POSITION В ТОМСКЕ



## ПРЕЗЕНТАЦИЯ НОВИНОК



1. Татьяна Веденева. 2. Тутта Ларсен. 3. Олеся Судзиловская. 4. Анастасия Стоцкая. 5. Лариса Вербицкая. 6. Алиса Гребенщикова.

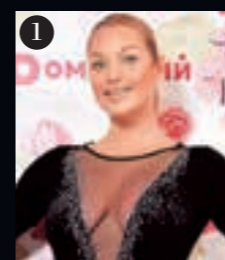
Представители масс-медиа, блогеры и визажисты окунулись в мир роскоши и стиля — 20 брендов представили гостям московского мероприятия «Искусство быть красивой с ИЛЬ ДЕ БОТЭ» новинки в сфере красоты.

Умение ухаживать за собой — настоящее искусство, которому обучали гостей в течение целого дня. Все желающие могли получить консультации от экспертов индустрии и посетить презентации новейших разработок в области красоты. Косметика, средства по уходу за кожей лица, тела и волосами, аппараты и продукты для спа-процедур — это целая философия, которая помогает выглядеть и чувствовать себя гармонично.

## ЮБИЛЕЙ ТЕЛЕКАНАЛА «ДОМАШНИЙ»

Презентацию самых громких премьер и 10-й день рождения телеканал «Домашний» провел в московской RoyalStudio.

Студия в этот праздничный вечер была залита розовым светом и буквально наполнена цветами «Домашнего», который пришли поздравить актеры и ведущие. Гостям рассказали, какие сюрпризы готовит «Домашний» телезрителям в 2015 году, раздали необычные подарки, порадовали выступлением певицы Муси Тотибадзе и угостили праздничным тортом.



1. Анастасия Волочкова. 2. Юлиана Слащева, «СТС Медиа». 3. Лика Бланк, «Домашний». 4. Эвелина Блэданс с сыном. 5. Дмитрий Дибров с супругой.

# Адреса в Томске



## ОДЕЖДА И ОБУВЬ

«**Mosaico group**», **Галерея бутиков на набережной**, ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, www.onlinemosaico.ru / Салон сумок и чемоданов «**Глобус**», пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235 / Multibrand store «**Forum**», пр. Фрунзе, 90, тел. 26-05-40, факс 26-62-94, www.forum-store.ru / Мультибрендовый магазин европейских марок «**Модный бульвар**», пр. Ленина, 15, тел.: 42-73-20, 42-73-30 / Магазин модной одежды «**Fashion House**», ТЦ «Big city», пр. Ленина, 80 а (4-й этаж) / Галерея французской моды «**Ниль де Франс**», ул. Трифонова, 22, тел. 51-21-22 / Бутик итальянских брендов «**Stefanel**», ТРЦ «Изумрудный город» (2-й этаж), пр. Комсомольский, 13 б / Салон нижнего белья «**Mon Plaisir**», Новый Гум, пер. 1905 г., 14/1 (2-й этаж) / Бутик детской одежды «**De Salitto**», ТЦ «Изумрудный город», пр. Комсомольский, 13 б (3-этаж), сот. 8-923-439-08-08 / Boutique «**INFINITY**», Новый Гум, пер. 1905 г., 14/1 (3-й этаж) / Салон мужской одежды «**PREMIERV**», ул. 79 Гв. дивизии, 24, ул. Интернационалистов, 17/1, тел. 305-307 / Бутик свадебной и вечерней моды «**Катрин**», ТЦ «Роман», пр. Ленина, 95 (2-й этаж), тел. 51-08-90; ТГ «Аркада», пл. Ленина, 11 (2-й этаж), тел. 51-22-15; www.katrin.tom.ru / Детская дизайнерская одежда «**Stilnyashka**», ТРЦ «Мегаполис», пр. Ленина, 217, стр. 2 (2-й этаж), www.stilnyashka.com



## ПОДАРКИ

Арт-бутик «**Русский Шарм**», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, тел. 8-961-098-19-33 / Ювелирный дом «**Эстет**», пер. Батенькова, 3, тел. сот. 8-923-411-53-57, www.estet.ru / Ювелирный центр «**Золотые этажки**», ул. Красноармейская,

122, тел. 56-30-21; Ювелирный салон «**Черный бриллиант**», пр. Фрунзе, 46, тел. 52-73-29; «**Ювелирмаркет**», пер. 1905 г., 14 а, ТЦ «Люксембург», тел. 51-80-30 / «**St. Петербург**» Золотой Двор, ТЦ «Город», ул. Герцена, 61/1 (1-й этаж), тел. 8-960-975-96-24



## КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Салон коррекции фигуры и SPA «**VIP-Триумф**», ул. Гоголя, 30/1, тел.: 52-92-48, 58-69-90, www.vip-triumf.tomsk.ru / Image studio «**Sebastian Professional**», пр. Фрунзе, 90, тел. 55-02-55 / Клиника современной косметологии и диетологии «**Идеале**», пр. Ленина, 110, тел. 908-988, www.ideale70.ru / Клиника эстетической косметологии «**Revital**», пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44 / Клиника пластической хирургии и врачебной косметологии «**Dr. Merker**», ул. Гоголя, 65, тел.: 502-102, 442-790, www.merker.ru / Медицинский центр «**Эстетик**», ул. Никитина, 15 а, тел. 533-100, www.estetic.tomsk.ru / Комплекс «**Звезда кино**», ул. Р. Люксембург, 19, тел. 51-71-51, www.zvezdakino.com / Салон красоты «**Сакура**», ул. Мокрушина, 9, стр. 16 (БЦ «Вертикаль»), тел. 42-95-67, salon-sakura.tomsk.ru / Салон красоты «**Alessandro**», ул. Новгородская, 44, тел.: 55-01-20, 55-01-22, www.alessandro-tomsk.ru / Студия наращивания волос «**Hair Studio**», ул. Красноармейская, 96 (1-й этаж), тел. 93-72-17, сот. 8-913-805-81-83 / Бутик красоты «**Missha VOV**», ТЦ «Аврора», ул. Гагарина, 7 (1-й этаж); ТЦ «Гостинный двор», пр. Ленина, 1 / Релакс-центр традиционного тайского массажа, ул. Алтайская, 8/3, тел. 936-126 / **Аэройога**, ул. Герцена, 44, сот. 8-913-801-91-42 / Детская медицинская служба «**Айболит**», ул. Герцена, 68, стр. 2 (3-й этаж),

тел.: 57-44-08, 57-44-62, www.aibolit.tom.ru / Стоматологическая клиника «**Колибри**», ул. Артема, 5/1, тел. 20-29-20, www.stomatologiya-vtomsk.ru / **LUX club&spa**, ул. Д. Ключевская, 5, тел. 990-001, www.lux-tomsk.ru / **Лечебно-диагностический центр СибГМУ**, ул. Учебная, 39, тел. 905-317



## ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Мебельный салон «**SMART**», ул. Красноармейская, 55/1, тел.: 435-434, 435-404, smart@smart-mebel.tomsk.ru / Салон мебели и интерьерных решений «**Мастро**», ул. Красноармейская, 18, тел. 52-77-49 / Салон мягкой мебели «**Ля Рошель**», ул. Яковлева, 23, тел.: 65-76-76, 65-23-02, 65-23-01, www.la-roshel.tomsk.ru / **Академия напольных покрытий**, пер. 1905 г., 4, тел. 200-547, www.parketvtomsk.ru / Немецкая химчистка «**ВÖWE**», ул. А. Иванова, 3, тел. 42-40-98, www.bowe.ru / Салон эксклюзивного интерьера «**Евро-дизайн**», пр. Фрунзе, 40, тел.: 52-62-63, 53-48-86, eurodesign\_tomsk@mail.ru / Компания ООО «**СтихияКлимат**», ул. Яковлева, 71, оф. 302 (3-й этаж), тел.: 938-075, 938-175, www.стихияклимат.рф / Шинный центр «**Pole Position**», ул. Говорова, 17; ул. Шевченко, 40, тел.: 72-70-06, 47-15-55, www.ukolesa.tom.ru / Салон отопительных систем «**Тепло и Уют**», ул. Герцена, 26, тел. 32-82-02, www.teplovtomsk.ru



## ОБРАЗ ЖИЗНИ

«**Агентство Горячих Туров**», Бассейн «Труд», ул. Герцена, 10, оф. 29, тел. 935-200; ТЦ «Big city», пр. Ленина, 80 а, тел. 935-300; ТЦ «Модный базар», пер. 1905 г., 14 б, тел. 938-000, www.hoti.tom.ru / **Адвокатский кабинет Ольги Башковой**, ул. К. Маркса, 25 (пер.

1905 г., 4, 3-й этаж), тел.: 8-923-414-44-88, 30-32-92 / Языковой центр «**Big Ben School**», ул. Сибирская, 83, тел. 94-03-88; Иркутский тр., 12, тел.: 94-08-96, 94-03-88 (единая справочная), www.bigbenschool.tomsk.ru / Туристическая компания «**Консул**», ул. Трифонова, 22, тел.: 511-990, 511-900 / **Самая танцевальная школа**, РК «Факел», ул. Красноармейская, 120, тел.: 306-380, 221-900, 8-800-7000-568 (единый справочный центр), самаятанцевальнаяшкола.рор / Юридическая компания «**Белянко и партнеры**», ул. Трифонова, 22 б, тел. 511-437, info@belyanko.ru, www.belyanko.ru / Туристическое агентство «**Tezaurum Travel**», пр. Кирова, 39, тел. 56-06-05



## РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Ресторан «**Купеческий дом**», пер. Батенькова, 7, тел.: 99-45-01, 25-00-69, www.restoran.k-dom.tomsk.ru / Ресторан средиземноморской кухни «**Марле Буа**», пл. Ленина, 11, тел. 99-88-88, www.marlebua.ru / **Мясное кафе**, пр. Кирова, 24 (цокольный этаж), тел. 90-95-91; пр. Ленина, 80/1, тел. 34-51-51, www.myasnoekafe.ru / Гостиный дом «**Шале**», пер. Маринский, 40, стр.2, тел. 25-00-25 / Ресторан «**Река 827**», Кооперативный переулок, д. 2, тел. 90-20-20 (бронирование столиков) / Ресторан «**Славянский базар**», пл. Ленина, 10, тел. 51-55-53 / Караоке-клуб «**Капарейка**», РК «Бамбук», ул. Гагарина, 2, тел. 526-111



## НОВОСИБИРСК

Галерея итальянской мужской и женской одежды, обуви и аксессуаров «**Perfect Style**», г. Новосибирск, ул. Вокзальная магистраль, 10, тел. (383) 287-33-49, www.perfect-style.it

# Ля Рошель

## салон мягкой мебели

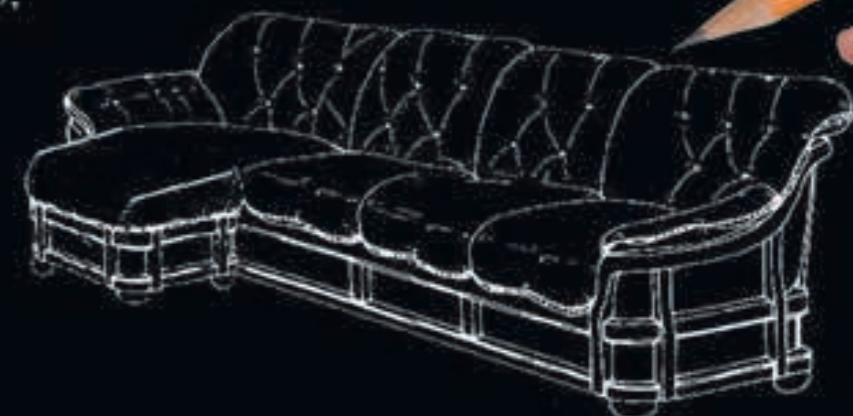


# Мебель на заказ

по Вашим эскизам и размерам!

Салон мягкой мебели «Ля Рошель», г. Томск, ул. Яковлева, д. 23, тел. 8 (382-2) 65-76-76, факс 8 (382-2) 65-23-02

e-mail: [salon@laroshel.com](mailto:salon@laroshel.com)  
<http://www.laroshel.com>





*Maestro* 1996

Салон мебели и интерьерных решений  
г. Томск, ул. Красноармейская, 18  
(3822) 99 88 01, 99 89 01

[www.maestro.tomsk.ru](http://www.maestro.tomsk.ru)