

# ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

ОКТАБРЬ 2021

ТОМСК

**АДАМ  
ДРАЙВЕР**  
ГЕРОЙ,  
КОТОРОГО  
ЖДАЛИ

**СДЕЛАНО  
В ТОМСКЕ**  
СПЕЦПРОЕКТ

**ВЕТЕР  
С СЕВЕРА**

**БАРХАТНАЯ  
ИЛЛЮЗИЯ**  
**ТРЕНДЫ**  
**В МАКИЯЖЕ**

**МОНОГРАММЫ, ИЗУМРУД  
И ЛАВАНДА, КРУПНАЯ ВЯЗКА  
И ЗМЕИНАЯ КОЖА**

16+





RinDi



ул. Красноармейская, 120/1, тел. 8 (3822) 55 70 60  
kashemir-luxury.ru @Kashemir\_Luxury



В

ы помните, кем хотели стать в детстве?

Недавно я заглянула на канал главного рекрута страны Алены Владимировской, и просто глазам своим не поверила. Знаете, какие там обнаружились вакансии? Ловец северного сияния, разработчик яхтенных маршрутов, пастух в родовое имение герцогов Мальборо... Просто сказка какая-то!

Я вот помню, что в детстве мы с девочками выбирали между врачом и учителем, а из самых смелых моих фантазий была дрессировщица в цирке, и то довольно мимолетно.

Да что там в детстве – совсем еще недавно мы и предположить не могли, что появятся такие профессии, как архитектор «зеленых» городов и гид в сфере космического туризма, эконоаналитик и киберпротезист. Социологи утверждают, что люди поколения Z уже не будут выбирать дело жизни раз и навсегда – профессию и род занятий придется менять в среднем каждые 10 лет. Собственно говоря, уже сейчас нам приходится постоянно осваивать новые технологии, получать модульное образование и, как у Кэрролла, «бежать изо всех сил, чтобы оставаться на месте».

Те, кому пришлось разом поменять свою жизнь в 90-е или в кризисы нулевых, вряд ли воспринимают такую перспективу с восторгом. Но если изменения приходят не в виде шока и стресса, а становятся повседневной реальностью, то их можно проходить комфортно, дав волю фантазии. Мне, например, нравится, что освоение новых знаний и навыков не будет ассоциироваться только с юностью и станет нормой в любом возрасте.

Нравится, потому что такой взгляд на жизнь позволяет нам никогда не переставать мечтать.

**Елена Бальбурова,**  
 Главный редактор  
 Федеральной сети журналов  
 «Дорогое удовольствие»  
 @lena\_balburopa



*Русский Шарм*

# ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

Главный редактор **ЕЛЕНА БАЛЬБУРОВА**

Дизайнер **ТАТЬЯНА СМИРНОВА**

Редактор раздела Home&Design **ВИКА МАРКОВА**

Редакционный директор в Санкт-Петербурге **ИРИНА ТИХАНОВСКАЯ**

Редактор раздела Культура **ВАЛЕРИЯ КЛИМЕНКО**

## РЕДАКЦИЯ

«ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ В ТОМСКЕ»

Главный редактор **НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР**

Литературный редактор **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ**

Выпускающий редактор **МАРИЯ НОВИКОВА**

Главный дизайнер **ЕЛЕНА БУЙКИНА**

Дизайнер **АНТОН РОССЕЙКИН**

Продакшн-редактор **ДАРИНА КОВАЛЕВСКАЯ**

Редактор **ЛАРИСА ГНЫРЯ**

Фотограф **АЛЕКСЕЙ ПОЧЕРЕВНЫЙ**

Авторы **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ, МАРИЯ НОВИКОВА**

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

Барнаул, Благовещенск, Владивосток, Воронеж, Иркутск, Казань, Кемерово, Краснодар,

Красноярск, Липецк, Москва, Новосибирск, Омск, Пенза, Самара,

Санкт-Петербург, Саратов, Сочи, Тольятти, Томск, Ульяновск, Хабаровск, Ярославль

Адрес редакции, издателя: г. Томск, ул. Герцена, 72 б

tel.: (3822) 52-10-01, e-mail: dorogoe@rde.ru,

www.facebook.com/dorogoevtomsk, vk.com/dorogoydovolstvietomsk,

@dorogoe\_tomsk, twitter.com/DorogoeT,

www.pinterest.ru/dorogoevtomsk/

Президент Издательского дома «Русская Азия»

**ОЛЕГ ГАРЕВСКИХ**

Департамент рекламных продаж: медиаменеджеры

**АННА БОНДАРЕНКО**

**НАТАЛЬЯ КОМАРОВА**

**ИРИНА СТЕПАНОВА**

Ассистент дирекции **ИРИНА ТИХАНОВСКАЯ**

Адрес: 127083, Москва, ул. В. Масловка, 25, к. 1, оф. 6

tel./fax (495) 617-39-81, welcome@dorogoe.ru, www.dorogoe.ru

Учредитель: ООО «БрендНейм». Журнал «Дорогое удовольствие в Томске» зарегистрирован как рекламное издание в Управлении Роскомнадзора по Томской области.

Свидетельство о регистрации ПИ № ТУ 70-00205 от 29 июня 2011 года.

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

Отпечатано в ООО «ДЕАЛ». 630102, г. Новосибирск, Зырянская, 63, +7(383) 3-340-270, www.dealprint.ru

Дата выхода в свет 8 октября 2021 года. № 10 (143). Тираж 2 500 экземпляров.


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


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


новый. интеллектуальный. деловой

# THE МОСТ

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

 [themoost.online](http://themoost.online)

 [themoost.tomsk](https://www.instagram.com/themoost.tomsk)

 52 10 01

**Мы**  
**Открываем**  
**Современный**  
**Томск**

**N**ew normal — «новая нормальность». Я знала, что изначально этот термин появился в экономике. Он описывал новую экономическую действительность и кризис, к которому нам оставалось только привыкнуть и адаптироваться. Иными словами, кризис стал новой нормой. Ну, окей. В прошлом году пришла пандемия, и вот спустя полтора года все сопутствующие ей явления и процессы тоже потихоньку становятся для нас нормальными.

Сейчас концепция new normal имеет более широкое значение, я встречаю ее во многих сферах жизни. Но особенно мне нравится ее интерпретация в контексте наших пристрастий и привычек. Если кратко, то new normal — это когда сначала ты работаешь над привычками, а потом привычки работают на тебя. К примеру, начинаю я бегать, буквально умираю на одном километре, а спустя какое-то время — десяточка дается мне легко. Вот она, моя новая норма. Или пытаюсь начать правильно питаться. Дело идет со скрипом, нет-нет, да прихвачу в супермаркете любимых конфет. Но осознав все плюсы и бонусы правильного питания, получаю удовольствие от этой новой привычки. И снова она, моя новая норма. Или берусь учить язык, продираюсь сквозь дебри грамматики, пытаюсь запомнить сотни слов — и как-то незаметно для себя уже общаюсь с носителем этого языка. Новая норма, привет!

Желаю себе и вам в ближайшем будущем сделать для себя «нормальными» еще пару-тройку привычек. И полюбить их настолько, чтобы взять в новую жизнь, получая от каждой истинное наслаждение!

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



Look: DAISYKNIT @daisy\_knitwear

стр. **89**



Телячья кожа или замша – какую бы фактуру вы ни выбрали, самые модные аксессуары этой осени окрашены в благородные изумрудные оттенки. Главное – не забывать, что одного акцента в образе более чем достаточно.



**88**



Спальный гарнитур Belle Ерооце фабрики SONER представлен на экспозиции

# Октябрь

2021

## ФРЕШ

6 Письмо редактора

## ЛЮДИ

14 Лицо с обложки  
*Герой, которого ждали*

18 Герой номера  
*Юлия Гуляева*

49 Спецпроект  
*Сделано в Томске*

## LOOK&STYLE

86 Обзор  
*Рабочие принадлежности*

## BODY&BEAUTY

106 Тема сезона  
*Хороший тон*

112 Суперкоманда  
*Men profi*

## HOME&DESIGN

124 Вдохновение  
*Больше, чем ванная*

130 Событие  
*Пробудить Милан*

В каждом номере

148 Инстаивитки

150 События

151 Модные адреса

152 Гороскоп



88

127

87



115



На обложке: Адам Драйвер

# + ИНЖИР +

ДОБРЫЕ ТРАДИЦИИ ВОСТОЧНОЙ КУХНИ

## Сезон хинкали в ресторане «Инжир»



ул. Гагарина, 2 (2-й этаж), тел. +7 (3822) 52-61-11, positiveeating.ru



### НА СКОРОСТИ

Aston Martin представил свою наиболее значительную новинку – сенсационный гибридный суперкар Valhalla, ориентированный исключительно на водителя. Концепт серийного производства призван установить лучшие в своем классе стандарты производительности, динамики и удовольствия от вождения, а также ускорить переход от двигателей внутреннего сгорания к гибридным, а затем и к полностью электрической трансмиссии.



### ПРОБУЖДАЯ ЧУВСТВА

Украшения новой линии Pasquale Bruni Petit Garden вдохновлены экзотическим цветком франжипани, они будто благоухают сладким миндальным ароматом. Сочетание бесцветных бриллиантов с бриллиантами цвета «шампань» олицетворяет элегантность и современность, а нежная гамма теплых оттенков розовых сапфиров, придает изделиям особую чувственность.



### ПЕРЕЗАГРУЗКА В СЕН-ТРОПЕ

Вопреки стереотипам в Сен-Тропе приезжают не только за шумными вечеринками. В начале осени отель La Reserve Ramatuelle – Hotel, SPA&Villas открыл программу Mind&Body Nescens Retreat, которая поможет перезагрузиться, расслабиться и восстановить силы в начале нового делового сезона. Работа с остеопатом, занятия йогой, пилатесом и растяжкой, хайкинг по местности вместе с тренером будут сопровождаться расслабляющими процедурами в спа-центре Spa Nescens.



### ЮВЕЛИРНЫЙ РАЙ

Каждый год в преддверии Каннского кинофестиваля коллекция Red Carpet позволяет мастерам компании Chopard дать волю своей безудержной фантазии. В нынешнем году темой коллекции стал рай. «Каждый представляет рай по-своему. Мне захотелось, чтобы наши украшения навевали женщинам мечты о пристанище, где можно найти отдых, новые силы и оптимизм», – говорит сопresident и художественный директор Chopard Каролина Шойфеле.



# ГЕРОЙ, КОТОРОГО ЖДАЛИ

*Когда нынешние партнеры Адама Драйвера по съемочной площадке уже были звездами мирового масштаба и блистали на красных дорожках, он нес службу в корпусе морской пехоты и не подозревал, что очень скоро будет дважды номинирован на «Оскар», а журнал Newsweek назовет его секс-символом миллениалов.*

*Текст: Елизавета Гаревских*

**В** конце ноября на экранах появится долгожданный байопик Ридли Скотта «Дом Гусси», главные роли в котором исполнили Адам Драйвер и Леди Гага.

Фильм рассказывает историю семейного бизнеса Gucci, а именно — трагическую историю смерти внука основателя бренда Маурицио Гуччи. Он был убит киллером, нанятым собственной бывшей женой Патрицией Реджани. В реальной жизни женщина понесла наказание, проведя в заключении 18 лет, и теперь ведет размеренную жизнь. Кстати, Патриция высказала свое недовольство экранизацией. В первую очередь тем, что ее сыграла Леди Гага, которая «ее раздражает».

Между тем, в актерском составе картины, среди таких звезд как Леди Гага и Джаред Лето, Аль Пачино и Сальма Хаяк исполнителя главной роли Адама Драйвера можно смело назвать если не новичком, то открытием последнего десятилетия.

Его кинокарьеру началась с сериала «Девочки» («Girls»), показанного в 2012 году НВО по американскому телевидению. Сериал снимался каждое лето в течение семи сезонов и стал настоящим вызовом телевизионному зрителю. Речь в сериале идет о молодых девушках, ищущих себя в жизни, а скандальным его сделали не только остросоциальные темы и весьма откровенные сцены, но и то, что внешность героев оказалась далека от привычных стандартов красоты. Драйвер сыграл парня главной геро-

ини, и это была его первая серьезная роль в кино. В одном из интервью Лина Данэм, сценарист, режиссер и актриса главной роли сериала, рассказала, что Адам совершенно очаровал ее, когда на прослушивании, во время чтения текста по ролям, лизнул ее руку.

Спорная и при этом бесконечно привлекательная внешность Адама Драйвера очень скоро стала не только всемирно узнаваемой, но и всеми любимой. Журнал Newsweek назвал Адама секс-символом миллениалов. Высокий, великолепно сложенный, с вытянутым лицом, большим носом и оттопыренными ушами, актер сам часто иронизирует по этому поводу.

Более того, Адам говорит, что не может смотреть на свою игру, а в одном из интервью признался даже, что

Фото: Depositphotos





**СПОРНАЯ** и при этом бесконечно привлекательная **ВНЕШНОСТЬ** Адама Драйвера очень скоро **СТАЛА** всемирно **УЗНАВАЕМОЙ**, а журнал **Newsweek** назвал его **СЕКС-СИМВОЛОМ** **МИЛЛЕНИАЛОВ**.

не смотрит свои фильмы! Однако это не мешает ему получать удовольствие от актерской работы.

Театром Драйвер занимался еще в старшей школе, правда, не рассчитывая, что сможет когда-нибудь этим зарабатывать, и тем более играть в кино. И все же, наслушавшись головокругительных историй покорения Голливуда, в один прекрасный день он взял с собой мини-холодильник, сел в машину и отправился из Индианы в Лос-Анджелес навстречу мечте. Его старый «Линкольн» сломался уже в Техасе, все 200 долларов, которые у него были с собой, ушли на ремонт, дорога заняла четыре дня, и жить ему было не на что. В итоге в Лос-Анджелесе Драйвер провел всего сутки и с позором вернулся домой. Позже, вспоминая эту поездку, Адам рассказывал, что особенно стыдно ему было из-за того, что перед отъездом он устроил драматическое расставание со своей девушкой: «Прощай! Не знаю, когда мы теперь увидимся. Наша любовь найдет свой путь!». Но уже через неделю снова был в Индиане.

События совпали с трагедией 11 сентября, которая вызвала среди

молодых американцев небывалый всплеск патриотизма. «Все мои друзья решили пойти в армию, но в итоге пошел только я», - рассказывает Драйвер. Он собрался так быстро, что военные рекруты подозрительно спрашивали его: «Ты что, бежишь от полиции?». Однако решительный парень просто не хотел ждать. К тому же, после неудачной поездки в Лос-Анджелес, он был весьма разочарован.

Драйвер отслужил в корпусе морской пехоты почти три года. Возможно, он так никогда и не вернулся бы к идее стать актером, если бы травма – перелом грудной клетки – не заставила его уйти в отставку. Для парня это было очередным разочарованием, но печальный опыт помог ему стать тем, кем мы знаем его теперь.

В передаче TED Talk «My journey from Marine to actor» («Мой путь из морской пехоты в кино») Драйвер шутит: «Когда я вернулся из армии, я снова отправился поступать на актера. Мне помогло то, что на тот момент все гражданские проблемы казались мне мелкими и ничтожными: мне жарко, включите кондиционер, слишком много людей в автобусе, мой кофе остыл».

Позже, на интервью у Ларри Кинга, актер снова рассказывает эту историю, но делает оговорку, что это все-таки было ошибочное мнение.

Окончив Джульярдскую школу актерского мастерства в Нью-Йорке со степенью бакалавра изящных искусств, в 2010 году Адам Драйвер дебютировал на бродвейской сцене в постановке «Профессия миссис Уоррен» и продолжил работать в театре.

В армии Драйвер научился многому, что пригодилось ему потом в актерском ремесле. Например, четко знать свою роль в команде, быть преданным своей миссии и ответственно выполнять свою работу.

В 2015 году состоялась мировая премьера VII эпизода фантастической саги «Звездные войны: пробуждение силы», в котором Драйвер сыграл перешедшего на темную сторону Силы магистра рыцарей Кайло Рена. С выходом картины известность актера стала не просто мировой, но добралась даже до той аудитории, признания которой он никак не ожидал. Адам рассказывает, что по утрам, когда он выходил из дому за завтраком, соседские дети бросались к нему с криками: «Доброе утро, Кайло

Рен!», а он им в ответ: «Доброе утро, дети. Кайло нужно выпить кофе, дайте мне минутку».

Киномир как будто бы ждал появления нового героя – предложения от лучших режиссеров стали поступать Драйверу одно за другим. В 2016 году вышел фильм «Патерсон», снятый Джимом Джармушем по собственному сценарию, где Адам сыграл водителя автобуса, мечтающего стать поэтом. Идею режиссер вынашивал на протяжении 20 лет, а съемки уложились в 30 дней. Фильм был номинирован на «Золотую пальмовую ветвь» Каннского фестиваля. В том же году состоялась премьера картины «Молчание» Мартина Скорсезе с Адамом Драйвером в одной из главных ролей. В 2019 году на экраны вышла «Брачная история», где Драйвер сыграл в дуэте со Скарлет Йохансон и был номинирован за лучшую главную мужскую роль на «Оскар». В 2021 году Каннский фестиваль открыл первый за 9 лет фильм Леоса Каракаса «Аннет», где Драйвер сыграл в паре с Марион Котийяр. И вот у Адама Драйвера, двукратного номинанта на премии «Оскар» и «Золотой глобус», номинанта премий «Эмми» и «Тони», новая громкая премьера – «Дом Gucci».

При этом Адам Драйвер – не большой любитель славы. Несмотря на невероятную востребованность и мировую известность, 37-летний актер остается преданным семьянином. Свою будущую жену, актрису Джоэн Такер, он встретил еще в Джульярде. В интервью Адам шутит, что много времени проводил у нее дома и съел там тонну хлопьев. Предложение руки и сердца Драйвер сделал Джоэн только после первых успехов в кино, когда убедился, что может обеспечивать семью.

Находясь под прицелами камер, Адам с супругой умудрялись скрывать появление сына на протяжении двух лет! Звездная семья и сейчас никак не комментирует эту тему.

Драйвер честно признается, что его любимая часть профессии – играть, а нелюбимая – все остальное.



ЮЛИЯ ГУЛЯЕВА,  
ВЛАДЕЛИЦА И  
РУКОВОДИТЕЛЬ ЦЕНТРА  
ВЕДЕНИЯ МОЛОДОСТИ И  
КОСМЕТОЛОГИИ ЛИЦА  
«ЭСТЕТИК»

# Молодость ПОД КОНТРОЛЕМ

*Юлия Гуляева — не частый гость нашего журнала. Но если она соглашается на встречу с редакцией, можно уверенно сказать, что темой разговора обязательно станет какое-то важное и интересное событие из жизни ее Центра. Об инновационном уровне косметологии и авторской программе по сохранению молодости лица мы беседуем с героиней октябрьского номера.*

— Юлия, обычно внедрение принципиально иного формата работы предусматривает проведение громкой рекламной кампании. Достаточно долго сохраняя молчание, почему вы готовы говорить о своем проекте именно сейчас?

— Уверена, что всё БОЛЬШОЕ происходит за закрытыми дверями. И творится оно не сразу, а шагами, иногда настолько маленькими, что думаешь: «Ну, когда же результат?!..» За всем большим, за озарением и воплощением всегда стоят крупницы ежедневных действий и решений, именно они ведут к желаемому. И не нужно переживать, что мир пока не знает, какой вы молодец. (Улыбается.)

Мы два года работали над этим проектом, хотя внешне в нашей деятельности как будто ничего не изменилось. Но сделано так много и на таком серьезном уровне, что настала пора открыть карты.

Программа Ведение молодости — новая бизнес-модель в косметоло-

гии, которая естественно вытекает из потребностей современной женщины. В идеале по этому принципу должна работать каждая косметологическая клиника, каждый косметолог. Это их святая обязанность, иначе нельзя.

— В чем суть Ведения молодости, можно узнать подробнее?

— Каждая женщина хочет оставаться молодой как можно дольше. От того, как она выглядит, зависит многое, если не сказать всё. Она чувствует себя по-другому, несет себя в этот мир и может дать ему гораздо больше, если в ней есть легкость, уверенность в своей исключительности, неотразимости, если она любит себя и свое отражение в зеркале. Сколько талантов может быть реализовано, а не зарыто в землю, если женщина чувствует себя прекрасной!

Вопрос — как продлить это состояние? Как сделать себя неувядающей — сейчас и надолго? Ответ — думать об этом заранее. И не только думать, а еще и действовать. Необходимо включить

в свою жизнь все элементы молодости — всё, что на нее влияет, удерживает, продлевает...

Я сейчас не буду говорить об элементарном — движение, питание, сон... Эти законы знают все, и их нужно не просто выполнять, с ними надо жить. Сегодня мне хочется поговорить о косметологии и ее роли в сохранении молодости... лица.

Вы замечали, что кожа лица стареет быстрее, чем, например, кожа на бедрах, животе и любой другой части тела? Сохранить молодость лица сложнее, оно всегда открыто, подвержено различным природным воздействиям — от мороза до солнца. В то же время лицо — главный маркер возраста и наша визитная карточка, если хотите.

Кожа человека — непростой орган, со своими глубинными процессами и взаимосвязями. Думающий косметолог (в основе своей — дерматолог) все понимает и не может не учитывать всей этой сложности, когда ставит перед собой задачу не только решить сиюминут-

Одежда: Mosaico Family @mosaico\_family  
МUAH: Полина Горева @goreva.p  
Локация: Отель Кухтерин @kuhterinhotel

ную проблему пациента, но и привести его к долгосрочному результату.

Вы только посмотрите, во что превратилась косметология? Мне больно на это смотреть! Женщина приходит к косметологу в смутном желании «что-то сделать», потому что «перестала нравиться себе в последнее время». В 80% случаев ей с порога предлагают либо пилинги, либо биоревитализацию. У кого оснащение покруче, можно SMAS-лифтинг завернуть. А спросить, что она делала раньше и когда? А подготовить кожу, расшевелить ее природные ресурсы, чтобы она смогла осилить и благодатно потом откликнуться на все это? А провести качественную диагностику и на ее основе выстроить логичную последовательность действий, где одно вытекает из другого?

Ведь если, например, у женщины в коже застой, задерживается межклеточная жидкость, а мы ей — биоревитали-

клинику дорогостоящее оборудование и теперь должен его окупать.

Что может получить женщина, когда попадает в такое русло? В лучшем случае — низкий результат и полное непонимание, что с ней происходит и зачем она это делает. В худшем — истощение ресурсов кожи с последующим преждевременным старением лица и все то же непонимание, что с ней происходит и зачем она это делает.

Ведение молодости — продуманный до последних мелочей комплекс инструментов и закономерностей, которые поставлены на службу думающему, честному косметологу. Это цепочка взаимосвязей, работающих внутри клиники, благодаря которым женщина может сохранять свою молодость системно. Системно! Это главное, что отличает новейшую косметологию будущего от «прибежал, что-то вколол и побежал дальше».

кожу в «вечнозеленом» состоянии.

Тогда отпадает необходимость потом «тушить пожар», исправлять наступившее старение. Работа с кожей ведется так, чтобы старения просто не было и как можно дольше.

**3P — персонализация.** Каждая программа Ведения молодости абсолютно персонализирована. При составлении годовой программы учитывается все — цифровые данные послойной диагностики кожи, ваш косметологический бэкграунд, осознанные жалобы, ресурсы вашей кожи и ее способности к самовосстановлению... Программы могут отличаться по составу методик, по интервалам между ними, по их взаимному влиянию друг на друга, по рекомендациям образа жизни, которые дает врач. Домашний уход тоже назначается лично, исключительно по целям и задачам программы.

## Ведение молодости — продуманный до последних мелочей комплекс инструментов и закономерностей, которые поставлены на службу думающему, честному косметологу.

зацию! Это только добавит жидкости, усилит и без того избыточное месиво. А если она в предыдущие полгода уже делала сложные аппаратные процедуры, то есть уже стимулировала свою кожу, но косметолог все равно назначает ей новую стимуляцию. Только потому, что он же уже приобрел когда-то в свою

**Ведение молодости основано на принципах 5P-медицины, которая сегодня бурно обсуждается в научных кругах как базовая концепция медицины будущего:**

**1P — предсказательность.** Мы говорим не только о настоящем положении вещей, но и о том, как у женщины будет развиваться старение в ближайшей и отдаленной перспективе, оперируя результатами цифровой диагностики и генетических исследований. Это дает возможность косметологу разрабатывать индивидуальный сценарий омолаживающей стратегии, моделировать ваше будущее в рамках программы Ведения молодости.

**2P — предупреждение.** Контролируем и ведем молодость, поддерживая

**4P — партисипативность.**

Активность и вовлеченность самого пациента в процесс сохранения своей молодости. Ответственность делится пополам — от пациентки косметологической клиники требуются участие, инициатива, осознанность. Она и только она отвечает за свою судьбу, воспринимает свою жизнь как успешный, захватывающий проект и готова, если надо, менять свои привычки, подчинять свою жизнь полезным принципам.

**5P — позитивность.** Надо ли говорить, что позитивный настрой притягивает к себе результат? Мы верим в результат, знаем его закономерности и получаем желаемое!

У любой женщины есть шанс приостановить время и сохранить моло-

ВСЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

## ГЕРОИНЯ НОМЕРА

дость лица на 10-20 лет. Для этого ей надо проникнуться идеей постоянного, правильного ухода за собой. В годовой программе каждой женщины после 30 лет должны быть определенные этапы ухода — о них нужно знать, их нужно соблюдать и требовать от своего косметолога.

Вот эти этапы:

**1** Оздоровление кожи, избавление от внутренних нарушений. Они накапливаются в коже с возрастом и влекут за собой последствия невидимого старения, истощаются собственные ресурсы молодости. Пока здоровье кожи не будет восстановлено, нельзя переходить к следующему этапу.

**2** Стимуляция, реконструкция молодости. Это обязательно делать каждой женщине в свою меру и каждый год. Дело в том, что с возрастом в коже замедляются все процессы омоложения, их надо тренировать, подгонять. Только делать это мягко, спокойно, в строгом соответствии с возрастом и цифровыми показателями УЗИ-диагностики, толщины и плотности глубоких слоев. Поэтому раз в год мы настоятельно рекомендуем проходить контроль молодости — Аудит лица послышной диагностики кожи в рамках программы Ведения молодости. Этого достаточно, чтобы все показатели держать под контролем и вовремя корректировать программу.

**3** Бьютификация — эстетическая коррекция признаков возраста. Этот этап может быть, а может и не быть, но он точно должен стоять на своем месте — после первых двух, не раньше. Если вы в неподготовленную кожу введете филлер, то и результат будет хуже, и молодость кожи понесет убытки. Если поторопитесь с гелями и ботулинотерапией и пропустите важнейший этап реконструкции молодости (стимуляции), то минимум на полгода, а то и год отложите глубинное омоложение.

**4** Продление, удержание результатов. Это, пожалуй, самый длительный этап, который может просто фоном идти в вашей жизни. Тот, кто



Одежда: Mosaic Family @mosaic\_family

работает с собой систематически и правильно, сохраняет свои потрясающие результаты надолго.

Так выглядит программа Ведение молодости. Если женщина в течение года идет по ней, соблюдая рекомендации врача-куратора, если она не пропускает и не нарушает последовательность этапов, то она остается довольной собой 24/7 и сохраняет цветущий

ухаженный вид на 10-20 лет вперед. Это не требует никаких особых доказательств, в основе подхода — физиология человека, наши глубокие знания и 20-летний опыт, а еще успешные кейсы прекрасных женщин, которые уже много лет с «Эстетик».

г. Томск, ул. Никитина, 15 а,  
тел. (3822) 533-100, [esthetic.su](http://esthetic.su),  
Instagram [esthetic.tomsk](https://www.instagram.com/esthetic.tomsk)

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ценности  
DIGITAL-АГЕНТСТВО  
С ФОКУСОМ  
НА РЕЗУЛЬТАТ

клиенты  
S7 AIRLINES  
СИБАГРО  
ЯНДЕКС

performance-маркетинг

СТУДИЯ 

услуги  
ВЕДЕНИЕ СОЦСЕТЕЙ  
РЕКЛАМА И ПРОДВИЖЕНИЕ  
РАЗРАБОТКА САЙТОВ





*Героине фотопроекта  
октябрьского номера  
«Дорогого удовольствия»  
Наталье Шрайбер  
29 октября исполняется 45 лет.*

«Почему “Матрица”? Потому что раскрывает феномен ощущения свободы, который лично для меня заключается в возможности жить, творить, решать, делать выбор, то есть формировать реальность», — так Наталья Шрайбер объясняет, почему для фотопроекта выбрала одеть себя в черную кожу и посадить на мотоцикл. «Кроме того, я нахожу, что это самый модный образ современной девушки, учитывая, что задача по спасению человечества от машин сегодня звучит гораздо актуальнее, чем двадцать лет назад, когда в широкий прокат вышла трилогия» (улыбается Наталья, прим. гл. редактора).

Кожаные брюки, Massimo Dutti;  
кожаные ботинки, Burberry; боди  
из микромодала, Incanto; кожаный  
ремень, Mulberry; пластиковые  
солнцезащитные очки, Saint Laurent;  
боди из экокожи, Wolford; часы  
Tank Américaine из желтого золота,  
Cartier; тренч, шоурум «Ромео  
и Джульетта»; перчатки Labbra;  
массовка: охранный фирма «Барс».  
Фото: Дмитрий Кузьменков.



Мотоцикл: компания «Мото-тех».  
Фото: Дмитрий Кузьменков.



На фото: Лариса Минайчева, Наталья Жукова, Оксана Makeева и Ирина Жукова

Одежда: @аптергма.л, тмаи: Наталья Арнягина @aryangina, Полина Горева @gorova.p

# Из науки с любовью

*Официальная дата рождения Центра клинических исследований «Неббиоло» — 2011 год. В этом году компания отмечает 10-летие. А началась ее история гораздо раньше, когда на научной конференции в Греции будущий создатель и руководитель Центра Оксана Makeева встретила с американским ученым-генетиком Алленом Роузесом. Вниманию читателей — рассказ от первого лица.*

**Оксана Makeева:** Как молодому ученому-генетику, благодаря выигранному гранту и знанию языка, мне выпал шанс пройти стажировку в любом (на мой выбор) зарубежном научном центре. Я поехала в Дьюковский университет в США, где работала несколько месяцев над проектом по фармакогенетике. Я думаю, с этого всё и началось.

В этом же университете в далеком 1993 году было сделано открытие. Его сделал выдающийся ученый-невролог Аллен Роузес, который открыл ген болезни Альцгеймера APOE. Позднее он перешел на работу в фармацевтическую корпорацию на должность вице-президента и руководил разработкой новых лекарств для целого ряда болезней, не теряя интерес к изучению болезни Альцгеймера. Болезнь Альцгеймера называют загадкой века, так как до сих

пор не удалось найти ни одного эффективного лекарства для ее лечения. Аллен Роузес считал, что эта проблема — следствие неправильного понимания концепции патогенеза болезни, а именно амилоидной теории (причину нарушений памяти видели в образовании бляшек из белка амилоида в мозге больных). Ученый выявил, что у людей, которые принимают лекарства для лечения сахарного диабета, частота болезни Альцгеймера намного ниже, чем этого можно было бы ожидать. Он решил провести инновационное исследование по профилактике болезни Альцгеймера, в котором, во-первых, применялся бы генетический алгоритм для предсказания возраста начала заболевания, во-вторых, использовалось бы лекарство, которое до этого применялось для лечения диабета, и, в-третьих, лечение начиналось бы задолго до начала симптоматики.

На эту тему он и делал доклад в Греции, а я выступала с докладом об от-

**У НАС** совершенно специальный **ПОДХОД К ПАЦИЕНТУ**. Он для нас — **ПАРТНЕР**, который в равной мере несет **ОТВЕТСТВЕННОСТЬ** за результат лечения и свое здоровье.

ношении двух тысяч томичей к превентивному генетическому тестированию болезней. Обратив внимание на мою работу, доктор Роузес сказал, что ему нужен именно такой эпидемиологический подход для набора пациентов в исследование, которое он только планирует. Уже выбраны 4 центра в разных уголках мира: в США, Великобритании, Австралии, Швейцарии, и вот Томск в России может стать пятым центром. Чтобы

узнать, могут ли англоязычные диагностические тесты для болезни Альцгеймера использоваться в русской популяции, он предложил мне провести пилотное исследование на тему: «Существуют ли какие-либо культурные особенности применения нейропсихологических тестов на русском языке», чтобы адаптировать тесты для пожилых людей в России и проверить, будут ли они такими же валидными, как в Америке.

Что нам предстояло сделать? Сначала создать регистр здоровых пожилых людей, которые хотели бы принять участие в исследовании по профилактике болезни Альцгеймера. Наталья и Ирина Жуковы были ведущими (и почти единственными) неврологами в городе, кто занимался болезнью Альцгеймера. Сейчас этот диагноз ставится широко, а тогда по официальной статистике в Томске было не более 50 человек с таким диагнозом.

С Натальей и Ириной Жуковыми и моими коллегами из НИИ медицинской генетики мы провели огромную работу и составили регистр из 4 000 человек старше 60 лет для будущих проектов по профилактике болезни Альцгеймера.

Затем нам нужно было обучить и сертифицировать большой штат нейропсихологов. Такой специальности на тот момент в России вообще не было. Мы нашли билингвального нейропсихолога в Москве — Зару Меликян, которая помогла коллегам из Дьюковского университета обучить специалистов в Томске. Мы собрали команду из 12 человек: неврологов, генетиков, психиатров, психологов, которые прошли обучение

## ЛАРИСА МИНАЙЧЕВА, врач-генетик, д.м.н.

Весь большой путь, который мы прошли с «Неббиоло», невероятно интересен, ведь на каждом этапе мы получали новые знания и новые возможности. Всегда быть на острие науки, знать, что сейчас актуально в медицине, — это суть нашей работы. Продолжая идти дальше, мы получаем реальный шанс заглянуть в будущее, ответить на очень серьезные вопросы, глубже проникнуть в проблемы. Нами движет желание помочь людям, но делать это можно только в команде. Я рада, что рядом со мной рядом не просто профессионалы, но врачи, не равнодушные к чужой боли.

## НАТАЛЬЯ ЖУКОВА, врач-невролог, профессор

Центр «Неббиоло» для меня — это часть жизни, сердца, души. Это союз неравнодушных врачей, совместная научная работа, приносящая радость. Это всегда грандиозные планы, проекты, глобальные клинические исследования на мировом уровне, команда, которая хочет и может их реализовывать. С первых дней все здесь было увлекательно и очень необычно. Несмотря на свою ученую степень, мне пришлось каждые 3-4 месяца вновь сдавать зачеты и экзамены. (Улыбается.) Но зато мы постоянно узнавали что-то новое. Так было 10 лет назад, так продолжает оставаться и по сей день.

## ИРИНА ЖУКОВА, врач-невролог, к.м.н.

Уникальность «Неббиоло» в том, что это изначально был проект, ориентированный на исследования, без которых современная наука немислима. При этом здесь совершенно удивительное отношение ко всем людям: именно они — и врачи, и медперсонал, и пациенты — здесь главные. В «Неббиоло» всем очень комфортно, и в такой душевной атмосфере все готовы помочь друг другу — своими знаниями, профессионализмом, участием. Как ученого, меня привлекает возможность предлагать свои идеи — их всегда принимают с интересом, готовы помочь в их реализации. Для меня это действительно очень ценно.

ГЕНИАЛЬНЫЙ  
ПОДХОД

# СЕГОДНЯ

клиника  
«Неббиоло» — это и КЛИНИЧЕСКИЕ  
ИССЛЕДОВАНИЯ в разных областях,  
и ЧАСТНАЯ МЕДИЦИНА.

и аттестацию. Всех врачей и психологов нужно было собрать под одну крышу, и именно тогда, в 2011 году, и была создана компания «Неббиоло».

В таком составе мы провели нейрорепсихологическое тестирование 2000 пожилых людей, издавали для них газеты «Незабудка», отправляли открытки к каждому празднику... Представляете масштаб? Это была огромная работа на разных базах: в НИИ медицинской генетики, в СибГМУ, в психоневрологическом диспансере и в поликлиниках города. Это был настоящий международный проект. Мы работали в связке с Центром по изучению болезни Альцгеймера в Дьюковском университете, а нашим куратором была Юка Маруяма из Японии. Результаты этого проекта были опубликованы в топовом научном журнале с импакт-фактором 17 в 2014 году.

Пока мы делали эту работу, доктор Роузес заключил контракт на использование его генетического алгоритма по прогнозированию возраста начала болезни Альцгеймера с крупным фармацевтическим гигантом, у которого была подходящая «молекула»-лекарство. Чтобы допустить нашу молодую команду к участию в клиническом исследовании, нам решили провести аудит. В Томск направили несколько топовых менеджеров из Америки.

Помню смешной момент. Эти топ-менеджеры по регламенту могли путешествовать в Россию только в сопровождении телохранителя. И вот кто-то ткнул пальцем в карту мира и увидел, что ближайшая точка, где можно найти телохранителя — Таиланд. (Улыбается.) Из Таиланда в Томск прилетел бывший лондонский полицейский охранять наших гостей.

Аудит шел на протяжении 8 часов.

Наша команда в составе 6 человек (Наталья и Ирина Жуковы, Лариса Минайчева, Степан Буйкин, Валентина Маркова и я) отвечала на вопросы по методике проведения исследования, действия в тех или иных нестандартных ситуациях, они проверили всю нашу документацию. Итогом стал отчет аудиторов без единого замечания и только позитивные, я бы сказала, восторженные отзывы о нашей команде. Таким образом, нам разрешили перейти на следующий этап — исследование по адаптации и получению возрастных норм тестов для диагностики болезни Альцгеймера. В это исследование мы включили 250 пациентов, оно также прошло блестяще и с невероятными темпами.

Ну, и затем следовала обязательная подача протокола в Минздрав для регистрации исследования лекарства в России. Эта процедура затянулась, и как раз в это время фармацевтическая компания сократила финансирование проекта, во главе встал новый человек, который направил свое внимание на другие терапевтические области. И проект не стали запускать в России. И так мы остались без работы.

Это были действительно интересные 5 лет. Мы занимались тем, что нам было ближе всего, — наукой и исследованиями. Была собрана команда высококлассных специалистов. Я понимала, что такую мультидисциплинарную команду вместе на одной базе больше никогда не собрать. И было решено продолжать работу в области клинических исследований и как многопрофильная клиника. Тогда компания «Неббиоло» приобрела в собственность помещение (как раз то, где сейчас мы находимся), снова прошла лицензирование и продолжила зани-

маться клиническими исследованиями, но теперь по многим терапевтическим областям.

Сегодня многопрофильный медицинский центр «Неббиоло» — это и клинические исследования в разных областях, и частная медицина. Врачи ведут прием пациентов, проводят исследования — по болезни Альцгеймера, по детской депрессии, по кардиологии, по ревматологии и т.д., занимаются наукой. То, что практически все доктора в нашей клинике — это в первую очередь ученые, задает высокую планку. Кроме того, у нас совершенно особенный подход к пациенту. Он для нас — партнер, который в равной мере с врачом отвечает и за свое здоровье, и за аккуратный сбор всех медицинских данных во время лечения.

А еще очень важно, на мой взгляд, что у нас в клинике очень семейная, уютная обстановка, в которой комфортно работать и медицинскому персоналу, и где пациенты чувствуют заботу, уважение, наш искренний интерес и желание помочь.

Уверена, что успех Центра клинических исследований «Неббиоло» в том, что мы пришли в медицину не из коммерции, а из академической науки. Наша задача — знать и сделать доступными самые современные методы диагностики и лечения здесь, в Томске, быть всегда на передовой и держать высокие международные стандарты, заданные 10 лет назад. У нас много работы, много планов и большой интерес к медицине, к пациентам и к науке. А за ней — будущее.

  
**Неббиоло**  
ЦЕНТР КЛИНИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ



Центр клинических исследований «Неббиоло»,  
пер. Островского, 23,  
тел. 467-200, [nebbiolomed.ru](http://nebbiolomed.ru),  
[@nebbiolo\\_med](https://www.instagram.com/nebbiolo_med)

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



## FINOLHU BAA ATOLL MALDIVES Мальдивские острова

Расположенный в биосферном заповеднике атолла Баа под охраной ЮНЕСКО, этот роскошный курорт позволит вам полностью слиться с безмятежной природой, но при этом не даст заскучать.

Вилла Rockstar с двумя спальнями и огромным бассейном — место, где можно чувствовать себя настоящей звездой.



Курорт Finolhu Baa Atoll Maldives — это четыре острова с протяженными песчаными пляжами дивной красоты. Вы можете выбрать роскошную виллу на воде или одну из 125 пляжных вилл с частными бассейнами. Сюда не случайно любят приезжать и молодые пары, и семьи с детьми — курорт готов обеспечить как уединение, так и развлечения на любой вкус.

LUXURY  
HOLIDAY

В переводе с мальдивского языка дивехи Finolhu означает «песчаная коса». Начать свой день расслабляющей йогой можно в открытом павильоне для йоги или на пляже.



Снорклинг на оживленных рифах или катание на прозрачном каноэ, сквозь которое можно наблюдать, что происходит в кристально чистой воде. Сап, вейкборд и даже флайборд для самых смелых. Но если вы здесь за полным релаксом, отправляйтесь на пляж у ресторана Beach Club проводить день на круглых пляжных кроватях или в газебо под легкими балдахинами.

Спа-центр курорта Fehi Spa придерживается концепции взаимодействия с природой, целительства и гармонии, сочетая традиции Востока и Запада. Роскошные процедурные кабинеты с первоклассным оборудованием окружены пышной зеленью, а из зоны релакса открывается потрясающий вид на океан и закат.

Рестораны курорта — ближневосточный Arabian grill, пан-азиатский Kanusan, интернациональный Beach Kitchen — устроят вам кругосветное гастрономическое путешествие. А пляжный ресторан Crab Shack — это клубная атмосфера, диджей-сет и вечеринки с танцами босиком на песке.



# Эпоха глобального обновления

*«Времена меняются. Мы — люди, которым открылась более широкая реальность, лишь часть радикальных перемен неизмеримо большего масштаба. Привычные модели рушатся, на смену им должны прийти новые. Изменения затронули все сферы жизни. Современные модели политики, экономики, религии, науки, образования, медицины и взаимоотношений с окружающей средой кардинально отличаются от тех, что были актуальны еще каких-то 10 лет назад», — считает налоговый консультант Наталья Цавро.*

**Ш**ока, я думаю, мы находимся у истоков ужесточения цифровизации, и всем нам необходимо пройти определенный путь, чтобы осознать и пересмотреть то, как в других условиях будут вести себя экономические, налоговые и бизнес-системы общества.

Сейчас всё мчится с ускорением, и я уверена, что цифровизация налоговых процессов произойдет не только на глазах, но мы это почувствуем всеми клеточками.

И это придется принять. И под это придется подстроиться. Все это коренные преобразования в обществе.

История учит нас, что толчком для преобразований являются наука и технологии. Сейчас все только и твердят о 4-й и 5-й технологических революциях. Вызвавшие их перемены охватили все общество. И в нашей сфере тоже.

Мы должны понять, что больше не сможем жить и действовать по старому. Мы также знаем, что для человека отказаться от привычной жизни и шагнуть на встречу неизведанному — то же, что для лосося поплыть против течения: требует усилий, да и, прямо скажем, неудобно. Вдобавок ко всему на пути нас ожидают насмешки, неприятие, противодействие и нападки со стороны тех, кто упорно цепляется за то, что только представляется им знанием.

Чтобы быть успешным, необходимо создавать иные модели. Нестандартно и глубоко мыслить. Выживать в жесткой конкуренции. Нужно понимать, если вы сами не обновите свой «компьютер», то его обновит кто-то за вас.

Пришло время, когда мало просто знать, нужно знать — как. Как применять и подстраивать под себя инновационные научные концепции и древнюю мудрость, чтобы поднять свою жизнь на более высокий уровень.

Процесс может оказаться трудоемким, однако если вы проявите силу воли и будете активно стремиться вперед, то со временем достигните великолепных результатов.

**ЧТОБЫ** быть успешным, необходимо создавать **ИНЫЕ МОДЕЛИ**. **НЕСТАНДАРТНО** и глубоко мыслить. **Выживать в жесткой конкуренции.**

СТРАТЕГИЯ • ФИНАНСЫ • ПЕРСОНАЛ  
**ЦАВРО**  
*Разумнее. Всегда. Уже.*

ул. Белинского, 25,  
тел.: 8-923-403-11-22, 8-923-404-11-22,  
Цавро.рф @tsavro\_natalia

# СЕРЬЕЗНЫЙ РАЗГОВОР

о рисках сахарного диабета

## Ольга Абакумова

собственник сети фитнес-клубов «ФРИСТАЙЛ СИТИ»,  
врач-эндокринолог, @dr.abakumova\_olga



### — Чем опасен сахарный диабет?

— Диабет — серьезное заболевание с тяжелейшими осложнениями. Врачи делят его на две большие подгруппы. Первая — диабет 1-го типа, связанный с аутоиммунным поражением поджелудочной железы и деструкцией ее бета-клеток. Человек заболевает им, как правило, в юном возрасте, чаще в детстве. Дебют острый: сильная жажда, увеличенное образование мочи, резкое снижение веса, состояние может ухудшиться вплоть до комы. Иммуитет больного разрушает собственную поджелудочную железу, метаболизм организма меняется. В таких случаях врачом должен быть назначен инсулин.

Важна не только грамотно подобранная доза инсулина, но и здоровое питание. В противном случае возникают осложнения СД, такие как проблемы с почками, зрением, нервной системой, чувствительностью нижних конечностей и так далее. Диабет 1-го типа — заболевание со сложным течением, но с ним можно и нужно жить качественно, здесь все зависит от дисциплины пациента и адекватной дозы инсулина.

При развитии сахарного диабета 2-го типа у человека, как правило, высокий уровень инсулина, но клетки к нему не чувствительны. В некоторых случаях течение сахарного диабета 2-го типа схоже с течением диабета 1-го типа. У данных пациентов наблюдается дефицит инсулина, связанный с истощением поджелудочной железы. Получается, при схожем течении заболевания, его этиология разная. Но осложнения при 2-ом типе еще коварнее, поскольку пациент обычно не знает о том, что уже много лет болен диабетом. И когда узнает о диагнозе, уже является обладателем осложнений.

### — Какие факторы могут спровоцировать СД 2-го типа?

— Если у человека имеется лишний вес, выраженное абдоминальное ожирение, он мало двигается и много ест, не соблюдая суточный калораж питания, — вероятность заболеть гораздо выше. Проблема в том, что при этом виде диабета, как правило, люди не испытывают никаких значимых изменений в состоянии здоровья — лишь общую усталость, недомогание, разбитость. Если вы страдаете лишним весом, измеряйте уровень глюкозы и делайте тест на опре-

деление гликированного гемоглобина. Мониторьте эти показатели хотя бы раз в год.

### — Получается, что избыточный вес может привести к диабету или, все-таки, наоборот?

— Пациенты с СД 1 могут иметь совершенно разный вес — встречаются и худые, и полные. А вот СД 2 может развиваться вследствие так называемого метаболического синдрома. Из-за потребления большого количества лишних калорий человек сначала сильно набирает вес, что приводит к повышению уровня инсулина. Это ведет к изменению метаболизма клеток и выработке гормонов, которые провоцируют синтез глюкозы в печени. Меняется работа поджелудочной железы, она истощается, и у человека развивается болезнь.

При этом диагнозе обязательно соблюдение диеты в течение всей жизни, а врач назначит поддерживающую терапию. Поможет и возобновление физической активности — это залог нормального энергообмена, поэтому занятия спортом под присмотром специалиста — отличный вариант. Ни для чего глюкоза в таком количестве не нужна в нашем организме как для мышц. А через какое-то время терапия вам может уже и не понадобиться.

Сахарный диабет — это не приговор, а начало нового пути. Меняйте жизнь — и все будет прекрасно.

ВСЯЗЫ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИИ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Миах: Юлия Иванюк @yulyaivanuyuk

# СЕРЬЕЗНЫЙ РАЗГОВОР

вся правда о винирах

## Евгений Василенко

ортопед стоматологической клиники «Идеал», пр. Ленина, 94,  
тел.: 511-685, +7-953-925-53-63, @ stomaideal70



**В**иниры из экзотической стоматологической услуги давно превратились в популярное средство решения эстетических проблем. Но вокруг них и по сей день существует множество мифов. Могут ли виниры исправить прикус, какой цвет зубов сегодня в тренде — на эти и другие вопросы отвечает эксперт.

— **Евгений, давайте начнем с того, что такое виниры?**

— Виниры — это способ не прямой реставрации зубов, когда работы осуществляются при тесном содействии стоматолога-ортопеда с зуботехнической лабораторией, в то время как прямая реставрация производится стоматологом непосредственно в кресле. Сегодня виниры — наиболее эстетичный способ приобретения здоровой улыбки. Да, зубы все-таки обтачиваются в пределах эмали, и это необратимый процесс, но минимально, оставаясь при этом витальными. Под коронки зубы препарируются в 2—3 раза больше.

— **Можно ли с помощью виниров исправить прикус?**

— Исправление прикуса при помощи виниров невозможно, для этого нужно прибегать к более радикальным методам, а именно — ортодонтическому лечению. Зато вполне возможно устранить эстетический дефект, изменить/восстановить цвет зубов, скорректировать нарушение формы и восстановить утраченную высоту зубов вследствие стираемости. Виниринг — весьма долговечный вариант реставрации зубов по сравнению с прямым методом.

— **Как сделать выбор: люминиров или виниры?**

— Ответ будет неоднозначным. На мой взгляд, виниры с точки зрения эстетики выглядят более привлекательно. К тому же, стоимость люминиров в несколько раз выше, чем у виниров. Если говорить о плюсах люминиров, то среди них — отсутствие препарирования собственных тканей зуба, то есть, по прошествии определенного времени люминиров можно будет практически бесследно снять. Правда, люминиров больше востребованы всё-таки в мегаполисах.

— **Белоснежные виниры по-прежнему в тренде?**

— Очень хороший вопрос. Когда лет десять назад первые виниры

внедрились в стоматологию, все как один, начиная с наших звезд, хотели белоснежные зубы. Это было очень модно, особенно в кругах состоятельных людей. Сегодня вернулась естественность, чтобы никому и в голову не пришло подумать о том, что красивая улыбка дана человеку не природой, а с помощью стоматолога.

— **Требуется ли замена виниров?**

— В среднем срок жизни виниров при правильной эксплуатации — 10—12 лет.

— **Для виниров нужны особый уход и диета?**

— Придерживаться специальной диеты нет необходимости, но так же, как и после любой реставрации, несколько дней стоит избегать приема красящих продуктов и напитков. Не стоит подвергать конструкцию большой нагрузке и забывать о профессиональной гигиене.

— **Керамические виниры — это очень дорого?**

— Любые виниры — недешевы, в среднем одна единица обходится в 20 000 рублей. Стоматология, вообще, дорогое удовольствие по двум причинам: оборудование и материалы, которые приходится закупать за границей. Практически в ста процентах эти составляющие приобретаются в евро или долларах, поэтому и цены соответствующие. Но, повторюсь, виниры — это самая эстетичная реставрация зубов.

ВСЯЖИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИИ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



# Для счастья правил нет

*Она с детства знала, что будет врачом-стоматологом. Правда, с первого раза Людмиле Морозовой, сегодня возглавляющей в Томске собственную стоматологическую клинику «ОртоСоло», поступить в медицинский вуз не удалось. Но уже через год она блестяще сдала вступительные экзамены, чтобы в итоге завершить обучение с отличием!*

Миах: Снежана Котикова @afrika\_mia  
Платье: Maggio @maggio\_tomsk

Локация: Интерьерный салон Маэстро @maestro\_tomsk

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

— Людмила, можно неожиданный вопрос: вы амбициозный человек?

— Да, конечно. Со школы решить, что у тебя будет своя клиника, не сразу поступить в институт, но все-таки этого добиться... Я просто ставлю цели и иду к ним. У меня, как у человека рационального, мозг привык работать по-особенному. Ортодонтия ведь отличается от других направлений стоматологии тем, что самый важный, самый первый и главный этап здесь — это планирование лечения. Мы, начиная работу с пациентом, должны знать, к чему стремимся и что получим, какого результата можно ждать через полтора года (это средний срок лечения). И такое мышление с годами переносится и на другие сферы жизни.

— Случается, что пациента не устраивает результат или с ним трудно было достичь взаимопонимания?

— В моей сфере такое случается, но я очень люблю свою работу, общение с людьми и искренне понимаю их. Главное в медицине — быть профессионалом. Важно, чтобы эстетические взгляды пациента и врача совпадали, иначе им сложно будет договориться. И потом, ортодонтия — это такой длительный процесс лечения (примерно раз в 6 недель мы должны видеться), что пациенту должно быть просто приятно и комфортно идти к врачу.

— Хвалите себя? Можете себе признаться, что вы успешны?

— Я всегда себе это говорила. С момента поступления в институт. Я знаю, какой большой объем работы сделала. И дело не в моем везении или в том, что кто-то замолвил за меня словечко. Я сама. Только я знаю, чего мне это стоило. Поэтому всегда себя хвалю: не прилюдно, но внутри себя — да. Иногда работа и достижение успеха со стороны выглядят чем-то легким, но это ложное ощущение.

— Вы продолжаете ставить перед собой новые цели?

— Сейчас в «ОртоСоло» очень много пациентов, так что мы загружены

полностью. У нас не бывает пустующего кресла. В настоящий момент я ищу помещение, чтобы оказывать услуги качественной ортодонтии в другом районе. Так что знаю точно: у нас обязательно будет вторая клиника. Все получится.

— Вам повезло с коллективом?

— Считаю, что кадры решают все. И каким бы раскрученным ни было место, и каким бы красивым ни был интерьер, главное — это люди, профессионалы. У нас в клинике работает Наталья Михайловна Цыганкова — очень опытный врач, невероятно чуткий человек. К ней с самых отдаленных районов города приезжают. Еще горжусь, что у нас нет текучки в коллективе. Уважая мнение каждого нашего врача, прислушиваясь к нему я даю людям возможность расти профессионально.

**Я — ЖЕНЩИНА!**

— Как удалось найти время для участия в конкурсах красоты? Почему для вас это было важно?

— От самочувствия женщины в семье всем либо хорошо, либо плохо. Рождение второго ребенка, дочери Таисии, в сорочкалетнем возрасте сильно отразилось на моем физическом и эмоциональном здоровье. Я не хотела оставаться в таком разбитом состоянии и решила попробовать себя в чем-то новом. Так что, 20 лет семейной жизни, 16-летний сын, 3-летняя дочь и занятость на работе не помешали мне принять участие в двух конкурсах красоты — городского и всероссийского уровня — и даже победить. Мне нравится быть в центре внимания. Так что, последив пару лет за проектом о преобразении женщин «Миссис Томск», я сама решила принять в нем участие, желая получить хотя бы новые впечатления. В итоге получила корону. Главную. (Смеется.) Потом был конкурс «Миссис Россия»: море новых знакомств и непередаваемая энергетика женского сообщества. А вот приглашение на «Миссис Вселенная» в Эстонию я уже отклонила — в первую очередь из-за семьи, да и работу не хотелось оставлять. Конкурсы красоты — это удивительный опыт: здесь жен-

щина раскрывает свои таланты и свою «внутреннюю девочку». Мой творческий номер в финальном выступлении был содержательным и эмоционально ярким, потому что семья поддержала меня и активно приняла в нем участие.

— Любовь — что это такое?

— Она очень многогранна, имеет много оттенков, и ее по-разному можно трактовать. Но любовь — это всегда благодарность: за события, за эмоции, которые есть у тебя в данный момент... И я считаю, прежде чем говорить о любви к окружающим, надо любить себя. С этого все и начинается. Если не будешь хорошо относиться к себе, то как ты поймешь, как это делать по отношению к другим?

— Семья — это синоним любви?

— Семья — это, в первую очередь, муж и жена, их отношения. Сейчас семьи часто распадаются из-за того, что люди не проявляют терпимости и не хотят меняться, чтобы улучшить семейную жизнь, а ждут изменений от партнера. Думаю, супруги всегда заслуживают друг друга. Я благодарна мужу, что он такой, какой есть, и значит, я его заслуживаю. Соответственно, он классный, если у него такая жена, как я. (Смеется.) Мы знакомы уже 25 лет, а в этом году отметили 20-летие совместной жизни.

— Что нужно для счастья?

— Успешность в бизнесе — не главное условие для счастья, лучше остановиться ненадолго, чтобы не растерять женственность до конца. Нас в детстве не учили быть счастливыми. Но я — счастлива. С шести лет каждый Новый год я загадываю себе одно и то же желание — быть счастливой. Это такое объемное понятие, что его можно наполнить потом всем на свете. Желаю всем женщинам найти то дело, которым они занимались бы с большим удовольствием, и благодаря этому становились более прекрасными и внешне, и внутренне.

**Стоматологическая клиника «ОртоСоло», ул. Болдырева, 2, тел.: 71-73-72, 33-73-72, orto-solo.ru, @ortodont\_tomsk**

# ОТКРЫВАЯ СЕРДЦА ДЛЯ ЛЮДЕЙ

*Создать лабораторию, совмещающую в себе передовые мировые технологии, топовый уровень томских специалистов, высочайшее качество анализов, точную диагностику и комфорт пациентов — об этом мечтал врач Александр Кравченко. Так в Томске появилась «Открытая лаборатория».*

Работа лаборатории началась в 2005 году. Задача формулировалась просто и емко — быстро и качественно делать максимально широкий спектр диагностических исследований. За скорость и качество отвечали высококлассные специалисты, работающие на современном оборудовании.

«Открытая лаборатория» стала третьим российским учреждением, принимающим участие в программе международного контроля качества, первой лабораторией в Томской области, запустившей систему ЛИС, обеспечивающую контроль над выполнением всех этапов лабораторных исследований. Также она является первой коммерческой организацией, включенной в государственную медицинскую информационную систему БАРС, сумев доказать, что интеграция между разными медицинскими организациями (как государственными, так и частными) крайне необходима.

## КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА — В ПРИОРИТЕТЕ

В лаборатории постоянно заботятся о выявлении и предотвращении недопустимых погрешностей в работе. Для этого существуют международные программы

RIQAS и EQAS по системе внешнего контроля качества, российская программа ФСВОК, разработаны четкие стандарты всех этапов лабораторного анализа. Результаты объективно сравниваются с контрольными образцами. Если какие-то значения не совпадают, то их сразу калибруют. Такой постоянный контроль качества доказывает, что результаты исследований, проводимых в лаборатории, достоверны и точны.

## АППАРАТУРА — МАКСИМАЛЬНО ТОЧНАЯ

Здесь выполняются не только международные и российские контроли, но и внутренние. Рабочий день начинается с того, что включаются анализаторы, моется, проверяется и калибруется оборудование. Всегда на связи инженеры по медицинскому оборудованию, которые приезжают на вызов по первому звонку или консуль-

тируют по видеосвязи.

Постоянно происходит обновление аппаратуры, появляются новые методы исследования, программное обеспечение. В лаборатории выбирают все самое лучшее и передовое — по практичности, обслуживанию, точности, качеству. Важны и реактивы: от их качества также зависит достоверность анализов.

## ОШИБКИ ИСКЛЮЧЕНЫ

Благодаря внедрению ЛИС, к которой подключена аппаратура, вся деятельность сотрудников доведена до автоматизма. Загружается пробирка со штрих-кодом, анализатор ее обрабатывает, выдает результаты, которые автоматически попадают в компьютер.

Благодаря ЛИСу вся информация вносится в единую систему. Когда врачи просматривают анализы, у них сразу же подсвечивается патология. Тогда они

**ПОСТОЯННО**  
происходит **ОБНОВЛЕНИЕ** аппаратуры,  
появляются **НОВЫЕ МЕТОДЫ**  
исследования, программное обеспечение.

ВСВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



СПЕКТР МЕДИЦИНСКИХ АНАЛИЗОВ, ПРОВДИМЫХ В «ОТКРЫТОЙ ЛАБОРАТОРИИ», ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:

- гематологические и общеклинические исследования;
- исследование показателей гемостаза;
- биохимический анализ крови;
- диагностику инфекций;
- гормональные, иммунологические, гистологические исследования;
- выявление онкомаркеров;
- диагностику паразитарных инфекций;
- ПЦР-диагностику;
- определение маркеров воспалительного процесса и аутоиммунных заболеваний.

обязательно возвращаются к более ранним анализам пациента и пропускают новые данные через анализатор. Это позволяет понять, допущена ошибка или анализ точный. Только после этого выдается результат.

## ОТСЛЕЖИВАТЬ ДИНАМИКУ

Динамику состояния здоровья пациента можно отследить только в случае, если

он сдаст анализы в одном месте. Дело в том, что в разных лабораториях аппараты и анализаторы разные, соответственно, даже показатели нормы могут быть в разных пределах. Такая информация очень важна для лечащего врача. Часто доктора связываются с лабораторией с просьбой поднять данные за определенный период.

Что вообще такое анализы, диагностика? Это точка отсчета, с которой начинается лечение. Вот почему с лабораторией сотрудничает значительное число лечебных учреждений Томска. Благодаря грамотным и быстрым действиям ее врачей, медики максимально быстро могут получить результаты анализов и грамотно назначить лечение.

Все врачи работают с одним убеждением: главное — работа с людьми, а не с пробирками. Любой анализ начинается с общения с пациентом, с того момента, когда он приходит в процедурный кабинет. Особый подход в лаборатории к маленьким пациентам, которым уделяется максимум внимания и заботы.

Все врачи «Открытой лаборатории» сертифицированы, проходят ежегодные обучения по регламенту Минздрава. Они всегда на связи и готовы к диалогу со специалистом любой клиники. Здесь понимают — за каждым анализом, за каждой пробиркой стоит ЧЕЛОВЕК.

## МОЖЕШЬ — ПОМОГИ!

Благодарность для Александра Кравченко и его коллектива — не самоцель и вовсе не цель напомнить о своих заслугах. Помогают здесь от души, отказываясь от громкой рекламы. Так, средства, выделенные на помощь ассоциации «Аура», пошли на развитие и ремонт нового центра, на покупку игрушек, специального методического материала. Если компания может помочь нуждающимся, пусть небольшой суммой, значит нужно это сделать, уверена команда лаборатории, активно поддерживая тех, кому общество не уделяет достаточно внимания и заботы.

## ИДТИ ДАЛЬШЕ

В ближайших планах руководства — расширение лаборатории и создание филиала. Это сделает услуги «Открытой лаборатории» еще ближе и доступнее.

ул. Карла Маркса, 15/1,  
тел. +7 (3822) 51-70-32,  
ул. Елизаровых, 19/1,  
тел. +7 (3822) 90-14-15, oplab.ru

# ВЗГЛЯД В БУДУЩЕЕ

**Аналитики предсказывают скорое исчезновение такой распространенной сейчас профессии, как бухгалтер. Председатель Правления Сбербанка России Герман Греф уверяет, что в скором времени эти функции будут исполнять искусственный интеллект. А ряд ведущих банков при открытии расчетного счета уже предлагает услуги по ведению бухгалтерии.**

**Т**ак ли вероятно исчезновение бухгалтера с «человеческим» лицом или машинам все же не под силу полностью заменить в этой сфере людей, мы спросили у Анны Беккерман, основателя и руководителя Агентства «Бухгалтер».

**— Анна, действительно ли скоро исчезнет профессия бухгалтер?**

— Если речь о функциях бухгалтерского учета в узком понимании этого слова, а именно проведении первичных документов и формировании на основе этих проводок необходимых отчетов, то я ответила бы «да». Такие функции безболезненно могут быть переданы на выполнение компьютеру. Однако стоит помнить, что в крупных корпорациях кроме бухгалтерии обычно существует еще ряд подразделений, связанных с экономическими функциями. Это экономический, финансовый, плановый отделы, при необходимости — подразделение, осуществляющее налоговое планирование. Но, к сожалению, в нашей стране не так много компаний уровня Сбербанка. А в малом и среднем бизнесе зачастую именно бухгалтер в единственном лице выполняет все эти экономические функции — считает себестоимость производимых товаров, ведет управленческую отчетность, занимается минимизацией налогов и при необходимости еще и составляет сметы.

**— С какими еще проблемами российской финансовой системы сталкивается бизнес?**

— Несмотря на то, что государство заявляет об облегчении жизни малым и средним компаниям и пытается сокращать количество регламентирующих документов (механизм так называемой «регуляторной гильотины»), с каждым годом финансовая и налоговая системы только усложняются. Появляются сотни и тысячи новых писем Минфина и ФНС, которые имеют очень важное значение для практической деятельности. Возникновение новых электронных сервисов государственных органов ничуть не облегчает ситуацию. Как правило предприниматель, особенно начинающий, не может себе позволить содержать специалистов по каждому направлению. Именно для помощи малому и среднему бизнесу существуют специализированные аутсорсинговые бухгалтерские агентства, например, такие, как моя компания.

**— Расскажите подробнее, как изменился бухгалтерский учет с приходом в него аутсорсинга?**

— Обращение в профессиональное бухгалтерское агентство позволяет компании решить множество проблем в экономической сфере. Мы работаем по принципу «единого окна». Приходя в наш офис, вы можете не только получить услуги по ведению бухгалтерского учета, но и зарегистрировать новое предприятие или ИП, подать заявку в банк на получение кредита или лизинга, получить консультацию во различных аспектах минимизации налогообложения и различным юридическим вопросам, связанным с организацией и ведением бизнеса в нашей стране.

**— В вашей работе возникали ситуации, когда сторонней компании срочно требовалась помощь в организации внутреннего процесса?**

— В наше Агентство обратился владелец небольшого кафе. Обычная история — двое знакомых организовали бизнес, один из них имел опыт работы в общепите и стал руководителем. К сожалению, ожидания второго участника по результатам деятельности не оправдались несмотря на достаточное количество продаж. Произошел конфликт, который закончился выходом из проекта более опытного участника. И наш клиент остался один на один со своим кафе. Как это часто бывает, уходя, бывший соучредитель прихватил с собой всю базу данных. В результате наше Агентство в срочном порядке занималось постановкой не только бухгалтерского, но и управленческого учета в этом кафе. В кратчайшие сроки, с привлечением представителя компании R-Keerret (разработчик софта для предприятий общепита), нам удалось настроить кассы, программы, восстановить учет и провести инвентаризацию. Все было проведено так, что посетители кафе даже не заметили каких-либо изменений. Работа заведения не прерывалась ни на один день.

**— О каких реализованных проектах вы могли бы рассказать?**

— Постоянно работая не с одним десятком клиентов из разных отраслей экономики, из разных регионов, Агентство «Бухгалтер» обладает необходимым ценным опытом и широким взглядом на проблемы, с которыми сталкиваются компании. Хорошо отлаженный, приносящий доход бизнес каждого клиента — и есть наши реализованные проекты.

тел. +7 (3822) 300-520,  
www.abuh.info





Локация: Ресторан Сыроварня @syrovarnya\_tsk

**К**ак научиться выражать себя в одежде, чтобы находить взаимопонимание с единомышленниками, о новых осенних трендах и призвании в профессии — в интервью со Светланой Горбуновой, стилистом, владелицей магазинов мужской и женской одежды «Fashion House», а также магазина «Trends Brands», где представлена одежда от российских дизайнеров.

— Светлана, поделитесь своим опытом: как стать не просто владелицей магазина, но и трендсеттером в своей сфере?

— Благодаря маме и бабушке, умеющим шить и вязать, а еще невероятно популярному в 90-х журналу «Бурда моден», я с самого детства была одета с иголки, как куклолка. (Улыбается.) У меня было много одежды, и это обстоятельство, по всей видимости, привило мне любовь к красивым вещам, вниманию со стороны окружающих, к внутренней свободе. Поэтому я и выбирала профессию, так или иначе связанную с красотой, продажами, общением с людьми. Работаю я с 18 лет, и когда попала в продажи, у меня как-то сразу все стало получаться, но для меня это всегда было чем-то большим, чем банальное зарабатывание денег. Постепенно созрел план по созданию собственного магазина. Привезли первую коллекцию одежды от проверенных поставщиков из Азии, потом еще и еще... Так и начали работать. Благодаря моему вкусу и насмотренности, мы сразу попали в точку, и коллекции понравились нашим покупателям. Наши магазины предлагают полную капсулу — от нижнего слоя до



верхней одежды. Это очень удобно, когда покупатель может подобрать себе идеальный гардероб в одном пространстве.

— Можно сказать, что в вас пробудились бизнесвумен и байер в одном лице?

— Обладая навыком стилиста, информацией о модных трендах, я успешно использую свой опыт для баинга, постоянно нахожусь в поиске интересных брендов. Мы были в Турции, Азии, Москве — чаще я предпочитаю работать с производителями одежды напрямую.

И как следствие, у меня сейчас появился свой собственный бренд одежды GORBUNOVA fashion, основанный на любви к моде, красоте и качеству. Надеюсь, что его оценят наши женщины: если я начинаю какую-то историю в своей жизни, то выкладываюсь на 100%.

— И что сезон грядущий нам готовит?

— Сегодня главная модная тенденция — микс из разных стилей и направлений. Индивидуальность — как раз в умении подобрать вещи и цвета, исходя из собственного вкуса и предпочтений. Модно все, но главная фишка в том, как соединить разные, порой не сочетаемые на первый взгляд, стили. Подиум высокой моды — это искусство, театр. Мы сначала смотрим на эту сцену, привыкаем, и только потом интегрируем в нашу жизнь — ритейл нам в этом помогает

Если говорить о цветовом направлении, то Институт цвета Pantone каждый сезон утверждает актуальную модную палитру. Например, мой фаворит в этом сезоне — оттенок Green bee. Но как стилист я все же советую использовать те цвета, которые подходят именно вам.

Еще один важный тренд — сексуаль-

ность, словно ставшая вызовом пандемии. Невероятно популярна экокожа, возвращаются лосины, брюки в обтяжку, длина юбок снова становится короче. Обратите внимание: носить мини могут все дамы с красивыми ногами, независимо от возраста. Главное — чтобы женщина была готова на эксперименты, чтобы ей было психологически комфортно. Сегодня в моде нет аксиом, все мы уникальны, от этого и нужно отталкиваться.

— Согласны с мнением, что каждый из нас — сам себе стилист?

— В принципе, да, но не у всех это получается. (Улыбается.) Поэтому наши магазины и я готовы помочь в данном вопросе — ведь, как я уже говорила, в наших магазинах вся одежда представлена капсулами и легко комбинируется между собой. Этой осенью мы планируем один день в неделю полностью отдавать во власть стилиста (Улыбается.), когда любой покупатель сможет получить профессиональную консультацию по созданию собственного гардероба. Этим буду заниматься лично я и мои консультанты, которые постоянно проходят специальное обучение и обладают нужными навыками.

— В чем секрет вашего успеха?

— Я давно работаю с людьми — с женщинами чаще, чем с мужчинами, но мне всегда интересно. Я с радостью дарю эмоции, настроение, позитив, отсюда и

рождается нужный импульс, происходит взаимный энергообмен. Я не боюсь предлагать новое. Нам иногда сложно увидеть себя со стороны, а когда профессионал советует порой неожиданный для человека образ, это помогает раскрыть его иначе.

У наших магазинов разные концепции, но ключевая — это цена-качество-мода. Для меня важен кругозор моих покупателей, в процессе баинга я сама влюбляюсь в каждую вещь. Может быть, поэтому и наши покупатели часто говорят, что буквально влюбляются в одежду, приобретенную у нас. Я очень благодарна за такие отзывы, они очень радуют меня с профессиональной и человеческой точки зрения. Приглашаем вас посетить наши модные пространства.



Магазин мужской и женской одежды «Fashion House»,  
ул. А. Беленца, 9/1, БЦ «Горизонт»  
(3 подъезд, 4 этаж), тел. +7 923 405-00-28,  
@fashion\_house\_tomsk



Магазин женской одежды «Trends Brands»  
Комсомольский пр., 13 Б,  
ТРЦ «Изумрудный город» (3 этаж),  
тел. +7 (952) 158-01-11, @trends\_brands\_tomsk

# Миксуем все!

*«То, что вы носите, означает, как вы презентуете себя миру, особенно сейчас, когда контакты между людьми такие быстрые. Мода — это непосредственный язык, понятный без перевода», — считает британский модельер, королева панка Вивьен Вествуд.*



## Отражение личности

**М**ир цифр и дат, неизведанный и мистический, привлекал нашу героиню давно. И даже своим появлением на страницах «Дорогого удовольствия» Елена Придворная в некотором роде обязана цифрам и алгоритмам — ведь из всех участников розыгрыша публикации в журнале генератор выбрал именно ее аккаунт в Инстаграм!

Ей всегда были интересны люди. Интуиция и внимательность к собеседнику помогли и в жизни, и в профессии — сначала школьного учителя, а затем дистрибьютера профессиональных косметических средств. Но желание более глубоко разбираться в личности человека привело Елену к статистическому психоанализу по методу Ольги Перцевой.

— **Что дало вам изучение этого метода?**

— В 2012 году мы с мужем стали учредителями компании «Косметика», которая уже почти десять лет занимается дистрибуцией профессиональных косметических средств для медицинских центров, салонов красоты и косметологов Томска. И конечно, начав обучение в Школе Ненумерологов, я первым делом разложила по полочкам свою личность — хотелось глубже понять себя. К своему удивлению увидела, что мысль заняться профессиональной косметикой и заботой о красоте в целом была моей лучшей бизнес-идеей. Затем я проанализировала своих близких, родных, друзей — и мне стали понятны их поступки. Изучая психоматрицу человека, сейчас также помогаю другим разобраться в себе и отношениях с партнером, узнать больше о характере детей. Мне это очень нравится.

— **Из чего состоит ваш день?**

— Люблю утро. Когда только проснулась и еще ничего не произошло. Когда день только начался и можно встретить его с улыбкой. Поэтому по утрам у меня всегда хорошее настроение. Три раза в неделю занимаюсь йогой по утрам, уже лет 14. Обедаем и ужинаем мы всегда вместе с мужем и 17-летним сыном Всеволодом. По вечерам часто засиживаемся всей семьей за разговорами, причем темы могут быть абсолютно разными. Вот сейчас, например, я просвещаю их в сфере познания мира и эзотерики. Очень философские беседы получаются. Часто что-то обсуждаем и с сыном, он уже сформировавшаяся личность. Вообще люблю молодежь. Они постоянно развиваются, многим интересуются, у них глаза горят — с ними мне интересно.

— **Что для вас комфортная жизнь?**

— Скажу, наверное, странные слова, но моя жизнь будет комфортной среди любящих себя людей. Потому что если человек наполнен любовью, он раздает ее в мир. Подобное притягивается к подобному.

— **Чем вы больше всего гордитесь в жизни?**

— Собой. Тем, что умею радоваться жизни и находить положительные стороны в разных ситуациях. Горжусь своей семьей. Людями, которые меня окружают. Своим коллективом на работе. Дружбой горжусь — у меня замечательные подруги и друзья!

📷 elena\_pridvornaia

# PREMIER V

## салон мужской одежды



VALENTI MASIMAR LEXMER BOREN PULLTONIC



# СПОРТ → НОРМА ЖИЗНИ

**Победителями не рождаются — особенно в спорте. Это титанический труд, непоколебимое упорство, абсолютная вера в себя и в шанс покорить любую вершину — нужно только очень захотеть и делать все с максимальной отдачей.**



**← ДМИТРИЙ СТРИГА**  
мастер спорта, Чемпион России по тяжелой атлетике, тренер ДЮСШ «Победа»

**← АЛЕКСАНДР ЕГОРОВ**  
мастер спорта, призер чемпионата и кубка России по тяжелой атлетике

**← АЛЕКСАНДР БОЛЬШОЙ**  
председатель Федерации тяжелой атлетики Томской области, тренер Томской областной спортивной школы Олимпийского резерва, мастер спорта по тяжелой атлетике, спортивный судья всероссийской категории.

Томским тяжелоатлетам не понаслышке известно, какими нечеловеческими усилиями достается победа. О том, что помогает им двигаться вперед к новым достижениям, о своих планах на будущее они рассказали нашей редакции.

#### **Дмитрий Стрига:**

Самые значимые мои достижения в спорте пришлось на Чемпионаты России 2016 и 2017 годов, откуда я вернулся с победой. В 2018 и 2019-м — завоевал бронзу. А вот 2020-й был не очень благосклонным. Свою роль сыграла, в первую очередь, пандемия, конечно. Но к этому добавились новые семейные обязанности и приятные хлопоты, связанные с появлением ребенка. В таком режиме я продолжал подготовку к соревнованиям и рассчитывал быть в тройке призеров. По протоколам предыдущих чемпионатов была понятна сумма весов, которые нужно было поднять. Поставленная задача была выполнена, но «зацепиться» за тройку все же не удалось — новая смена выросла, по показанным результатам я получил только четвертое место, при этом сохранив лидерство в своей категории в Томске.

В ближайших планах — продолжить тренерскую деятельность, которую начал два года назад. Хочется способствовать развитию юношеской тяжелой атлетики в Томске. А также пройти еще один спортивный сезон и закончить карьеру красиво — на мажорной ноте. (Улыбается.)

Всем начинающим спортсменам могу посоветовать: нужно очень захотеть стать лучшим. Для этого необходимо ставить перед собой четкие цели и твердо верить в победу.

#### **Александр Егоров:**

Я серебряный призер Чемпионата России 2019 года (толчок и сумма двоеборья), а также 2020 и 2021 годов (рывок). Мое увлечение

тяжелой атлетикой началось в 12 лет, в то время я еще жил в Кемеровской области. Поступив в ТУСУР, я продолжил свои тренировки уже в Томске. Но я и не думал тогда, что буду заниматься спортом профессионально. И, конечно, даже не мечтал попасть в призеры первенства России, хотя, разумеется, это для меня мощный стимул. Планировал, как хорошо сказал Дима, закончить со спортом на мажорной ноте. Но как только решил это для себя, обрел победу и приглашение в сборную, что послужило стартом для моей карьеры. Тогда и пересмотрел свое отношение к спорту. Понял, что главное — идти к цели, что я ничем не уступаю другим спортсменам, и с 2018 года уже выступал во взрослом чемпионате.

очень важно, чтобы такие медали были всегда. Порой смотришь соревнования и понимаешь, что человек выступает даже с травмой, через силу. В 90% неудачные выступления наших спортсменов, в том числе и на Олимпийских играх, связаны именно с этим обстоятельством, а не с отсутствием тщательной подготовки.

Второй важный момент для любой дисциплины — условия, в которых спортсмен живет и тренируется. От них зависят его личные достижения и в конечном варианте — медали для области и страны. Достойную поддержку нашим ребятам оказывает Департамент по молодежной культуре и спорту Томской области. Очень много сбо-

**ЕСЛИ ХОЧЕШЬ СТАТЬ ЧЕМПИОНОМ МИРА, НУЖНО БЫТЬ ФАНАТИЧНО ПРЕДАННЫМ СВОЕМУ ВИДУ СПОРТА. ЗДЕСЬ ОЧЕНЬ ВАЖНЫ АМБИЦИИ: ТРЕБУЙ ОТ СЕБЯ НЕВОЗМОЖНОГО — ПОЛУЧИШЬ МАКСИМУМ.**

#### **Александр Большой:**

Дмитрий и Александр как члены сборной России регулярно выезжают на сборы. А это значит, что распорядок у них следующий: подъем, питание, тренировки два-три раза в день, сон. И всё. Рядом месяцами нет жен, детей, семьи. Почти как армия или вахта: 42 дня на сборах, две недели — дома. В этом режиме олимпийские чемпионы живут десятилетиями. Таков профессиональный спорт. Если хочешь стать чемпионом мира, нужно быть фанатично преданным своему виду спорта. Здесь очень важны амбиции: требуй от себя невозможного — получишь максимум. Главное — снять ограничения в голове, верить в то, что это реально. Кстати, не каждая страна может похвастаться золотом Олимпиад. А для России

ров мы провели именно благодаря участию региональных властей. Мы, в свою очередь, даем хорошие результаты. Нам комфортно сотрудничать — если встречаются сложности, все они решаются в рабочем порядке. Еще хотелось бы отметить Томскую областную школу олимпийского резерва — ТО СШОР. Тяжелая атлетика в области развивается именно благодаря нашей общей слаженной работе.





Инна Гонина — маркетолог,  
сооснователь Первой Школы Маркетинга  
i\_gonina themarketing\_school

*Маркетинговые войны разворачиваются в головах потребителей\*. Задача любого предпринимателя — через свой продукт завоевать место в сердцах покупателей. В эпоху глобальной конкуренции, важно постоянно исследовать свою аудиторию\*\*, ее мотивы и факторы выбора, превращая эти знания в практические идеи.*

Автор статьи: Инна Гонина

# Почему у нас должны покупать?

Вопрос «Почему у нас должны покупать?» по-прежнему ключевой. В этой статье я намерено отказываюсь от широкого термина «целевая аудитория», а применяю «покупатель». Мы будем говорить о последних.

## Почему покупают?

Определите, по какой причине предпочитают именно ваш продукт/товар/услугу, что действительно ценят ваши покупатели. Это знание должно быть основано не на собственном мироощущении «мне так кажется», а на «голосе покупателя».

**Авторский лайфхак:** один из доступных и быстрых способов узнать причины покупок или отказа от покупки — это почитать отзывы клиентов. Вы можете выделить там ключевые предпочтения, получить реальную де-

тализацию факторов выбора и, наоборот, причину оттока.

## 2 У покупателей появилось больше причин выбора.

Опыт покупки важнее продукта, особенно если ваш товар идентичен или по существу похож на предложение конкурента. Важно, как клиент чувствует себя во время покупки. Например, вы можете технологизировать процесс покупки. Системы рекомендации (приводятся конкретные названия и наглядные примеры), обучающие ролики по использованию изделия или услуги, QR-коды на прайсхолдерах с видеообзором продукта «на телефоне» и другое.

69% покупателей в магазинах предпочитают самостоятельно знакомиться с товаром, вместо того чтобы попро-

сить консультацию у продавца.

**Тренд:** программы лояльности становятся все более ориентированными на мобильные устройства.

## 3 Ни один покупатель не хочет быть «средним».

Многие покупки мотивированы двумя парадоксальными явлениями: желанием отличаться и желанием принадлежать к бренду. Этот феномен называется «*people like us do things like this*». (пер. с англ. «люди, такие же, как мы, делают такие же вещи»)

Одна из сильных тенденций сегодняшнего дня — растущий интерес потребителей к цели бренда и его влиянию на общество и планету.

**Читайте продолжение в следующем номере!**

\*Джек Траут. «Позиционирование. Битва за умы»

\*\*Потенциальная аудитория: совершили покупку и больше не вернулись.

Текущая аудитория: пришли в место продажи, но не купили.

Потерянная аудитория: купили, но вернули товар, отказались от услуги.

# СДЕЛАНО в Томске

*К проекту, которым мы занимаемся уже шестой год, наша редакция относится с особенно теплым чувством. Работая над ним, мы всегда испытываем самую разную гамму эмоций: восхищение, удивление, радость, невероятную гордость... Всё это относится к талантливым людям, продолжающим развивать и создавать в не самых простых экономических условиях успешный бизнес. «Сделано в Томске» — это знак качества, синоним доверия потребителей, честная информация. Именно так позиционирует себя и молодая компания Томская Кедровая Фабрика, чей удачный старт доказывает: если твоей продукции доверяют в регионе и далеко за его пределами, значит нет ничего невозможного. Ты уже среди лучших. Ты уже победил.*



«Прекратите продавать.  
Начните помогать».  
Зиг Зиглар (писатель и мотивационный оратор)



# Сибирский Premium

*Томская Кедровая Фабрика создана молодой, амбициозной, нацеленной только на успех командой. Удивительно быстро ее продукцию премиум-качества с оригинальной упаковкой узнали и полюбили в Томске и за его пределами. Разбираемся, как и почему на таком конкурентном рынке Вячеславу Трюшкину удалось занять свою нишу и прочно закрепиться в ней.*

• Стильный томский бренд не случайно влюбляет в себя с первого взгляда. Его создатели, увлеченные изучением сибирских дикоросов, очень трепетно относятся к своей работе, прекрасно понимая, что такое настоящее качество. В производстве используется только кедровый орех и в ближайшее время расширить ассортимент здесь не планируется.

• По утверждению Вячеслава Трюшкина, главная задача Фабрики — изготавливать максимально полезный и вкусный продукт, представлять российским потребителям ядро отборного кедрового ореха. К сожалению, сейчас в данном сегменте все лучшее идет на экспорт.

• Компания первой на рынке ввела премиальную линейку очищенного кедрового ореха с запоминающейся квадратной упаковкой.

• Активное развитие социальных сетей помогает ближе познакомиться с продукцией Фабрики тем, кто ценит действительно натуральные, экологичные продукты.

## Стоимость выше средней. Почему?

«Нас часто спрашивают, почему орешки компании такие дорогие, ведь цена на рынке дешевле? Дорого — понятие

относительное, — любит отвечать директор интернет-магазина Полина. — Мы не спорим. Мы уделяем много времени тому, чтобы рассказать о том, почему наш орех такой же, да не такой, и оставляем выбор за покупателем. Во-первых, мы работаем только с сырьем высокого качества, во-вторых, полностью исключаем смешивание более дорогих сортов с дешевыми. Нам нравится, когда люди делают свой выбор осознанно и понимают, за что платят».

## Технологии производства — уникальные

Томская Кедровая Фабрика одна из первых в Сибири установила оборудование сухой очистки ядра. На фабрике используется 13 ступеней переработки и дополнительные этапы для создания продукта Premium-линейки, которую можно приобрести в интернет-магазине и у проверенных партнеров фабрики. Орешки не моют, а очищают с помощью особой технологии, благодаря которой в них сохраняется максимум пользы. Еще один важный принцип — категорический отказ от сырья низкого качества, от искусственных добавок и консервантов. Поэтому вкус и запах продуктов Кедровой Фабрики остается натуральным. В этом смысле они — вне конкуренции!

## Где можно купить орехи Томской Кедровой Фабрики?

Ранее Фабрика была нацелена только на крупнооптовых покупателей и экспорт, но в 2020 компания пересмотрела свою стратегию развития и теперь представляет элитный продукт, который по достоинству оценили и розничные покупатели интернет-магазина. В планах — продажа орехов в лучших магазинах области и России.

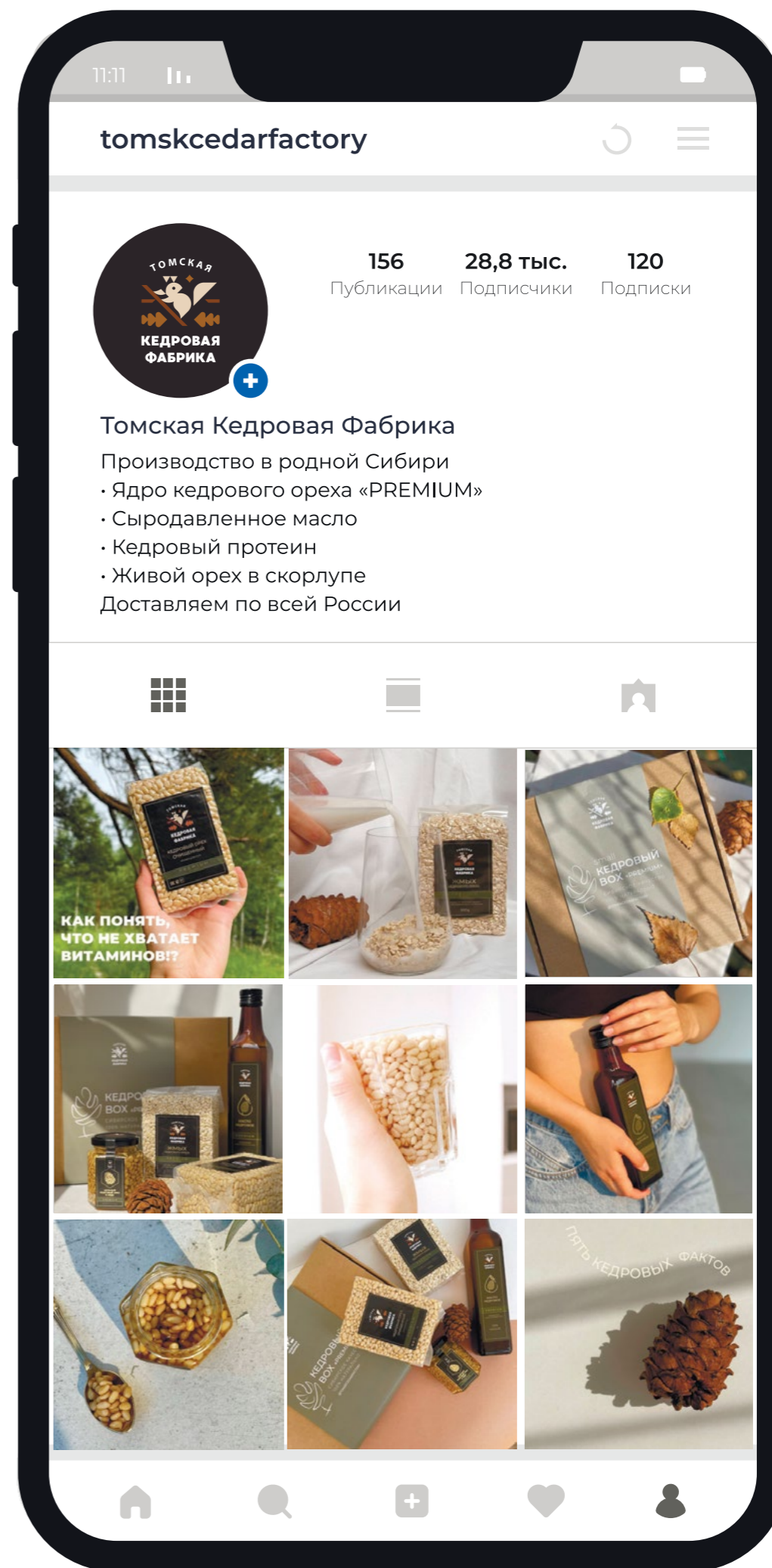
## Здоровая философия

Философия Томской Кедровой Фабрики основана на чистом и сбалансированном питании. Пора вернуться к аутентичным ценностям, осознанному потреблению и любви к себе, считают основатели компании. Только тогда можно получить нечто большее — не просто кедровый орех, а продукт, наполненный здоровьем и заботой о самих себе и своих близких.



tomskcedarfactory.com,  
@ tomskcedarfactory,  
тел. +7-913-841-42-50,  
© +7-913-820-03-28

Мы работаем только с сырьем **ВЫСОКОГО КАЧЕСТВА** и полностью исключаем смешивание более **ДОРОГИХ** сортов с дешевыми.



# Это по любви

*История элегантной классической одежды «Extravaganto» началась в 2012 году с двух швейных машин и трех рулонов ткани. Валентина Кублинская создала бренд одежды, идущий по своему уникальному пути: он выражает стильную индивидуальность каждой женщины, которая становится естественным продолжением ее образа.*



Локация: Мебельный бутик Антураж  
@anturage\_tomsk  
Миах: Снежана Котикова @afrika\_mua

**История.** Любое успешное дело требует горения. Вот почему к рождению марки «Extravaganto» я шла достаточно долго. Одежда, стиль, дизайн — мне кажется, любовь к этим творческим направлениям жила во мне всегда, и после рождения ребенка я решила посвятить себя созданию одежды. Так появился бренд «AnnaStyle», названный в честь моей дочери. С самого начала все делала сама, методом проб и ошибок: разрабатывала дизайн, занималась подбором и заказом тканей. Честно признаюсь, на старте бизнеса было много сложностей: неудачные эксперименты, испорченные материалы... Постепенно пошли первые оптовые интернет-заказы, на российском рынке бренд хорошо знали, а вот необходимости в магазине онлайн-формата тогда у меня не было. Вместе с развитием бизнеса росли и мои амбиции. Пришло четкое понимание: нужны масштабирование и ребрендинг. Так в 2018-м появилась моя новая марка — «Extravaganto». Она идеально подходит современной деловой девушке, у которой есть чувство стиля и тонкий вкус, той, кому важен не только статус, но и ощущение свободы, желание жить динамично. Затем был открыт первый магазин, так как многим покупателям все-таки важно примерить понравившуюся модель, тактильно ощутить свойства ткани. В июле этого года мы переехали в ТЦ «Красный экспресс», и именно в этом месте я стала чувствовать себя, наконец-то, как дома: прихожу сюда и словно отдыхаю душой.

**Ассортимент.** Думаю, это мое предназначение — создавать именно женские вещи: платья, блузки, жакеты, пиджаки, костюмы. Я точно знаю: если марка не ограничена ассортиментом, количеством стильных предложений и вариантов, то каждый покупатель может найти среди вещей вариант для себя, выбрать свою цветовую гамму, создать свой образ, который сложно будет повторить. Мы предлагаем стиль, элегантность, возможность быть деловой леди и романтичной натурой, дамой, нацеленной на карьеру, и девушкой, спешащей на свидание. Отличительные черты нашей дизайнерской одежды — уникальность и неповторимость. Женщина наполняется искренней благодарностью и будто начинает светиться, когда советуешь ей образ,



Пошив под заказ — изготовление понравившейся модели **В ЛЮБОМ ЦВЕТЕ** и из любой ткани в течение **3-Х ДНЕЙ.**

подходящий безусловно. Это замечательно и для меня действительно очень важно.

**Целевая аудитория.** Думаю, именно поэтому мою одежду выбирают женщины от 27 до 50 лет, статусные, умные, состоявшиеся, прекрасно знающие, чего они хотят, имеющие перед собой четкие цели. Для таких людей слово «качество» вовсе не пустой звук — вот почему наша марка уверенно гарантирует высочайший

уровень тканей и пошива изделий.

**Вдохновение** — вечный спутник всех творческих людей. Чаще всего я нахожу вдохновение по дороге на работу, когда случайно замечаю что-то необычное. Источник вдохновения можно найти в самых простых вещах, которые мы порой не замечаем, и, конечно, в красоте, искусстве, вечном, как мир, женском очаровании, в той радости, которой наполнена женщина,



одетая в идеальное платье. Красота — вокруг нас. А еще главный мой вдохновитель и муза — моя дочь, у которой с детства прекрасно развиты чувство стиля и вкуса.

**Цены.** Я понимаю, что для достижения успеха нужно быть ближе к своим потенциальным покупателям, не гнаться за безумным эксклюзивом, который мало кто сможет себе позволить. Да, мы работаем в среднем ценовом сегменте, но в то же время уже приходит осознание того, что наша потенциальная аудитория готова платить и больше — за качество, за стиль, за сервис.

**Успех.** Нужно всегда быть в движении, в поисках нового создавать вещи, способные радовать и тебя, и покупателей, от которых ты получаешь восторженные отклики. Качество — рядом! Просто не все знают об этом. Отдаваясь своему производству полностью, я на все сто уверена в своей марке, знаю, что нужно каждой девушке, и даю ей это. Не мыслю для себя занятие никаким другим делом.

 EXTRAVAGANTO

ул. Красноармейская, 101 а  
(ТЦ «Красный Экспресс»),  
тел. 8-905-992-84-12, extravaganto.ru,  
@extravaganto\_official



Отдел Cedar Immuno в фирменном магазине «Сибирский Кедр» (ул. А. Беленца, 9/1)

# Иммунитет от природы

*Концепция здорового образа жизни привлекает все больше сторонников, людей молодых и зрелых, мечтающих жить наполнено и счастливо. Сегодня популярным становится заниматься спортом, принимать добавки, без сожаления отказываться от вредных привычек. Команда «Сибирского кедра» задумалась, как может помочь томичам на пути к крепкому здоровью. Так родилась философия концепта Immuno.*

## ФИЛОСОФИЯ CEDAR IMMUNO

При создании проекта было очевидно, что просто ввести линейку новых продуктов в ассортимент не получится — нужно выделить продукты, объединить их, придать идее целостность. Подумав, команда из «Сибирского кедра» решила создавать в магазинах отдельную зону — Cedar Immuno, где будут сибирские натуральные продукты, помогающие держать иммунитет на высоком уровне. Зону выделили в желтых, солнечных тонах — цвете, напоминающем золотистое кедровое масло, мед. Цвет, ассоциирующийся с жизнью, активностью, действиями. Многие покупатели уже привычно включают в свой повседневный рацион продукцию «Си-

бирского кедра», зная, какую поддержку организму оказывает регулярное употребление природных продуктов с гарантированным качеством.

## ПОМОЩНИКИ ДЛЯ ИММУНИТЕТА

Уже более 20 лет эко-фабрика создает продукты. И сейчас, начиная выпускать продукцию для иммунитета, компания на первое место ставит природу, ингредиенты, взятые от нее и сохранившие все полезные свойства в своем составе. Главный принцип — найти поставщиков, которые смогут обеспечить высшее качество сырья. Иммуно-продукты станут отличным подспорьем для тех, кто осознает важность сохранения своего здоровья. В ближай-



МАСЛО КЕДРА ХОЛОДНОГО ОТЖИМА.

Для того, чтобы убедиться в качестве своего продукта, «Сибирский кедр» отдает их на лабораторные исследования. Например, для кедрового масла основные показатели качества — это кислотное и перекисное число. По результатам исследования масло «Сибирского кедра» показало максимальные результаты:

Кислотное число — 0,52 КОНг

при ГОСТе не более 4 КОНг

Перекисное число — 4,9 м мольг

при ГОСТе не более 10 м мольг.

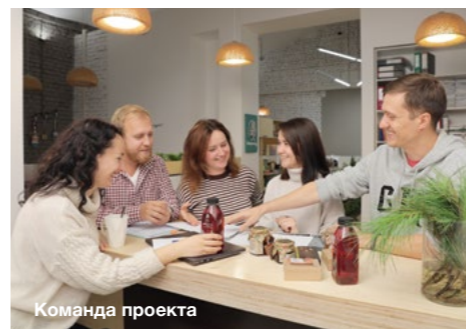
Чем лучше показатели, тем меньше вероятности присутствия в масле канцерогенных веществ, которые образуются в результате окислительных процессов.

На эти процессы еще влияет доступность масла к солнечным лучам и соблюдение температурного режима. Поэтому масло «Сибирского кедра» выпускается в темном стекле и коробках.

Также компания проверяет Wellixir, пастилу, мед и другие продукты.

ший месяц в отделах Cedar Immuno будут представлены:

- травы ручного сбора — 13 видов трав, самых важных для поддержания иммунитета, собранных на Алтае, цельно-листовые, естественной сушки,
- мед — дальневосточный и алтайский: донник, дягиль, липовый, эспарцет, таежный, акациевый, иван-чай, разнотравье, гречишный, с иммунными добавками,
- особые чаи — курильский, чага-чай, гречишный, иван-чай, саган-дайля, чабрец, специальные сборы,
- кедровый орех и сыродавленное кедровое масло,
- шишковое варенье, пастила с повышенным содержанием полезных веществ,
- Wellixir — новый уникальный продукт для иммунитета,



Команда проекта

«Мы снова и снова обращаемся к натуральному вкусу, соединяя старинные традиции и современные реалии, показываем и рассказываем, как просто и без особых затрат каждый день давать силы своему организму, помогать быть активным и полным сил. Это экологично, полезно, очень вкусно и доступно каждому».

- другие новинки, находящиеся сейчас в разработке.

## ВСЕ ПОД КОНТРОЛЕМ

Предлагая свои «живые» продукты, «Сибирский кедр» продолжает заниматься личным контролем производства — от поиска подрядчиков и персонального знакомства с ними до контроля сбора, фасовки и хранения. Компания вышла на пасечников и травников, собирающих мед и травы вручную, в естественной среде. Сотрудники компании приезжают к ним в хозяйства (в том числе на Алтай), наблюдают за процессом, сбором меда, выращиванием и сушкой трав. Например, от качества сушки травы зависит сохранность эфирных масел и активных компонентов в ней.

Такой подход дает уверенность в натуральности и чистоте состава, когда

Wellixir — водный экстракт пихты сибирской. Антиоксидантный напиток замедляет окислительные процессы в организме, которые являются причиной заболеваний. Бережная технология обработки хвоинок паром позволяет сохранить полезные вещества, способные замедлить разрушение здоровых клеток организма, способствует профилактике заболеваний, очистке от токсинов и ускорению метаболизма. В 100 мл напитка содержится 102% суточной нормы витамина С и 25% флавоноидов в виде витамина Р. Wellixir с чагой улучшает работу желудочно-кишечного тракта и укрепляет иммунитет.



состав меда полностью соответствует тому, что указано на упаковке, без примесей и фальсификации, что часто можно встретить на рынке. Подход дает возможность быть уверенными, что травы собраны целные, без сорняков, в чистом районе, а не на загрязненном, обессточенном поле, рядом с заводом или городской дорогой, например.



ВЯЧЕСЛАВ ПЕТРОВ,  
ПАСЕЧНИК

Алтайский мед считается одним из самых экологически чистых и полезных, благодаря нашей уникальной природе. У нас замечательные условия для выращивания лекарственных трав и цветов. В нашем крае много различных, богатых медоносов. В основном пчелы собирают нектар с малины,

шалфея, мяты, иван-чая, лабазника, чабреца, клевера, шалфея, зверобоя, тмина, василька, душицы, одуванчика, ромашки и многих других.



ЕКАТЕРИНА,  
АЛТАЙСКАЯ ТРАВНИЦА

Уникальность наших трав состоит в том, что они собираются на наших собственных угодьях, на которых не осуществляется выпас скота, рядом нет посевных полей, обработанных агрохимией. Мы даем растению высохнуть естественно, сохранив максимальное количество пользы, не подгоняя его. Только естественная вентиляция и летнее тепло. Важен и ручной сбор, который гарантирует отсутствие каких-либо посторонних добавок в составе.

@siberia.eco

Открытие уголка 30 октября  
в магазине на ул. Беленца, 9/1.  
Всех ждем в гости!



ул. А. Беленца, 9/1 @siberia.eco

# Открывающая пространство

*Много ли в Томске мест, сочетающих городской комфорт с близостью к природе? Или современный шик в историческом интерьере? Директору международной IT-компании Наталье Крамаренко удалось создать новые необычные локации под единым проектом «Место в Томске», который она называет своим хобби.*

река, воздух, земля — это «Биосфера». Под стать имени заказали шатер-полусферу. Так, в июне открылся эко-клуб с концепцией «природа в центре города».

На улице — сцена, терраса, мангальная зона. Первые посетители быстро разнесли молву о новом месте. И началось: свадьбы и детские праздники, концерты, мастер-классы, дни рождения, лекции, банкеты и конференции. Здесь также проводили день клиента, выставки, корпоративы. Бизнесу выгодно: уникальный формат и транспортная экономия.

— Мою идею томичи приняли с энтузиазмом, я получила много благодарных отзывов. Гости очень довольны — много места, свежий воздух. Поверьте, любое мероприятие уместно на природе.

## Лофт-клуб «Мезонин»

Еще до «Биосферы» Наталья искала уютное закрытое пространство, и нашла в здании мэрии на пр. Ленина, 73.

— Во время ремонта мы обнаружили старинные арки, и сразу расхотелось просто сдавать этот офис. Мы легких путей не ищем, начали профессиональную реставрацию! (Смеется). Полностью заменили полы, потолки, отопление, окна и двери. Всё это очень ресурсоемко для исторических зданий.

Для дизайна выбрали шик-лофт: камерная атмосфера, роскошный интерьер с подсветкой, бархат, зеркала, металл... «Мезонин» — клуб для частных мероприятий до 30 человек: фотосессий, праздников, мастер-классов, образовательных, деловых и творческих встреч, также в нем комфортно общаться «без галстуков».

— Планируем открыть «Мезонин» этой осенью. Там было обыденно, а сейчас заходишь — лощеный 130-летний кирпич, помещение не узнать. Когда я берусь за пространство — я обязательно делаю его лучше.

\*\*\*

— С удовольствием развиваю проект «Место в Томске»! Обязательно будут благотворительные мероприятия — для тех, кто не может многое себе позволить. На какие-то творческие встречи уже сейчас пускаем бесплатно. Мой проект — со смыслом и с пользой. Я вижу, что люди это понимают, и чувствую их отклик.

mestovtomske.ru  
@mestovtomske  
тел. +7-983-342-6202

Букист: Мастерская Цветаева @svetaevatomsk  
Мушкетер: Юлия Ивановна @yuliyainyuk  
Одежда: Extravaganto @extravaganto\_official



## Эко-клуб «Биосфера»

Пышная зелень, эффектный геокупол, удобный спуск к реке и все блага цивилизации — эко-клуб «Биосфера» идеален для мероприятий на открытом воздухе.

— С моей занятостью жаль тратить время на дорогу за город, и я искала место поближе для мероприятий на природе. Неожиданно нашла участок на продажу прямо за «Изумрудным городом», на берегу Ушайки... и купила.

Землю на Войлочной, 3 привели в порядок. Название родилось само собой:



Коттедж в Северном парке для молодой семьи с двумя детьми



Дизайнер: Салгон-красоты So Beauty @sobeaauty\_kotnye  
Мушкетер: Снежана Котикова @ajika\_plda

— Мои родители окончили ТИСИ, папа всю жизнь проектировал, строил и оформлял пространства. Получается, это гены, а с ними сложно бороться, — объясняет, улыбаясь, томский дизайнер интерьеров Анастасия Огрызкова.

# В направлении современности

В ее портфолио реализованные дизайн-проекты любой сложности. Деловые и частные интерьеры в стилях лофт и минимализм, классика и винтаж. Сегодня Анастасия превращает «типичный офис из 90-х» в лофт-клуб «Мезонин», где в современном элегантном интерьере пересекаются целые эпохи.

— Расскажите, что из себя представляет «Мезонин», чем вас привлекает это пространство?

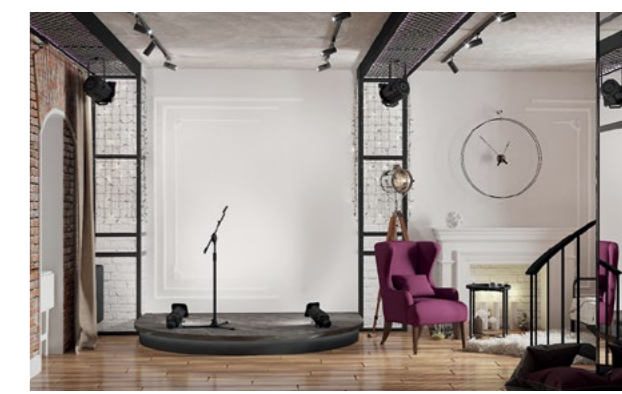
— Прежде всего тем, что оно находится в старинном здании. При подготовке помещения к ремонту в нем обнаружили несколько исторических слоев: под гипсокартоном — штукатурку 60-х, сняв ее — дошли до модной в 30-е годы мелкой плитки, а когда убрали и ее, то добрались до кирпича XIX-ого века. Собственники помещения решили сохранить его и отреставрировать. Отсюда и родился дизайн-проект пространства — небольшого, уютного, комфортного. Захотелось подчеркнуть его камерную, изысканную атмосферу. В нем будет лаунж-зона и уютная гостиная со сценой. Думаю, здесь будет здорово проводить как дни рождения и торжества, так и концерты, литературные вечера и деловые встречи.

— Какие моменты особенно привлекают вас в работе? С какими сложностями приходится сталкиваться дизайнеру?

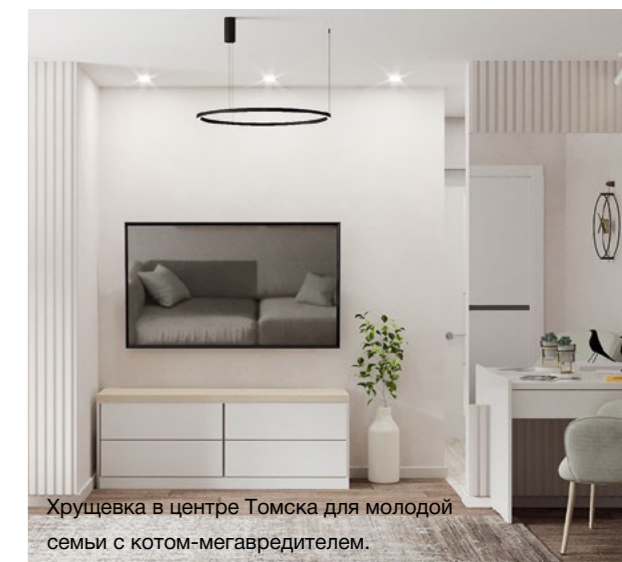
— Самый приятный момент — это, конечно, завершение. Когда интерьер реализуется в жизни, и в него заезжают довольные клиенты. Всегда переживаю за каждый проект и каждым горжусь. Даже если это небольшие объекты, как ванная или лоджия. А сложности бывают в любой работе. Дизайнеру профессионально не просто выжить в современном мире, если он не подкован во всех сферах деятельности. Надо предусмотреть все: от толщины листа гипсокартона и стяжки, плотности кирпича до состава ткани на подушку и оттенка света лампочки, а также много других составляющих: отопление, кондиционирование. Чтобы быть в тренде, я постоянно развиваюсь — посещаю конференции, изучаю новейшие материалы.

— Что служит для вас вдохновением и творческим стимулом в работе?

— Вдохновение — это что-то неосознанное и необъяснимое. Бывает, шесть раз открываешь исходные данные — не идет. А вот если хорошенько взяться, вклю-



Дизайн-проект лофт-клуба «Мезонин»



Хрущевка в центре Томска для молодой семьи с котом-мегавредителем.

чить здравый смысл, применить опыт и знания — работа спорится. Главное — начать. Ну, а самый большой стимул — довольные клиенты и новые интересные заказы.

ART VIEW  
ДИЗАЙН  
ИНТЕРЬЕРА

тел. +7-913-802-91-01, @av\_design\_

По данным международной организации по стандартизации ISO более 30 000 компаний прошли сертификацию системы менеджмента безопасности пищевой продукции ISO 22000. Такая проверка охватывает все элементы цепочки пищевого производства и поставщиков, влияющих на безопасность конечного продукта. Стандарт определяет требования к системам менеджмента безопасности пищевых продуктов.

# Системный подход

О том, какие цели преследовала компания «Сибереко», недавно получившая сертификат соответствия, мы узнали из интервью с Алиной Петиченко, генеральным директором компании АНО «ММКС» (Международный менеджмент, качество, сертификация) и Иваном Гусаковым, директором компании «Сибереко».

**— Расскажите, что изменилось в деятельности компании?**

**Иван:** Вместе с коммерческим директором Максимом Максимовым мы прошли обучение в ММКС по менеджерским технологиям. У нас был бардак, но ММКС подсказал нам, как этот бардак систематизировать. Нас подготовили, мы привели в порядок наше производство в соответствии с международным стандартом качества, прошли сертификацию и получили сертификат ISO 22000. И теперь перед нами открыты двери в любые международные, европейские и российские сети.

**Алина:** Стандарт — это не только подтверждение соответствия высоким критериям, но и алгоритм построения успешного бизнеса. Большинство компаний на старте не задумываются о системном подходе и долго управляют по интуиции. А степень внутренней зрелости «Сибереко» гораздо выше, чем ее реальный возраст. Во-первых, здесь все — приверженцы идеи здоровья. Во-вторых, здесь имеется системный подход. И третий



фактор — собственники бизнеса болеют за свое дело. Отказавшись от формального подхода, они пришли к реальным улучшениям. За прошлый год пять продуктов «Сибереко» добились признания, войдя в число «100 лучших товаров РФ», а сейчас компания получила международный сертификат безопасности производства и продукции. На мой взгляд, продукт, который они создают, стал лицом Томска благодаря их искренней заинтересованности в том, что они делают.

**— Получение сертификата как-то отразилось на работе сотрудников «Сибереко»?**

**Иван:** Появилась система, позволяющая расти дальше и масштабироваться.



## СЕРТИФИКАТ СООТВЕТСТВИЯ ISO 22000

Это преимущество в конкурентной борьбе, поскольку он говорит клиентам, что безопасность пищевой продукции обеспечена. При этом мировая и российская практика показывает, что предприятие, внедрившее стандарт ISO 22000, достигает более высоких финансовых результатов благодаря оптимизации бизнес-процессов и системному подходу к управлению.

Теперь у нас на каждом этапе производства появились ККТ — критические контрольные точки (температурный режим, влажность и другие). По ним каждый сотрудник видит, что происходит у него в производственном процессе. А аудитор смотрит на наличие и сертификацию приборов, показывающих и отслеживающих ККТ, сроки их эксплуатации и т. д. Еще одна задача наших сотрудников — подавать идеи об улучшении процессов.

**Алина:** Мой визит в компанию позволил мне увидеть у людей на местах ответственность за производство безопасного продукта, работу в команде и понимание, почему они должны действовать именно так. Например, на пищевых производствах категорически запрещены украше-

**СОТРУДНИКИ «Сибереко»  
соблюдают эти УСТАНОВКИ, и это  
дает им право гордиться продуктом,  
КОТОРЫЙ они производят**



ния, длинные ногти, так как несоблюдение этих правил может нанести вред людям, купившим твой продукт. Сотрудники «Сибереко» соблюдают эти установки, и это дает им право гордиться продуктом, который они производят. Гордиться на уровне руководства или собственника — легко, но когда это происходит на уровне исполнителя — невероятно ценно.

**Иван:** Построение правильной коммуникации и мотивации всех сотрудников компании — главный момент в процессе структурирования бизнеса. Когда каждый член команды начинает понимать важность своей роли на производстве, происходит трансформация и действительно глобальные изменения в системе менеджмента качества. Сертификат — ежегодная история, и его получение — это изменение всего стиля жизни, база, на основе которой мы будем развиваться.

**— А что включают в себя современные тенденции развития бизнеса?**

**Алина:** Сегодня в тренде — устойчивое развитие. Согласно концепции тройного критерия (англ. Triple bottom line), бизнес строится на трех китах — планета, люди и прибыль. Это значит, что предпри-

ниматели и менеджеры должны учитывать не только финансовые показатели, но и социальные, экологические результаты деятельности компании. Сейчас в такой концепции работают такие мировые лидеры, как Mars Incorporated, LEGO Group, Ben&Jerry's, корпорация Starbucks и другие. «Сибереко» — единственная компания в Томске, которая полностью соответствует тренду: она несет идею здорового образа жизни и разрабатывает продукцию с учетом экологичности. При этом ее цена не превышает рыночную.

**Иван:** Данная стратегия дает преимущество: теперь не ты ищешь партнеров, а с тобой хотят сотрудничать, потому что верят в тебя и твой продукт. Это не ты нанимаешь ценные кадры, а люди хотят работать — не НА ТЕБЯ, а С ТОБОЙ. Ты направляешь энергию на то, чтобы твой продукт был классным, чтобы людям было хорошо, а не думаешь, как бы обойти систему. Хочу отметить, что компания ММКС помогла нам в становлении на этот путь.

**— Хорошо ли знакомы томиичи с продукцией «Сибереко»? Планируете ли вы открыть точку продаж,**

**ваше особое место, где жители Томска смогут познакомиться с вашей продукцией?**

**Иван:** На томском рынке у нас все отлично, кроме одного — нас копируют: и наши продукты, и нашу упаковку. Хочется предупредить покупателей, чтобы они были внимательны и опасались подделок. А коллегам хочется пожелать найти свою индивидуальность.

В октябре мы открываем первую фирменную точку. Это будет эко-пространство, где жители Томска смогут попробовать все наши напитки. Также там будет представлен весь ассортимент продукции «Сибереко» и продукция наших партнеров-производителей, которые делают классные вещи. Например, от «Рекламного Дайджеста» у нас будут представлены уникальные книги, расписные лошадики — символ нашего города и еще много интересных сувениров. Мы всех ждем в октябре по адресу: проспект Фрунзе, 46!

**СИБЕРЕКО**

г. Томск, ул. Мокрушина, 9, стр. 30,  
тел. 20-10-40  
sibereco.com, @sibereco

*MiniDino — рожденный в Сибири бренд детской одежды, не похожий ни на один другой. За что его ценят родители? За функциональность, легкость, удобство и гарантированное качество. А почему в восторге дети? Для них это не только одежда, но и вид игры, способ с помощью своей богатой фантазии «попасть» в удивительный мир, где живут существа, похожие на сказочных драконов.*

# Начало эпохи динозавриков

Уже 4 года команда MiniDino продолжает успешное завоевание рынка детской одежды. Ассортимент бренда, который в 2016 году начинался с выпуска небольшой партии курток-динозавриков, расширяется с каждым годом. К верхней одежде, которая успешно была протестирована в условиях сибирских морозов, сегодня добавились динофутболки, динокомбинезоны, динопижамы и динохуди. Приятным событием для многих мам стало появление у MiniDino коллекций для мам: утепленные куртки и жилеты, удобные трикотажные вещи и базовых оттенков и выполненные в сочных и ярких цветах. Отправляясь на прогулку с детьми, теперь можно без проблем создавать интересные и яркие образы в стиле фэмили лук.

## Динозавоевание городов, стран и сердец

И все же главным событием для MiniDino этого года стало открытие точки продаж изделий бренда в Москве. Напомним, что одежда томского производства успешно завоевывает российский рынок, оценили маленьких динозавриков и за рубежом — одежда бренда высылается в разные страны мира. Такие успех и признание, считают основатели бренда, это не просто повод для гордости, но

желание постоянно повышать планку, все время стремиться к новым целям. За полгода столичный магазин успел убедить москвичей, что их детям всегда будет тепло и комфортно в уникальных комбинезонах и курточках. Ведь кто лучше сибиряков знает, как не замерзнуть в морозные дни? Покупатели, которые раньше приобретали одежду в онлайн-формате, давно просили открыть точку в Москве, чтобы была возможность примерить одежду, посмотреть и потрогать ее.

Когда открывался первый магазин в Томске, вспоминают сегодня его создатели, никто не предполагал, что их ждет настолько успешный взлет. С каждым днем MiniDino раздвигает свои границы, строит планы на расширение и не останавливается на достигнутом. «Большая работа — высокие результаты» — вот главный девиз бренда. На сегодняшний день компания состоит из огромного штата суперталантливых людей. А ведь когда-то ее яркую и интересную историю, благодаря любви к своим детям и желанию дать им самое лучшее, начали писать три молодые мамы. И сегодня руководители MiniDino продолжают заряжать своей мощной энергетикой каждого своего сотрудника. Каждый день планы все грандиознее, а цели масштабнее. Когда-нибудь бренд на самом деле захватит весь мир!



## ДИНОМОДА

Зимняя линейка 2021-2022 состоит из капсульных коллекций, базовых изделий: куртки, комбинезоны, полукомбинезоны, зимние брюки.

Капсульная коллекция «Colourblock» — это яркая и стильная одежда для спорта и для повседневных прогулок. Комбинезоны имеют утепленный подклад и обладают повышенной износостойкостью, поэтому ребенок всегда может оставаться активным во время игр в снегу.

Коллекция «Super» — теплая линейка комбинезонов. В ней также уделено внимание износостойкости, поэтому области колен и локтей усилены.



Все ФАСОНЫ создаются так, чтобы ребенку было КОМФОРТНО и ТЕПЛО. Каждая деталь продумывается до МЕЛОЧЕЙ.

## Динопринципы

Почему качество одежды здесь всегда остается на высоте, объясняется просто. Во-первых, коллекции разрабатываются собственным дизайнерским отделом и согласовываются с руководством. Во-вторых, каждое изделие досконально тестируется на детях руководителей. Они носят вещи примерно сезон, и если что-то не так, дефект подлежит исправлению. Только после этого одежда идет в массовый пошив. Например, новую зимнюю коллекцию 2021-2022 отшивали порядка 20 раз, чтобы довести до идеального состояния.

При создании этой линейки дизайнеры вдохновлялись современными тенденциями: так, выбор цветовой гаммы зависел не только от моды, но и от практического желания, чтобы на них не были видны загрязнения. Все фасоны создаются так, чтобы ребенку было комфортно и тепло, на рукавах пришиваются специальные резиночки, защищающие от попадания снега, на штанах — манжета. Каждая деталь продумывается до мелочей.

Бренд рекомендует брать изделие на вырост, поэтому каждая вещь создается так, что ее можно подвернуть, и при этом она будет смотреться не менее стильно. Зато на следующий год ребенок вырастет, и комбинезон или куртка будут ему идеальны по размеру. Так ребенок без проблем относит вещь с неизменно отличным качеством несколько сезонов.

В огромном количестве отшиваются и вяжутся аксессуары — шапки, варежки, снуды, в которых не страшны сибирские морозы. Многие коллекции, которые быстро расходятся, могут дошиваться, если имеется спрос, — бренд всегда чутко реагирует на запросы потребителей.

## Масштабные динопланы

Сейчас команда MiniDino планирует перезапустить сайт минидино.рф. В обновленную версию сайта будет входить онлайн-примерка и улучшенная форма показа изделия.

К 2022 году бренд намерен открыть еще 2 розничных магазина в других



российских городах. С интересом воспринимает его команда и тему коллабораций. Так, со школой танцев «Юди» была выпущена коллекция спортивной одежды для активных детей. MiniDino постоянно сотрудничает с блогерами. В этом году ими была презентована небольшая капсульная коллекция школьной одежды из рубашки, брюк двух расцветок и школьного платья. В будущем линейка будет расширяться.

Главная цель компании — одеть всех детей страны в качественную сибирскую одежду и никогда не останавливаться в развитии.

  
MINIDINO

www.минидино.рф

@minidino\_official

Москва, ш. Энтузиастов, 1, к 1;

Новосибирск, ул. Дуси Ковальчук, 248;

Томск, ТРЦ «Изумрудный город» (3-й этаж);

Кемерово, пр. Кузнецкий, 33/1





# Путешествие в шоколадный мир

— Нас часто спрашивают: «А разве шишку можно есть?». Отвечаем: «Не только можно, но и нужно — она ведь полезная». А бывает, что на экскурсиях люди подают интересные идеи для производства. Как-то одна женщина предложила делать мармелад с клюквой — прямо целую ягодку класть, когда заливаем форму. У клюквы же прикольный эффект: когда ее ешь — она лопается. Классная идея! Попробуем обязательно.

Без обратной связи совершенствовать продукт и развивать бизнес невозможно, уверен Игорь Резников, руководитель компании «Территория тайги». Нужно и делом заниматься, и клиентов слышать. Поэтому месяц назад в компании появилось новое направление работы — экскурсии на производство.

— Мы к этому не сразу пришли: у нас очень много секретных запатентованных продуктов и рецептов. Но мы решили показать потребителям нашу честность и всю чистоту производства. Уже проводятся два вида экскурсий — «Один день из жизни сосновой шишки» и «Как шишка в шоколад попала». Первая подается в более серьезном ключе,



а вторая — в сказочном, максимально интересном детям. Компания сотрудничает с экскурсионными бюро, но нередко в «Территорию» обращаются уже и напрямую. Возраст посетителей самый

разный, но, конечно, маленьким гостям особенно интересно посмотреть, как делают сладости. За месяц мы приняли 15 экскурсий, и к каждой встрече с людьми подходим ответственно, максимально вовлекаемся в процесс. Гиду не знает многих нюансов нашего производства, а мы знаем о нем всё, поэтому идем рядом и тоже что-то рассказываем, показываем, отвечаем.

Не только посмотреть, но и попробовать: на каждой экскурсии в «Территории тайги» проходят большие дегустации. И каждый раз здесь стараются придумать что-то новое, чтобы и экскурсантам, и организаторам было интересно. Например, если компании просят провести для своих сотрудников знакомство с фабрикой с учетом их идей, им всегда идут навстречу. Бывает, что гости перед началом экскурсии бывают настроены достаточно скептически, не ожидая увидеть или узнать ничего нового или удивительного, — это очень заметно. А вот выходят оттуда с горящими глазами и большим желанием что-нибудь приобрести.

Экскурсии для «Территории тайги» — проект некоммерческий: почти все полученные средства уходят на организацию дегустаций и на экипировку посетителей — халат, шапочка, бахилы и перчатки, как на производстве.

— Наша задача — показать клиентам, как мы делаем продукцию, чтобы они смело могли покупать ее в магазинах. Мы открыты для людей, они видят, с какой энергией и отдачей мы делаем свое дело, и начинают понимать цен-



Ph: Варвара Батурина @photoketta



ность нашего продукта. А после экскурсий сколько у них эмоций — они передаются нам! И мы понимаем: людям это нравится, значит, мы на правильном пути.

Через пару месяцев можно будет увидеть, как на «Территории тайги» перерабатывают кедровый орех, купажируют травяные чаи и варят мыло. А еще в планах — мастер-классы по мыловарению и «уроки шоколада», на которых каждый желающий сможет попробовать себя в роли профессионального шоколатье. Специальное оборудование для изготовления шоколадки — с жидкой начинкой, цветной или в форме ореха — здесь уже имеется.

## Шоколадные факты от Игоря Резникова:

✓ Для кедровых конфет используется только качественный бельгийский шоколад: темный, молочный и белый, а шоколадом с заменителем сахара мы покрываем возможно, единственные в мире кедровые конфеты без сахара. Одна из причин, почему мы стали делать такие конфеты — сильная аллергия моей дочки на пальмовое масло и на некоторые добавки в магазинных сладостях. А любые наши конфеты она ест спокойно.

✓ В наших конфетах только мед, орехи и шоколад. Для разных вкусов добавля-



Мы открыты для людей, они видят, с какой **ЭНЕРГИЕЙ** и отдачей мы делаем свое дело, и начинают понимать **ЦЕННОСТЬ** нашего продукта.

ем настоящую ягоду — клюкву, бруснику, чернику, землянику. Нет никаких вредных химических добавок и консервантов. В нашем варенье тоже ничего лишнего, а консерванты — сахар и лимонный сок. Все натуральное, данное нам природой.

✓ Суть нашего бизнеса — желание приучить людей к здоровым продуктам, как бы высокопарно это ни звучало. С 2014 года мы придерживаемся данного вектора развития. Ну, и конечно же, в основе нашего дела — любовь к природе и желание вести здоровый образ жизни.

✓ Сегодня продукцию «Территории тайги» знают даже в Новой Зеландии. Отправной точкой успеха стало участие в феврале 2018 в одной из самых крупных выставок в России — «Продэкспо». Это было начало нашей карьеры — мы «привезли» оттуда первых оптовых клиентов. Сейчас мы вышли за пределы не только региона, но и России: Германия, Болгария, Китай, Молдова, Казахстан, Украина, Киргизия...

✓ С начала прошлого года мы открыли свои магазины на территории Сибири, но оптовое направление и экспорт тоже развиваем. И на маркетплейсах мы хорошо продаемся, наша «Птичка-томичка» там очень популярна. Вообще маркетплейсы — отличный маркер. Если то, что ты делаешь, людям не понравится, тебя закидают плохими отзывами. А у нас число повторных продаж растет, число первичных клиентов — тоже. Значит, мы делаем хорошую продукцию.



Эколавка «Территория тайги», ул. Красноармейская, 101 а (ТЦ «Красный экспресс»), пр. Ленина, 97 а (ТЦ «Искра»), пр. Мира, 27 а, ул. Сергея Лазо, 3 г, пр. Комсомольский, 58, ул. Энтузиастов, 33 (мкр. Зеленые горки), ул. Марины Цветаевой, 28 (мкр. Северный парк), тел. 8 (3822) 202-582, территориятайги.рф @ tayga.market

# Томское «Черное золото»

*Кажется, о шоколаде Оксана Круглыхина может говорить бесконечно. Она знает о нем все, потому что влюблена в продукт, который создает. Основатель марки «VeleNa» всегда мечтала познакомить весь мир со вкусом, который может подарить только настоящий шоколад.*



— Оксана, благодаря вам в Томске появился островок релаксации и спокойствия, куда приходят за волшебным шоколадом и конфетами, за возможностью просто выпить чашечку горячего напитка. Идея полностью ваша?

— Бренд, рецептуры, дизайн и все, что есть в салоне — это полностью авторский проект и, безусловно, моя команда, которой я очень благодарна, люди, стоящие в тени безупречно проделанной работы. Дизайнер интерьера Татьяна Копыткова и художник-дизайнер Татьяна Лаврентьева, бариста-шоколатье Максим Чернышев, помощник шоколатье Наталья Баранова, партнер CEO Данил Бобров, фотограф контент-мейкер Олеся Барышева. BEAN-TO-BAR (контроль от боба до плитки) — это философия, которой мы придерживаемся сегодня, подразумевающая отслеживание качества на каждом этапе. Она начинается напрямую от поставок фермеров Перу, Венесуэлы, Индии и Эквадора. Для создания шоколада VELENA мы используем эксклюзивные сорта: Мараньон, Гуасаре, Сур де Лаго, Керала, Фина де Арома. Мы их обжариваем, перемалываем в течение 72 часов, потом выстаиваем от двух недель, как сыр. В итоге в нашем шоколаде всего три компонента: какао-бобы, тростниковый сахар и природный серотонин. Природная польза в каждой плитке! Непередаваемые, сильные и яркие эмоции, возможность зарядиться энергией и побыть наедине с собой и своими мыслями в компании ароматного горячего шоколада.

— А зачем в шоколад нужно добавлять серотонин? Вообще, это ваше ноу-хау?

— В этом году мы получили патент на первый в

## Интересные факты о шоколаде VELENA:

- Плитки шоколада Велена доступны в 35 г и 65 г. 35 г — суточная норма, рекомендуемая нутрициологами, а 65 г — плитка, которую вы можете разделить с любимым человеком или позволить себе чуть больше в нужные моменты.
- Уникальная форма и рисунок плитки шоколада символизирует позитивную матрицу.
- Можно употреблять во время кето-диеты.
- Горячий напиток на основе дикого шоколада с природным серотонином с добавлением кокосового, миндального и классического молока.



мире шоколад с природным серотонином. Серотонин, известный как гормон счастья, в организме человека играет важную роль и вырабатывается головным мозгом и желудочно-кишечным трактом. А мы используем природный серотонин — побеги облепихи — в каждом нашем шоколаде его примерно 2%. Меня давно интересовало, как можно повысить продуктивность нашего мозга, как быть всегда в движении, как получать удовольствие от жизни и быть максимально счастливыми с помощью продуктов природного происхождения. Однажды в Индии ко мне пришло понимание: а почему бы не соединить серотонин с шоколадом? Теперь он есть во всех видах VELENA — это принципиально.

— Почему решили заниматься таким необычным продуктом?

— Мое детство практически прошло на кондитерской фабрике, где работал мой папа. Так что первая любовь случилась уже тогда. Изначально это не было моей

специальностью, но в 2017 году я стала профессионально заниматься шоколадом. В 2019 году подала патентную заявку, в январе 2020 года мы изготовили первую плитку, а уже с марта того же года встречали гостей на Кирова, 40, в нашем салоне. Папа, кстати, был в восторге от моего продукта.

— Среди вашей продукции, есть конфеты с довольно необычным названием...

— Да, не все понимают, почему мы наши трюфели называется «Соски Венеры». Это не хайп, а напоминание о ценности женщины, о необходимости заботы о женском здоровье. Коробку с этими конфетами можно подарить своей маме, сестре, подруге, чтобы сказать ей: не забывай о том, что ты женщина, и тебе надо думать о себе.

— А шоколад для мужчин тоже есть?

— У мужчин уникальное вкусовое

небо со 137 рецептурами, и только они могут различить богатую палитру шоколада сорта Мараньон. У нее очень длинный вкусовой диапазон, который начинается с табачных нот, погружая в разнообразие вкусов и раскрываясь в течение получаса апельсиновыми и цветочными нотами. Подарить такой шоколад — тоже означает проявить заботу о любимом человеке.

— Вы планируете выйти со своим шоколадом на мировой рынок?

— Мы двигаемся в этом направлении и получаем такие заказы. Я творец, могу создать продукт. А еще я знаю, что наш шоколад, выбранный в качестве подарка, говорит о статусности дарителя, о его умении выбирать только лучшее и самое качественное, о его вкусе и желании проявить заботу о близких.



Миах: Наталья Арнянгина @arnyangina

Первый в мире  
ЗАПАТЕНТОВАННЫЙ шоколад  
с природным СЕРОТОНИНОМ



Салон шоколада VELENA,  
пр. Кирова, 40, тел. +7-800-250-51-55,  
velenachocolate.com, @velena\_chocolate

# Карамельки для счастья



Образа: DAISYKINIG, @daisy\_kinivgar  
Муляж: Юлия Иванюк, @yulivanulyuk,  
Наталья Арнянгина, @anynangina

*Карамель называют королевой всех сладостей, ее вкус знаком каждому с детства. А вот такая профессия как карамелье — большая редкость для Томска. И все же в нашем городе есть умелицы, создающие это вкусное лакомство по традиционному рецепту. «Томские карамельки» — первая в Сибири карамельная мануфактура и настоящий рай для сладкоежек!*

Владелицы Динара и Дарья — профессиональные карамелье. Все началось в 2019 году, когда в Европе Динара своими глазами увидела процесс изготовления карамели вручную. Это волшебство так ее заворожило, что уникальная бизнес-идея открыть в Томске собственную мастерскую не заставила себя долго ждать. Для этого в течение месяца девушки изучали теорию и отработывали практику у европейского мастера карамельного дела.

Сегодня сладкие изделия из натуральной карамели можно встретить не только в собственном магазине «Томских карамелек». Большим спросом они пользуются на крупнейших маркетплейсах OZON и Wildberries. Музеи и сувенирные лавки Томска, а также новосибирская сеть «Фермер-центр» тоже с удовольствием реализуют эту вкусную и оригинальную продукцию.

— Наша карамель произведена по старинной европейской рецептуре. Сейчас мы единственные в Сибири, кто вручную производит карамель без искусственных добавок, лишних ингредиентов и усилителей вкуса. Для нас это принципиально. — рассказывает Динара.

В ассортименте магазина огромное количество сладких изделий: роксы, леденцы с сахаром и без, карамельные трубочки. Последние пользуются огромной популярностью у взрослых. Технология производства соответствует ГОСТу 80-х годов, и многим эти карамельки напоминают вкус детства.



— Натуральный состав позволяет передать неповторимый и очень яркий вкус. Встречаются сомневающиеся покупатели, которые говорят, что такие же конфеты можно купить в магазине дешевле. Но стоит им лишь попробовать нашу карамель, как они сразу меняют свое мнение. Говорят, вкус — как в детстве. И обязательно возвращаются за повторной покупкой. — улыбается Дарья.

Своим умением девушки охотно делятся с гостями, ведь каждому из них хочется сделать конфетки самому. На мастер-классах становится понятен весь процесс производства — от варки кипящей карамельной массы до формирования огромного карамельного батона, из которого в итоге получаются маленькие-маленькие карамельки с рисунком внутри.

А гости в магазине самые разные. В первую очередь, конечно же, дети и родители, которые приходят за сладостями ежедневно или берут их в качестве угощений на дни рождения и другие праздники. Молодожены заказывают здесь маленькие подарочки-комплименты для гостей свадьбы. Кондитеры обращаются за топперами для тортов. Но есть у «Томских карамелек» и корпоративные реше-



ния. Бизнес использует леденцы вместо визиток — на них наносится логотип или QR-код, автоматически ведущий на сайт компании. Такой бизнес-инструмент повышает лояльность клиента, стимулирует повторные продажи и делает бренд заказчика узнаваемым. Также компании заказывают в мануфактуре новогодние подарки для детей сотрудников. Подарок в брендированной коробке, внутри которой свежайшие сладости ручной работы, оформленные этикетками с корпоративным логотипом.

Одним словом, Динара и Дарья могут выполнить из карамели все.



НАТУРАЛЬНЫЙ состав  
позволяет ПЕРЕДАТЬ  
неповторимый и очень  
ЯРКИЙ вкус.



Самое главное для Дарьи и Динары — возможность творчески реализоваться в деле, которое приносит удовольствие и радость.

— Для нас важно, что мы видим собственный рост, он отражается на производстве, мы получаем от людей обратную связь. Основная мотивация — любимое дело. Понимание, что делаешь что-то полезное, вдохновляет. Один из самых приятных и теплых моментов — видеть, как радуются дети. Это всегда придает сил и помогает творить. Надеемся, что вскоре томичи смогут увидеть наши карамельки на полках томских супермаркетов!



ул. Карташова, 68,  
☎ 97-98-97, 📞 +7-923-404-32-32,  
tomsk-karamelki.ru, @karamelki\_manufaktura

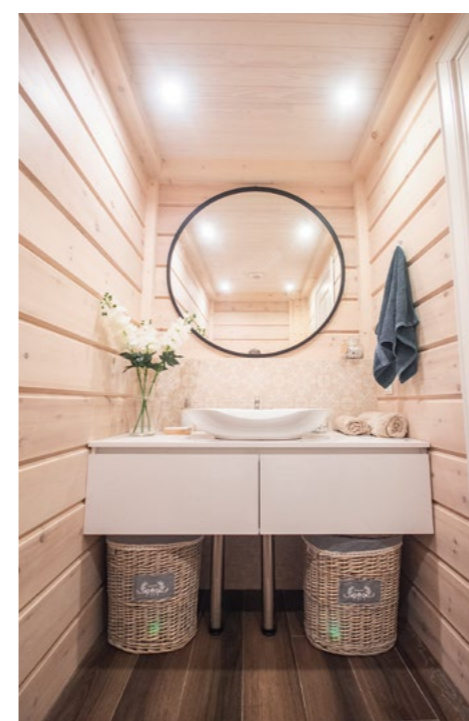
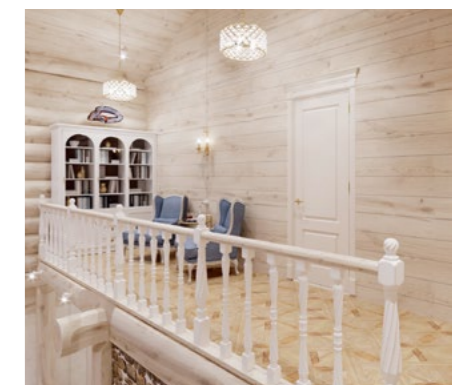
«Атмосфера» — такое вдохновляющее название получил совместный проект интерьерной компании полного цикла «ELROOM» и компании по возведению рубленых домов из Сибири «LogWorks». Его заказчик с самого начала был привлечен атмосферой этого объекта с большим панорамным остеклением, летящей архитектурой, современным обликом, наполненностью воздухом и светом.

# Дом с характером



— Довольно классическая планировка — дом с гаражом, с двумя спальнями на первом этаже, с объединенными кухней и гостиной, прачечными, террасой — имела свои особенности. Мы всегда внимательно изучаем клиента, привычки его семьи и предлагаем адаптированные варианты и уникальные решения именно под желания человека. В этом индивидуальном проекте мы предусмотрели по просьбе супругов хорошую вентиляцию, маленькую террасу.

При возведении дома из сибирского кедра использовалась технология ка-



надской рубки, позволяющая построить его максимально быстро. Перегородки внутри дома — каркасные, что означает выбор любого материала для их отделки и повышенную звукоизоляцию. Красивый, надежный, теплый — это и есть рубленый деревянный дом с современными требованиями.

Дизайнеры ELROOM подключились к совместной работе с LogWorks еще на стадии проектирования, что внесло корректировки в архитектуру — так, для повышения эргономики на этапе проекта были передвинуты внутренние

перегородки. Объединенная команда сообща работала, избегая проблем и лишних сложностей.

Мы никогда не создавали двух одинаковых домов, потому что не бывает двух одинаковых заказчиков. Безусловно, у каждого дома, как и у его владельца, есть свой характер, особенно у такого не совсем стандартного. Именно потому, что мы учитывали запросы и приоритеты хозяина дома, «Атмосфера» стала идеальным воплощением его мечты.

el ELROOM  
ДИЗАЙН | РЕМОНТ | МЕБЕЛЬ

Дизайн-студия «ELROOM»

пер. Нахановича, 4 а, офис 701

тел.: 8-913-850-05-25, 300-525

@elroom.studio, elroom.studio

LogWorks.ru  
Рубленые дома из Сибири

Рубленые дома из Сибири «LogWorks.ru»

тел.: 8 800 500 8343, +7 913 114 20 50,

www.logworks.ru, Office@logworks.ru,

@logworks.ru



История Family Joinery, мастерской по производству авторской мебели и предметов интерьера ручной работы — это история создания с нуля семейного бизнеса Владимира и Анны Простовых, основанная на принятии важного в их жизни решения зарабатывать деньги, занимаясь любимым делом.

## За рамками стандартов

Рутинная государственная служба и однообразие корпоративной культуры сменились на нелегкий, но приятный труд по формированию своего ремесленного пространства и коллектива мастеров столярного дела. Так еще недавнее хобби двух поколений семьи Простовых было поставлено на коммерческую основу.



### Уникально все: от идеи до изделия

Сегодня мастерская, работающая в формате интернет-продаж, производит предметы интерьера и авторскую мебель из массива дерева на заказ. Основная задача — сделать изделие, имеющее уникальный дизайн и соответствующее высокому стандарту качества. Только «вечные» натуральные материалы, ручная работа, ограниченные серии, поддержка философии мировых экотрендов и, как следствие, отказ от применения неэкологичных материалов. Крафтовый характер их бизнеса требует полной отдачи и стопроцентной клиентоориентированности.



### Бизнес-подарки нового уровня

Family Joinery экономит время своих клиентов и предлагает готовое решение эксклюзивного статусного подарка высокого качества. Наблюдается устойчивый спрос на корпоративные заказы, на статусные презенты ручной работы, на уникальные изделия из натуральных материалов. Предметы Family Joinery, сохраняющие в себе подлинное тепло и энергетику настоящего дерева, способны удивлять и приносить радость долгие годы.

### Про завтра

Цель мастерской — продолжать учиться, перенимать опыт своих коллег, доводить качество до совершенства и, конечно, расширять границы — как профессиональные, так и географические.



тел.+7 913 877-41-01  
familyjoinery.ru  
@family.joinery



Их текстиль украшал пространства «Театро» и «Малина-бара», ресторана «Тот самый Пармезан», кальянных «Shisha» и клуба «Факел». Их шторами оформляют коттеджи, офисы и загородные дома. В салоне текстильного интерьера «ShTORIES» знают, как с помощью декора и текстиля сделать дом уютным, а интерьер — уникальным.

## Салон с историей

Говорим с директором салона Анной Дваладзе о ее стилевых предпочтениях, о том, за что она любит свою профессию и почему в работу с текстилем нужно вкладывать свою душу.

— Анна, за годы творческих поисков какой стиль стал любимым?

— Стиль, с которым мы часто работаем, — прованс. Уютный и домашний, предполагающий использование натуральных тканей. Мы его очень любим. Многие клиенты приходят к нам именно за «рюшечками» и «кружавчиками». (Улыбается.) Конечно, наши предложения не ограничиваются этим направлением. По-прежнему востребована классика, также популярен минимализм, модерн. В «ShTORIES» есть готовые комплекты, но клиент может выбрать нужную ткань из имеющихся в наличии и всего за несколько дней индивидуальный заказ будет готов. Понравилась ткань из заказных коллекций — нужно подождать готового комплекта чуть дольше. Дизайнер приезжает на дом или в офис, делает нужные

замеры и подбирает ткань и модель штор, а швеи воплощают фантазии заказчика. Нам самим интересно пробовать что-то новое. Наша изюминка — любовь к деталям, которые притягивают взгляд. Мы любим необычно украшать шторы, придумывать оригинальные элементы, сочетать несочетаемое.

— А какие ткани сейчас в тренде?

— Качественный хлопок и лен, шелк, тафта, жаккард... У нас богатый ассортимент текстиля из Турции, Испании, Италии, России и Белоруссии. Если человеку сложно определиться, мы ориентируемся среди множества образцов тканей, разнообразия цветов и фактур. Те, кто не спешат и хотят эксклюзива, заказывают ткани по образцам. У нас также можно подобрать или заказать стильные карнизы, рулонные шторы и жалюзи.

— Что такое уютный интерьер?

— Это место, куда хочется вернуться. Но у каждого — свое понимание уюта. Я всегда спрашиваю заказчика, каким он



Михаил Непредель Архитектура @anpugolina

видит свое пространство, и озвучиваю свое видение. Компромисс находится обязательно. Людям должно быть комфортно в собственном доме. Это очень важно. Знаю это на собственном опыте: мне везде хочется создавать теплую атмосферу. Салон для меня — мой третий дом (по году создания, не по степени важности), после квартиры и дачи. Здесь каждого ждет искреннее гостеприимство, индивидуальный подход и домашний уют.

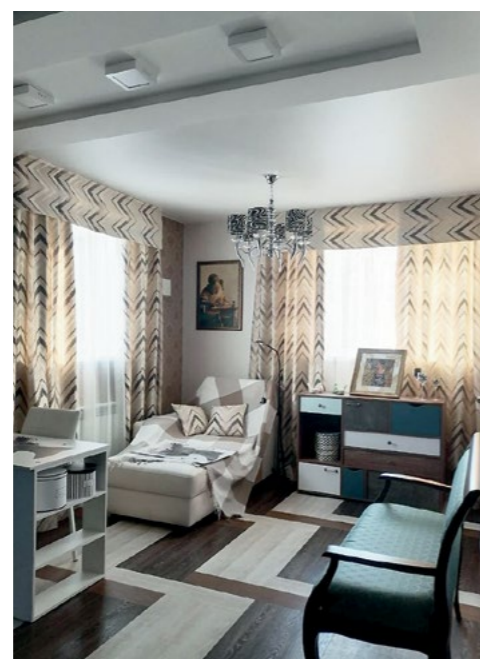
— Откуда такое название?

— Моему опыту создания текстильного интерьера уже 20 лет. Я по профессии дизайнер, и всегда любила шить, работать с тканью, декорировать пространство. Как-то увидела объявление: нужен дизайнер в салон штор. Так и пришла в профессию. А в 2021 году открыла свой салон, о котором давно мечтала. Долго думала про название... Раньше в этом помещении был салон штор «Катерина», где я работала с открытия. Так и пришла идея «ShTORIES». Салон с историей, история дома в шторах, моя история...

Шторы, декоративные подушки и чехлы на мебель, скатерти и покрывала — яркие акценты интерьерных решений для создания настроения, атмосферы и неповторимого стиля жизни. Карнизы, солнцезащитные системы, авторский декор, новогодние и праздничные аксессуары. Подарочные сертификаты. Скидки для постоянных клиентов салона.

STORIES

пр. Комсомольский, 67, тел.  
+7 913 882-06-08, @shtories.tomsk



## ПОЛЕЗНЫЕ ПИЩЕВЫЕ ДОБАВКИ ИЗ СИБИРИ

БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО АКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ И ПОЛИПРЕНОВ ВЫСОКОГО КАЧЕСТВА В ПРОДУКТАХ

### ПОЛИПРЕН А

Продукт из масла ядра кедрового ореха и полипренолов способствует:

- повышению иммунитета и противостоянию сезонным заболеваниям;
- регенерации гепатоцитов;
- сохранению работоспособности печени и восстановлению после алкогольного отравления;
- увеличению резистентности к различным вирусам.



### ПОЛИПРЕН АКТИВ +

Комплекс гуминовых и фульвовых кислот, обогащенный полипренолами, способствует:

- улучшению физического состояния;
- повышению стрессоустойчивости;
- активизации тонуса организма;
- улучшению памяти;
- восстановлению после активных физических и умственных нагрузок.

БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

- 🌲 ОТГРУЗКА СО СКЛАДА В ТОМСКЕ
- 🌲 СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО
- 🌲 ВХОДНОЙ КОНТРОЛЬ СЫРЬЯ
- 🌲 КОНТРОЛЬ НА ВСЕХ ЭТАПАХ ПРОИЗВОДСТВА
- 🌲 ЛАБОРАТОРНЫЙ КОНТРОЛЬ ГОТОВОЙ ПРОДУКЦИИ
- 🌲 БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

📍 Томск, пр. Ленина, 186, оф. 408 п 📞 8-909-543-87-88

POLYPREN®

# С сибирским размахом

*Широту сибирского гостеприимства гости Томского региона всегда отмечают в первую очередь. А его важнейшей составляющей, несомненно, являются традиции сибирской кухни и обильного, хлебосольного застолья, которое никогда не обходится без хорошей песни.*

Именно песня, а по-французски — «шансон», дала название одному из самых атмосферных гостинично-ресторанных комплексов нашего города. Сюда приходят люди, которым есть что вспомнить, с хорошим вкусом, любящие классическую кухню, яркий и в то же время спокойный безмятежный отдых. Для этого в Усадьбе «Шансон» много возможностей! Под одной крышей собраны и гостиница, и бани, и ресторан с великолепным оборудованием для караоке. Вся обстановка этого уникального заведения пропитана особым душевным, исконно сибирским колоритом.

Кухня ресторана «София» оснащена по высшему разряду, благодаря чему (и мастерству поваров, конечно!) еда становится еще вкуснее — тем более, что все продукты закупаются в региональных фермерских хозяйствах. Меню может похвастаться изобилием блюд на любой вкус и бюджет — от мраморной говядины и стейков из семги до мясных деликатесов собственного изготовления. Гости точно будут довольны и надолго сохранят приятные впечатления. Отведаящей или борща от шеф-повара ресторана, многие вспомнят вкус детства, обед, заботливо приготовленный любимыми мамой или бабушкой, — такой же сытный и домашний. А настоящая таежная уха, наваристая и ароматная, точно покориет сердце даже самого заядлого гурмана.

РЕСТОРАН «СОФИЯ»  
И РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЙ  
КОМПЛЕКС «ШАНСОН» —  
идеальное место для любого мероприятия

- Своя кухня
- 4 тематических банкетных зала общей вместимостью 500 человек
- Выделенная парковка на 50 машин
- Танцпол, профессиональная звуковая и световая аппаратура, экран и проектор
- Номера для гостей

Для всех желающих отдохнуть с друзьями в спокойной, камерной обстановке в комплексе «Шансон» оборудован уютный вип-зал, в котором можно не только провести душевный вечер с близкими, но и устроить мини-чемпионат по одной из самых популярных игр — бильярду.

И конечно, не обходится в Усадьбе без душевной и зажигательной песни. На сцене ресторана постоянно проводятся развлекательные программы, концерты томских и столичных артистов. По выходным дням здесь звучит живая музыка, а гости и завсегдатаи караоке-зала с удовольствием исполняют любимые хиты. Не удивительно, что томичи возвращаются в Усадьбу «Шансон» снова и снова — приходят семьями, чтобы отметить торжество или юбилейную дату. В преддверии новогодних праздников



залы стабильно заняты под проведение корпоративных мероприятий. Здесь же проводят свадебные банкеты молодожены, которых привлекает не только качественная кухня, но и красивое оформление залов для фотосессии.

**26 октября здесь состоится выступление Сергея Любавина, а 7 ноября — Владимира Ждамирова.**



ул. Мичурина, 88/2, тел.: 22-01-44, 220-880

@shanson\_ysadba\_tomsk,

@restoran\_sofia\_tomsk, @shansonkaraokebar

«РАДОВАТЬ ЛЕГКО» — ДЕСЕРТЫ ОТ СОЗДАТЕЛЕЙ  
ПОЛЕЗНОГО БЕЗДРОЖЖЕВОГО ХЛЕБА «ЖИТНИЦА»

ЖИТНИЦА  
первая пекарня бездрожжевого хлеба



ЖИТНИЦА ВОТ УЖЕ 10 ЛЕТ РАДУЕТ ТОМИЧЕЙ ПОЛЕЗНЫМ ХЛЕБОМ

«РАДОВАТЬ ЛЕГКО» — ЭТО НЕ ПРОСТО ДЕСЕРТЫ!  
ЭТО НАСТОЯЩИЙ ПОДАРОК ДЛЯ ВСЕХ,  
КТО ЗАДУМЫВАЕТСЯ О СВОЕМ ПИТАНИИ!

ТЕЛЕФОН ДЛЯ ЗАКАЗА 50-88-05 8-903-954-20-08



RADOVAT.LEGKO.TOMSK

# Столица самокатостроения России

*Электросамокат — несомненный мастхэв XXI века. В сравнении с другими видами транспорта он гораздо маневреннее, экологичнее и выгоднее, так как потребляет меньше энергии. Правда, всегда кажется, что далеко на нем не «улетишь». Но есть в мире уникальная модель, сравнимая по своим свойствам с самолетом, а создают ее — в нашем умном городе!*



Миах: Полина Горева @goreva.p

Легкий, но мощный и энерговооруженный электросамокат — один из проектов компании «РИМ». Работа этого единственного в стране завода-робота, производящего несгораемый теплый пол и кабель нагрева, четко автоматизирована и довольно рутинна, а воплощение исключительного по своей технологии изобретения стало своего рода творческим порывом, полетом инженерной мысли. В результате томичи создали действительно уникальный «элик», конструктивно обогнав китайские, корейские, немецкие мировые концерны. На его разработку и обкатку у проектировщиков ушло 8 лет, но зато, обладая таким ноу-хау, теперь компания может в момент создать любое более сложное транспортное средство — вплоть до танкетки, робота-доставщика пиццы и лунохода.

## КОСМИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

Электросамокат «РИМ» спроектирован и построен по технологиям самолетоостроения, из авиационного алюминия и карбонового материала. Благодаря чему буквально летает по дорогам — на нем одинаково комфортно и на сибирском бездорожье, и на европейской брусчатке. Уникальная подвеска, состоящая из подпружиненных карбоновых рессор, хорошо обрабатывает и мелкие неровности, и огромные ямы. Благодаря ее особому строению, можно перепрыгивать препятствия и заскочить на бордюр до 50 сантиметров. При высокой мощности и маневренности (скорость до 50 км/ч, дальность хода до 100 км без подзарядки) «РИМ» легок и невероятно компактен

— его удобно хранить даже в небольшой квартире, он замечательно помещается в багажник автомобиля.

## ФЕРРАРИ СРЕДИ САМОКАТОВ

Эксклюзивный электросамокат «РИМ» — это личный транспорт, который дает мобильность, полную свободу передвижения, помогает избежать давки в общественном транспорте и «убежать» от ковида, избавляет от необходимости терять время в пробках, позволяет проехать по самым труднодоступным дорогам. Только представьте, как легко можно объехать все крымское побережье или исследовать любые острова, встретить рассвет в горах или посетить водопад! Нужно лишь сложить ваш «элик» в багажник и добраться до населенного пункта на автомобиле, такси или автобусе. А дальше — абсолютная свобода! Выходите из отеля, вставайте на «РИМ» и наслаждайтесь безграничной красотой окружающего мира!

Сейчас в России выпущено 150 «Прыгающих» РИМов и всего 3 «Монстра» — в Новосибирске, Екатеринбурге и Севастополе. Каждый «элик» — со своим уникальным дизайном. Нужно ли говорить, что очередь фанатов, страстно желающих обладать ценной индивидуальной моделью, постоянно растет? Москва, Санкт-Петербург, Крым... Эти географические пункты томский «РИМ» уже взял!

## РИМ ПОКОРЕЯЕТ МИР

Сейчас в планах у изобретателей уникальной технологии — выход на

Электросамокаты «РИМ» — воплощение инженерной элегантности и гениальности конструкции. Запатентованная технология делает их стремительно быстрыми и невероятно легкими (вес всего 20 кг), изящными, компактными, удобными и безопасными в использовании. На них с огромным удовольствием катаются девушки, притягивая восхищенные взгляды и внимание прохожих.

мировой рынок и развитие производства электросамокатов в любой стране мира на условиях франшизы, минуя огромные китайские фабрики и корпорации, а также затраты на производственные силы. Сборка самоката достаточно проста, а завод со своей стороны гарантирует осуществлять полную техническую поддержку и доставку комплектующих в любую точку мира. А желающие разместить подобное производство в российских городах уже есть.

Освоение Крыма прошло успешно — летом 2021 года в Севастополе открылся прокат электросамокатов «РИМ». Он привлекает своей возможностью познакомиться со всеми местными достопримечательностями или прогуляться вдоль морского побережья «с ветерком» не только туристов, но и местных жителей.



ул. 79-й Гвардейской Дивизии, 4/2,  
тел. 8-800-500-33-81  
r-i-m.ru



Обзор электросамокатов RIM на YouTube

**Мощный. Надежный. Внедорожный.**  
**«МОНСТР РИМ» — это ДВЕ РАМЫ,**  
**соединенные в один электросамокат, и**  
**непревзойденные ощущения от катания —**  
**словно на ГОРНЫХ ЛЫЖАХ!**



# «Я такая, как надо!»

## ЧЕМ ПИТАЮТСЯ ПОЗИТИВНЫЕ МЫСЛИ?

Пойдемте в бар! Если не верите, что продукты, которые вы употребляете в пищу, напрямую влияют на вашу самооценку и функции мозга. В книге Рафаэля Келлмана «Сытый мозг — счастливый мозг. Еда лечит депрессию, тревогу и гнев.» автор доказывает, что основной причиной дисфункции мозга является депрессия. Она в свою очередь «всегда связана с потерей чувства собственного достоинства», как заявляет Дэвид Бернс в книге «Терапия настроения» (стр. 153).

### Продукты, повышающие самооценку и работоспособность мозга

Поскольку мозг состоит преимущественно из жира, для его укрепления вам нужны полезные жиры. Это в первую очередь естественные жиры. Трансжиры, производимые на фабриках, вредны: ваш организм не знает, что с ними делать, и их употребление наносит ущерб клеткам и, следовательно, мозгу. Полиненасыщенные жиры, часто входящие в состав полуфабрикатов, также вредны, поскольку подвержены окислительному стрессу. Всту-

пая в контакт с кислородом, они становятся опасными. Напротив, некоторые насыщенные и многие мононенасыщенные жиры способствуют оздоровлению клеточных мембран. Жиры — это их основа. Вдобавок вашим нейронам нужны жиры для электропроводности, чтобы общаться друг с другом через мембраны.

**Белок также входит в состав мозга**, поэтому ему нужны здоровые белки. Белки содержат аминокислоты, необходимые для сохранения целостности клеток и производства ферментов для пищеварения и других аспектов обмена веществ. Белки из любых органически выращенных продуктов полезны; однако исследования показали, что при избытке жира в белках может пострадать микробиом. Поэтому я рекомендую «чистые постные белки»: органически выращенные или разводимые, с низким содержанием жира (стр. 213) Источник: Рафаэль Келлман «Сытый мозг — счастливый мозг. Еда лечит депрессию, тревогу и гнев».

### Резюме

Хотите в любой ситуации говорить себе: «Я такая, как надо!»? Употребляйте в пищу:

1. Естественные растительные жиры (жиры из орехов и семян: миндаль, бра-



Автор текста: Борис Заварухин

Борис Заварухин, разработчик продукта для позитивных мыслей

зильские орехи, каштаны, фундук, орехи макадамия, орехи пекан, грецкие орехи, ореховую пасту и ореховую муку, семена чиа, семена льна, семена тыквы, семена кунжута, семена подсолнечника).

2. Чистые органические масла и белки (авокадо, кокосовое масло, оливковое масло, орехи и семена). (стр. 214).

Компания ALED выпускает йогурты (популярный перекус) для позитивных мыслей, в основе которых полноценный соевый бобовый белок и естественные органические масла миндаля и льняного семени, для того чтобы в любой ситуации, вы сказали себе: «Я такая, как надо!»

P. S. Источники литературы с ссылками на страницы указаны для тех, кто хочет глубже изучить влияние состава продуктов и вкусов на эмоциональное состояние.



вкус позитивных мыслей

ООО «Алед»,  
Борис Васильевич Заварухин,  
генеральный директор, aled.su

## Уникальное место с необычными десертами

Десерты без глютена  
и сахара

Торты  
на заказ



Десерты "Bezo"

КОНДИТЕРСКАЯ С ГЛУБОКИМ СМЫСЛОМ  
Выполняем индивидуальные заказы

пр. Фрунзе, 32, тел.: 22-09-10, 282-782



# Не только Несбё



ВАЛЕНТИНА БОГАЧЕВА

*Для осеннего чтения идеальны скандинавы. Помните, несколько лет назад был всплеск моды на скандинавскую культуру? Все смотрели «Мост» и «Убийство», любовались Мадсом Миккельсеном, обустроивали быт в стиле «хюгге», искали счастья в духе «лагом» и читали Ю Несбё и Стига Ларссона.*

**И** хотя пик популярности миновал, скандинавы легко и незаметно отвоевали себе книжную нишу на мировом и российском рынке. В первую очередь, конечно, в жанре скандинавского детектива, но не детективом единым славятся северяне. Чем еще скандинавская литература покорила русского читателя? Расскажу далее!

Зашел с «детективного входа» в литературу датчанин Питер Хёг. Наиболее известным его романом является детектив «Смилла и её чувство снега», но автору явно тесно в рамках жанровой литературы. И последующие его книги, например, «Тишина» или остроумные «Дети зрителей слонов» — отличные образцы современной прозы, которая совершенно зачаровывает своим странным и живым языком. Для меня Хёг — мастер мягкого экзистенциального сюрра, который невероятно увлекательно читать.

Юн Линдквист работает в жанре ужасов и запомнился всем с первого вампирского романа «Впусти меня». Никакой романтики и гламурности, только суровый

реализм с социальным подтекстом и странная, в конечном счете, безысходная, дружба вампира-ребенка с несчастливым подростком. Книга была интересно экранизирована сначала шведами, а потом и Голливудом.

Совсем другая стилистика и философия у шведа Фредерика Бакмана. Бакман — специалист по трогательным бытовым историям, такая современная интерпретация «маленького человека» на шведский лад. Его книги «Вторая жизнь Уве», «Здесь была Бритт-Мари», «Бабушка велела кланяться и передать, что просит прощения» полны позитива, вежливой толерантности и человеческого дружелюбия. Что интересно, я как читатель чувствую, когда и как автор нажимает на те или иные кнопки, чтобы вызвать мои эмоции, но эта откровенность писательской механики совершенно не вызывает отторжения.

Другой шведский автор Николас Натт-о-Даг прославился именно что детективами и за рамки жанра пока не выбирается. Но нельзя не признать, что детективы у него захватывающие и необычные. Как минимум потому, что действие в них происходит в XVIII веке со всей присущей этому времени мрачно-

стью и жестокостью. Не мудрствуя лукаво над названиями, Натт-о-Даг выпустил уже книги «1793», «1794», и на днях выйдет на русском «1795».

Микаэль Ниemi в Швеции прославился смешным и жизненным романом «Популярная музыка из Виттулы», но, пожалуй, запомнился российскому читателю по детективу «Сварить медведя» — невероятно колоритному, остроумному и интересному.

По-прежнему сильна в скандинавских странах традиция детской и подростковой литературы. Тут сразу вспоминается Катерина Киери с чудесной повестью «Совсем не Аполлон» и Йенни Йегерфельди и ее роман «Лежу на полу, вся в крови». Искренние, простые и одновременно сложные истории, которые по-настоящему актуальны молодому читателю.

Что же делает скандинавских авторов популярными? Мне кажется — предельная реалистичность, даже в фантастических элементах, жесткая честность, даже в детской литературе и откровенность без экивоков и эвфемизмов. Это подкупает и увлекает.

А у вас есть свои любимчики среди скандинавских авторов?

Рецензии на книги можете прочитать здесь:



## КРИСТИНА СТАМАТИ (МЕЛКОЗЕРОВА)

врач стоматолог-терапевт  
клиники авторской стоматологии «Cosmodent».

@KRISTINA\_STAMATI

Рада, что свои возможности и профессиональные амбиции я могу реализовать в такой сфере деятельности как медицина. Что может быть прекраснее и благороднее в жизни, чем помочь другим людям? Особенно, когда речь идет не только о сохранении здоровья, но и об эстетике. У меня прекрасная работа — я возвращаю людям желание улыбаться!

Что же делает **СКАНДИНАВСКИХ** авторов популярными? Мне кажется — предельная **РЕАЛИСТИЧНОСТЬ**, даже в **ФАНТАСТИЧЕСКИХ** элементах...



## «Почти шёпотом»

Читакль по произведениям Татьяны Толстой  
Исполняют актрисы: Лариса Окишева, Татьяна Угрюмова

4 октября

Ресторанный комплекс «Бамбук», зал караоке-бара «Канарейка» (ул. Гагарина, 2). Начало в 19.00 18+

## «Чувственность и эротизм в изобразительном искусстве»

Арт-ланч с Ириной Малиновской

3 октября

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



## Игра «Мафия»

Ведущий: актер, сценарист, режиссер Илья Гваракидзе

10 октября

Ресторанный комплекс «Бамбук», зал караоке-бара «Канарейка» (ул. Гагарина, 2)  
Начало в 16.00 16+



## «Человек без футляра»

Мастер-класс №2 авторского цикла актрисы и педагога по актерскому мастерству Ларисы Окишевой

23 октября

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



## «Хорошая девочка Лида»

Музыкально-поэтический вечер по произведениям советских поэтов  
Исполняют артисты: Илья Гваракидзе, Ирина Шишлянникова, Лариса Окишева

11 октября

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



## «Живые истории»

Литературно-театральный вечер по произведениям Константина Паустовского  
Исполняют артисты: Илья Гваракидзе, Ирина Шишлянникова, Лариса Окишева

18 октября

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



## Читакль «Иллюзии»

По одноименной пьесе И. Вырыпаева  
Исполняют артисты: Евгений Казаков, Татьяна Угрюмова, Илья Гваракидзе, Ирина Шишлянникова

25 октября

Ресторанный комплекс «Бамбук», зал караоке-бара «Канарейка» (ул. Гагарина, 2)  
Начало в 19.00 18+



### Партнеры мероприятий:

Ресторанный комплекс «Бамбук» @positiveeeting\_tomsk  
Арт-бутик «Русский Шарм» @ruskiysharm  
Театр-Студия Натальи Корляковой  
Союз театральных деятелей РФ

### Информационный партнер:

Журнал «Дорогое удовольствие в Томске»  
@dorogoe\_tomsk

### Организаторы:

Арт-студия «Золотое Сечение»  
@zolotoesechenie\_tomsk

## Хор имени Пятницкого

В концерте, посвященном 110-летию легендарного хора имени М. Е. Пятницкого, прозвучат подлинные русские народные песни, музыка разных областей России, песни советских и российских композиторов. Переосмысление творческого наследия хора имени Пятницкого позволило сделать его искусство актуальным для зрителей XXI века.

8 октября

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



## «Квартирник Маргулиса»

Более чем в 100 городах России и ближнего зарубежья проходят гастроли самого неформатного музыкального шоу — «Квартирник». Впервые место приглашенного гостя займет сам Евгений Маргулис! Именитый музыкант и ведущий исполнит свои популярные хиты, песни из нового альбома, которые никого не оставят равнодушным. Кроме того, блюзмен поделится воспоминаниями из жизни и творчества. А зрители смогут задать вопросы и услышать на них ответы.

9 октября

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



## «Пора желаний»

Дайджест популярной классической музыки самых известных композиторов — 11 ярких фрагментов великих музыкальных сочинений. После концерта вы легко сможете отличить «на слух» Чайковского от Бетховена, Шостаковича от Римского-Корсакова и Прокофьева. Этот концерт вы запомните навсегда. А по дороге из Органного зала до дома точно будете напевать мелодии, прозвучавшие в исполнении Томского симфонического оркестра. Дирижер — Владимир Дорохов.

9 октября

Органый концертный зал, пр. Ленина, 75,  
тел.: 20-20-72, 20-20-62  
Начало в 19.00 6+



# BÖWE

немецкие химчистки



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

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

Доставка - заберем и привезем готовый заказ.

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

Подробности проведения акций узнавайте в сообществах «Химчистка BOWE»

## «Великие студенты»

Стив Джобс, Илон Маск, Билл Гейтс, Чарльз Дарвин, Лев Толстой, Джоан Роллинг, Дмитрий Менделеев, Александр Бородин, Сергей Рахманинов и Петр Чайковский когда-то были студентами. Взглянуть на биографии великих людей, перевернувших наш мир, через призму музыки, которую кумиры многих поколений слушали в студенческой юности — такой ход предлагают дирижер Владимир Дорохов и музыковед Тамара Касаткина.

15 октября

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

**ВЕЛИКИЕ  
СТУДЕНТЫ**

СТИВ ДЖОБС, ИЛОН МАСК,  
БИЛЛ ГЕЙТС, ЧАРЛЬЗ ДАРВИН

ТОМСКИЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР  
Дирижер - Владимир ДРОХОВ



## JAZZ-TRIO

### Ивана Фармаковского

Скучали по настоящему джазу? Джазмен и продюсер Асхат Сайфуллин возвращает его на томскую сцену! Виртуозный пианист Иван Фармаковский станет проводником в особый мир роскошной музыки. Его композиции — это виртуозное сочетание ритмов американского джаза и душевной русской музыки. Партнеры по сцене — Асхат Сайфуллин (контрабас) и Евгений Суворов (ударные). Ждем феерию таланта, драйва, отличного настроения и сочных импровизаций.

8 октября

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



## Сказки с оркестром: Приключения Врунгеля

Сказку на песке будет создавать художник песочной анимации Екатерина Бирюкова, а музыку Л. Бернштейна, Д. Кабалевского, Д. Шостаковича, а также песни из одноименного мультфильма исполнят Томский симфонический оркестр под руководством Михаила Грановского и солисты филармонии.

31 октября

Большой концертный зал,  
пл. Ленина, 12 а,  
тел.: 20-20-72, 20-20-62  
Начало в 12.00  
0+



## «Раневская. Одинокая насмешница»

Главных героев в спектакле, созданном питерскими постановщиками и актерами, двое — сама актриса и ее неординарное и тонкое чувство юмора. Фаина Раневская очень разная. Зритель видит тонкую и ранимую душу с забавными слезинками в глазах и тут же всё меняется, и в зал летят острые перлы из уст гордого, сильного и красивого в своем внутреннем одиночестве человека. Спектакль сыгран на одном нерве, на одном дыхании, спектакль-посвящение, спектакль-восхищение, спектакль-дар Великой русской актрисе.

19 октября

Томский областной театр драмы,  
пл. Ленина, 4,  
тел.: 906-837, 906-845  
Начало в 19.00 12+



111 ЛЕТ НАЗАД (1910) ИМПЕРАТОР НИКОЛАЙ II  
УДОВЛЕТВОРИЛ ХОДАТАЙСТВО ТОМСКОЙ ГОРОДСКОЙ ДУМЫ  
О ПРИСВОЕНИИ ПЕТРУ ИВАНОВИЧУ МАКУШИНУ  
ЗВАНИЯ ПОЧЕТНОГО ГРАЖДАНИНА ТОМСКА  
за пожертвование им крупной суммы на открытие Народного университета.

Давным  
давно

# LOOK & Style\*

## В РИТМЕ РИМА

Рекламная кампания дебютной женской коллекции прет-а-порте Кима Джонса Осень/Зима 2021 — это оммаж Дому Fendi и итальянской элегантности, показанной в новом ракурсе. Изображения в креативной постановке Ронни Кук Ньюхаус, запечатленные фотографом Крейгом Мак Дином на фоне Дворца итальянской цивилизации, штаб-квартиры Fendi, объединяют в себе классицизм и современность. Новый визуальный язык римского Дома проникнут духом и светом итальянской столицы. Это самое сердце Fendi, бьющееся в новом ритме.



\* «ОБРАЗ И СТИЛЬ»



THE ROW

BALENCIAGA



### ПО МИНИМУМУ

Не забываем минималистских заветов Кельвина Кляйна и Жиль Сандер: выбираем аксессуары черных, бежевых и белых цветов с лаконичными деталями и фурнитурой цвета металла.



*Сумки-багеты с монограммами, тоуты с тиснением под аллигатора, казаки из кожи питона и некричащие бизнес-аксессуары изумрудного оттенка покидают офисы и отправляются покорять модные горизонты.*

# РАБОЧИЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ



### ВАМ МОНОГРАММА!

Аксессуары с монограммами универсальны – находят общий язык как с твидовыми костюмами, так и с рубашкой из денима в паре джинсами, отлично смотрятся как на деловой встрече, так и вечером в театре, а ко всему прочему еще и не теряют популярности из одного сезона в другой.



VERSACE



ALBERTA FERRETTI



KHAITE

BOTTEGA VENETA

SAINT LAURENT

PHILOSOPHY DI LORENZO SERAFINI

### КАМЕНЬ НА СЕРДЦЕ

Телячья кожа или замша – какую бы фактуру вы ни выбрали, самые модные аксессуары этой осени окрашены в благородные изумрудные оттенки. Главное – не забывать, что одного акцента в образе более чем достаточно.



GUCCI

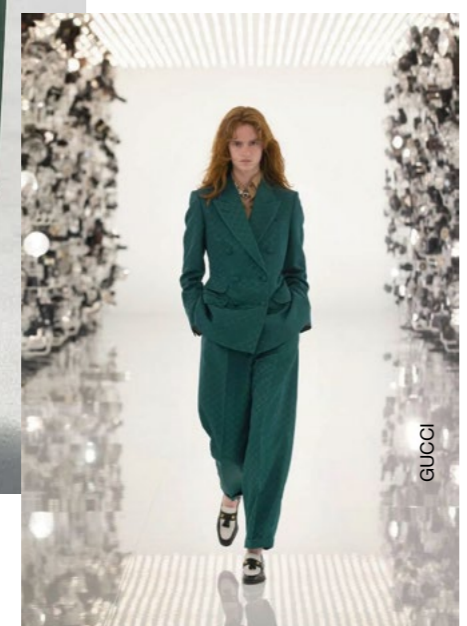
KHAITE



FENDI



CHLOE



GUCCI



BALENCIAGA



SALVATORE FERRAGAMO

### ПАНТОН МНЕ ДРУГ

Фиалковые или лавандовые – речь, конечно, не о калорийных макаронах, а об аксессуарах самых модных оттенков наступившего сезона. Главный цвет осенней палитры особенно удачно смотрится в сочетании с украшениями из стали или белого золота.



BOTTEGA VENETA



CHANEL



BOTTEGA VENETA



GIVENCHY

### LOOK&Style ОБЗОР



JIL SANDER

AQUAZZURA



GIVENCHY



THE ATTICO



STAUD

### ВЫШЛИ НА ОХОТУ

Самые горячие аксессуары осени выглядят по-хищному темпераментно – будь то сумка-багет, высокие сапоги с широким голенищем или ультрамодные лоферы из кожи с тиснением под аллигатора. Даже если вещи, будут максимально лаконичными, затеряться в толпе вам все равно не удастся.



ROTATE BIRGER CHRISTENSEN



### ИСКУСИТЕЛЬ

Если давно мечтали показать характер, но не знали как, самое время облачиться в вещи из змеиной кожи. "Хищные" принты вводим в оборот в строгой дозировке: максимум две вещи на выход как, например, герметичная сумка Fendi плюс пояс Altuzarra.



# ВЕТЕР С СЕВЕРА

*Production: @oboo.agency*

*Фотограф: ЕВГЕНИЯ БУРИЛО @jane\_burilo\_photo*

*Стилист: МАРИНА БРЕМ-ЯЗИКОВА @brem\_marina*

*Визажисты: ЕКАТЕРИНА ИСКАНДАРОВА @ekaterina\_iskandarova*

*Одежда: @kashubina.page @structura\_official*

*Локация @cronamedicalsra*

*Модели: АНАСТАСИЯ ШАМСУТДИНОВА @ansham*

*АЛЕНА САПРЫГИНА @just.alyona*

*@vmmodelsgmt*

Кофта и шорты *brusnikabrend*,  
платье *structura\_official*



Топ, юбка  
*brusnikabrend*



Топ, юбка, платье, все –  
*brusnikabrend*



Кофта и шорты  
*brusnikabrend*



Плащ *structura\_official*,  
боди и кардиган  
*brusnikabrend*



Костюм *structura\_official*,  
обувь собственность стилиста



Часы наручные Charm, 8 100 руб., коллекция Kérastase Blond Absolu: масло-концентрат, 4 000 руб., шампунь, 2 400 руб., восстанавливающее молочко, 3 500 руб., подарочный сертификат в центр красоты «Подружка невесты», фарфоровая статуэтка LLADRO, 45 100 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 3 200 руб., сумка Tory Burch, 29 900 руб., кроссовки утепленные женские Vasconi, 11 800 руб.



Часы Diesel, 21 500 руб., часы Президент, 8 900 руб., бокалы для вина Vetrerie di Empoli, 41 200 руб., стаканы для воды Vetrerie di Empoli, 19 800 руб., картина из искусственных цветов (большая) Donna Rosa, 4 100 руб., картина (малая) Donna Rosa, 3 000 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 1 800 руб., платье коричневое Noche Mio, 14 900 руб., блуза Burvin, 8 900 руб., ботинки женские Graciana, 13 800 руб.



Часы Президент, 9 000 руб., часы Freelook, 7 600 руб., подсвечник мраморный EICHHOLTZ, 33 200 руб., настольная лампа Forestier Symbal, 25 800 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 2 200 руб., рубашка Burvin, 9 900 руб., жилет Burvin, 8 900 руб., туфли мужские Lido Marinozzi, 8 800 руб.

Партнеры проекта:  
Обувь и сумки @soleta\_tomsk  
Предметы интерьера @maestro\_tomsk  
Одежда @topnevesta  
Часы @taimhol\_tomsk  
Цветы @donna\_roza\_tomsk



Часы ROXAR, 4 300 руб., кольцо Jolita Jewellery, 20 800 руб., диффузор Culti Milano Chromia, 11 400 руб., чайник SMEG mini, 10 990 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 3 000 руб., кольцо Jolita Jewellery, 20 800 руб., сапоги Soleta, 14 800 руб.

Часы FOSSIL, 9 400 руб., бокалы для вина Vetrerie di Empoli, 44 300 руб., бокалы для воды Vetrerie di Empoli, 32 700 руб., ваза терракотовая со\*de\*, 8 000 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 1 000 руб., пальто Burvin, 25 900 руб., ботинки женские Vasconi, 11 800 руб.



Часы белые Diesel, 8 900 руб., часы черные Diesel, 8 000 руб., настольная лампа Seletti Monkey, 26 600 руб., аромат для дома Culti Milano Era, 8 600 руб., рум-спрей Culti Milano Era, 3 600 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 3 000 руб., пальто Burvin, 24 900 руб., сумка-рюкзак Vasconi, 8 750 руб., ботинки женские Graciana, 14 900 руб.

Часы FOSSIL (подарочный набор), 13 100 руб., часы Charm, 8 500 руб., часы настольные Nomon, 18 400 руб., ваза в форме сумки Andriani & Rossi, 9 000 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 3 000 руб., сумка Vasconi, 8 500 руб., туфли Loriblu, 36 900 руб., туфли DOLCE&GABBANA, 38 900 руб.

Цены действительны на момент сдачи журнала в печать — 28.09.2021г.

**Партнеры проекта:**

Магазин обуви и аксессуаров «Soleta», ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СмайлСити», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город», +7 906 956-55-88, @soleta\_tomsk / Интерьерный салон «Maestro», ул. Красноармейская, 18, +7 (3822) 99-88-01, maestro.tomsk.ru, @maestro\_tomsk / Центр красоты и моды «Подружка невесты», ул. Гоголя, 55, +7 (3822) 77-74-44, +7 (3822) 44-47-77, topnevesta.com, @topnevesta, @topnevesta\_salon / Сеть часовых салонов «Тайм-Холл», ул. Учебная, 48 д, ТЦ СмайлСити, ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ Лето, пр. Мира, 36, ТЦ Мирамикс, Беринга, 10, ТЦ Манеж, @taimholl\_tomsk / Мастерская цветов и декора «Donna Rosa», ул. Алексея Беленца, 8, +7 (913) 850-18-12, @donna\_roza\_tomsk



Часы наручные Swiss Military Hanowa Chrono Classic II, 34 800 руб., часы наручные Swiss Military Hanowa Flagship, 28 400 руб., диффузор ВАОВAB Nirvana Totem Holy с рефиллом, 19 800 руб., диффузор ВАОВAB Stones Totem Lazuli с рефиллом, 19 800 руб., светильник Qeeboo Teddy, 36 800 руб., интерьерная композиция из искусственных цветов Donna Rosa, 1 000 руб., колье Jolita Jewellery, 20 800 руб., ботинки женские Sasha Fabiani, 14 700 руб.

*Осень на своей медиане — время смурное, располагающее к рефлексии и меланхолии. Правда, у кого-то — и к творчеству, вспомним хотя бы Пушкина. Но даже «солнце русской поэзии» при явной благосклонности к нему осени, щедро питавшей его талант, писал про нее — «унылая пора». У Бунина она — «тихая вдова», у Тютчева — «ущерб, изнеможенье», у Шевчука — «плачущее небо под ногами». Неоптимистично.*

**И** если за городом в погожие дни еще можно увидеть пастернаковский «сказочный чертог», то в человекиках осень — это чаще всего серость, лужи и грязь. И по унылым дождливым улицам под зонтиками ходят люди. Среди них — влюбленные, сосредоточенные, озабоченные, радостные, уставшие, приболевшие... И еще люди со шрамом на сердце.

Это люди, пережившие горькую потерю, утрату близких. Их, оказывается, очень много. Они пишут друг другу слова соболезнования и поддержки, добавляя: «Я вас очень понимаю». «Пять лет назад потеряла отца». «Девять лет без мамы. Не затихает». «Потеряла обоих родителей...» «Моя мама ушла в ее 57 — до сих пор не могу смириться...» «Вспоминаю последнюю встречу с папой — бодрый, в клетчатой фланелевой рубашке. Ушел на плановую операцию и не вернулся... Уже 10 лет так. А тоска накачивает».

Я теперь тоже среди них. Мы сообщество. Узнающие друг друга, подключенные к одному эгрегору.

Да, время, возможно, и лечит. Но леченое не равно здоровое. И остается шрам, который ноет не на погоду, а на чужое горе, отзываясь глубинной тоской. Люди живут дальше, понимая, отличая друг, встречая горькие известия, не так, как остальные, а резонируя сердцем. Отличие «есть» от «был» познается мгновенно и навсегда. И носители этого опыта — люди со шрамами на сердце.

Что держит на плаву после потери? Наверное, то же, что и до... Жизнь «с ее насущным хлебом, забывчивостью дня». Вера. Люди.

А еще помощь ближним, тем, кому сейчас хуже, чем тебе. Яркий пример — известный всем в Томске детский благотворительный Фонд имени Алены Петровой. Елена Алексеевна Петрова, потеряв от онкологии собственную дочь, спасла и продолжает спасать уже, наверное, десятки, а может сотни дочерей и сыновей других матерей, оказывая помощь тяжелобольным детям. Или пример Константина Хабенского. Пережив потерю жены, известный актер также создал свой фонд и с апреля 2008 года делает всё возможное, чтобы дети с онкологическими заболеваниями мозга получали необходимое лечение.

Но для того чтобы творить добро, совсем необязательно быть известным человеком или создавать свой фонд.

Есть люди, всю свою жизнь помогающие другим, как будто в их ДНК есть ген доброты и милосердия. Например, моя мама была абсолютно самостоятельным благотворительным мини-фондом. В доме вечно присутствовали пакеты с вещами, которые стирались, сортировались, отправлялись нуждающимся: многодетной семье в деревню, дочке Лены-воспитательницы, матери-одиночке Маше и так далее, списком. И все она держала в голове — что, кому, когда. И ее любимой поговоркой было: «Людам надо помогать».

А недавно моя знакомая, известная личность и политик, рассказала историю про свою бабушку. Будучи еще молодой, но уже многодетной мамой, та привела к себе в дом чужую старушку, которую выгнали родственники. Просто не смогла равнодушно пройти мимо пожилого плачущего человека. И эта чужая бабушка потом жила с ними, спала на сундуке, помогала на кухне. И я даже не удивилась, когда знакомая сказала, что любимым выражением ее бабушки было «людям надо помогать». Это как пароль между поколениями и людьми, как еще одна заповедь, переданная не Моисею, а напрямую в чью-то добрую душу. И эти люди несут ее как эстафету.

Есть ли такой ген добра у каждого?

Или это прерогатива исключительных личностей? Я думаю, что и так, и так. Кому-то он присущ изначально, они просто не умеют жить по-другому. А кому-то надо развить, присмотреться, увидеть примеры и понять, что, отдавая, — получаешь.

Считается, что осень — время грусти, депрессий и сплина. Погода не радует, природа засыпает, и мы смотрим на все это «в древнорусской тоске». Можно и так, конечно.

А можно оглянуться кругом и увидеть тех, кому хуже. Кому нужно помочь — словом, делом, деньгами, участием, теплым пледом или детскими вещами, из которых вырос твой ребенок.

Мы многие уже живем ЗОЖно — ведем Здоровый Образ Жизни, с заботой о себе, о здоровье, с экологичными привычками в отношении природы. А давайте еще и ДОЖно! То есть — Душевно, Духовно, отдавая и принимая, поддерживая других и присоединяясь к чему-то большему, чем все мы есть по отдельности.

Ведь не зря же: «Осень вновь напомнила душе о самом главном».

Вот и не будем забывать.



ГАЛИНА ЗАВГОРОДНЯЯ

Facebook: galochkaz Instagram: galinazet

# ВОДОY & Beauty\*

## СЕКРЕТ ЕЕ СИЯНИЯ

Высокоэффективная гамма средств по уходу за кожей Le Lift основана на инновационном подходе Chanel к антивозрастным технологиям, воздействию на упругость и морщины. Флюид на 96% состоит из ингредиентов натурального происхождения, он создает легкий пудровый эффект и улучшает микрорельеф кожи, делая ее матовой и сияющей.

\* «ТЕЛО И КРАСОТА»





# Хороший

# ТОН

*Бархатная, матовая кожа, естественное сияние лица без блеска – главные тренды осени. Когда погода переменчива, а рабочий ритм все быстрее, так важно иметь под рукой надежное тональное средство. Мы собрали лучшие новинки сезона, которые помогут вам сохранить хороший тон в любой ситуации и при любом типе кожи.*

Тональная вуаль *Synchro skin Self-Refreshing* от *Shiseido* для необыкновенно легкого покрытия и стойкого результата на 70% состоит из активных ухаживающих ингредиентов и обеспечивает коже мгновенное увлажнение. Технология синхронизируется с кожей, устойчив к воздействию жары, высокой влажности, себума и даже мимики, обеспечивая естественное покрытие, которое выглядит, как кожа без макияжа. Невесомая, глубоко увлажняющая и дышащая формула создает легкую вуаль, которая нейтрализует неровности тона и при этом пропускает естественное сияние кожи. Средство идеально подходит для тех, у кого есть веснушки и кто хочет сохранить видимой эту изюминку.



В 2021 году *Chanel* дополняет гамму *Sublimage* новым продуктом – увлажняющим праймером для сияния и совершенства кожи *Le Soin Perfecteur*, создающим исключительный дуэт в сочетании с тональным крем-уходом *Sublimage Le Teint*. Сочетание средств безупречно выравнивает цвет лица, сохраняя яркое ощущение комфорта, и делает кожу ослепительной. Новый праймер можно использовать не только как основу под макияж, но и в качестве средства дневного ухода или даже как хайлайтер. С линией *Sublimage* от *Chanel* макияж превращается в форму заботы о коже: цвет лица выравнивается, поры сужаются, кожа становится сияющей, а через четыре недели улучшается ее микрорельеф.

**СОЧЕТАНИЕ ПРАЙМЕРА  
и тонального крема  
ВЫРАВНИВАЕТ ЦВЕТ  
ЛИЦА и делает КОЖУ  
ОСЛЕПИТЕЛЬНОЙ, сохраняя  
при этом ЯРКОЕ ОЩУЩЕНИЕ  
КОМФОРТА.**



Для ровного, матового тона лица *Clarins* создали два новых продукта. Увлажняющий тональный крем *Skin Illusion Velvet* в 14 матовых оттенках обладает комфортной, легкой текстурой сыворотки и ухаживающей формулой с двойным матирующим действием. В его состав входит экстракт корня маниока, абсорбирующий излишки кожного жира. Ультралегкая рассыпчатая пудра в двух универсальных оттенках **Ever Matte** с матирующим эффектом – идеальный помощник для фиксации и коррекции макияжа в любое время в течение дня.



*Poudre Cambon* – это эксклюзивное творение от *Chanel*, прозрачная пудра, которую можно наносить не только на тональное средство, но и непосредственно на кожу без макияжа. Пудра выравнивает тон, матирует и создает сияние благодаря светоотражающим и корректирующим цвет пигментам. Источником вдохновения команды Chanel стала легендарная квартира Габриэль Шанель на улице Камбон, где был открыт ее первый бутик.

**Современное ТОНАЛЬНОЕ СРЕДСТВО** не только создает идеальный тон, но и **НОРМАЛИЗУЕТ РАБОТУ сальных желез, увлажняет кожу И ЗАЩИЩАЕТ ЕЕ** от негативного воздействия городской среды.



Выровняйте тон увлажняющей тональной основой *Hydrating Serum Foundation* из коллекции *Kiko Milano Charming Escape* сочетающей в себе традиционный стиль и современные высокоэффективные формулы. Продукт обогащен экстрактами лучших натуральных ингредиентов из Италии. Жидкая формула с матовым финишем позволяет нанести тон в один или несколько слоев для легкого или более плотного покрытия.

Хорошие новости для тех, кто мечтает о невероятно гладкой и красивой коже без блеска! В знаменитой коллекции *MAC Studio Fix* новинка — праймер *Mattifine 12hr Shine Control*. Он маскирует поры, фиксирует тональную основу, а также образует бархатистое покрытие с эффектом мягкого фокуса, который раньше обеспечивала только пудра. Продукт без содержания масел не вызывает акне. Комплекс *Oil Check*, разработанный *MAC*, впитывает себум и матирует кожу. Продукт отлично выдерживает условия жаркого и влажного климата и станет новым решением для жирной кожи.



## 6 УПРАЖНЕНИЙ НА ПРЕСС И ЯГОДИЦЫ КОТОРЫЕ МОЖНО ВЫПОЛНЯТЬ В КРОВАТИ

Упражнения, которые выполняются лежа, имеют массу плюсов — от ощущения легкости их выполнения до отсутствия осевой нагрузки в позвоночнике. Они идеально подходят тем, у кого есть проблемы со спиной. Каждое упражнение выполняется по 1 минуте на 2 подхода.

### 1 Подтягивание коленей к грудной клетке

Лежа на спине, руки вдоль корпуса или над головой. На выдохе сгибаем колени и подтягиваем их к шее. На выдохе вытягиваем ноги обратно, не касаясь пятками поверхности.

### 2 Подъем таза

Продолжаем лежать, руки вдоль корпуса или подняты над головой. Ноги смотрят в потолок, чуть согнуты в коленях. На выдохе выталкиваем таз и ноги вверх короткими движениями. Не упирайтесь руками в пол и не отталкивайтесь с их помощью.

### 3 Кранч (обратные скручивания)

Лежа, руки в замке за головой, локти смотрят вперед. Ноги подняты и согнуты под углом 90 градусов. На выдохе тянемся локтями к коленям, замираем на пару секунд и плавно возвращаемся обратно.

### 4 Ягодичный мост на одной ноге

Лежим, одной ногой упираемся на поверхность (кровати), другая, слегка согнутая в колене, поднята вверх. На выдохе поднимаем бедра, замираем вверху на 3-4 секунды. На вдохе плавно опускаемся, не касаясь ягодицами поверхности.

### 5 Попеременное опускание ног

Все еще лежим, руки вдоль корпуса или над головой, ноги согнуты в коленях и подняты вверх. На выдохе выпрямляем одну ногу и опускаем ее, не касаясь пяткой поверхности. На выдохе верните ногу в исходное положение, а на вдохе выпрямите и опустите другую ногу.

### 6 Мах ногой лежа

Лежа на боку, одна рука упирается в голову, другая стоит перед корпусом, ноги прямые. На выдохе делаем (рабочей) ногой мах вверх, замираем на пару секунд и на вдохе плавно опускаем ее вниз, не соприкасаясь стопами.

**ХОТИТЕ БЫСТРО ПОЛУЧИТЬ ОЩУТИМЫЙ ЭФФЕКТ? ВСЕГО 2-4 ТРЕНИРОВКИ\* В НЕДЕЛЮ В СТУДИИ EMS FIT И УЖЕ ЧЕРЕЗ МЕСЯЦ ВЫ СМОЖЕТЕ ГОРДИТЬСЯ СВОИМ РЕЗУЛЬТАТОМ!**

+ Солярий + Детский уголок  
+ ИФ-сауна + Персональный подход

Все тренировки проходят индивидуально с тренером один на один.

**EMS FIT**

Студия эффективных тренировок EMS FIT  
Московский тракт, 5, тел. 232-232  
Запись ☎ +7 909 543 22 32  
@ems\_fit\_tomsk emsfittomsk



\*EMS-тренировка — это 20-минутный тренинг в специальном костюме, способствующем активизации всех мышц тела.



Его «имя» на устах у всех, по крайней мере у косметологов — точно. Ретинол — золотой стандарт ухода за кожей, решающий чуть ли не все ее проблемы — от акне до морщин. Но опыт показывает, что ретинол ретинолу рознь.



НУЖНО ЗАПОМНИТЬ, ЧТО:

- Ретинол нельзя применять беременным и кормящим женщинам, а также не рекомендуется использовать при обострении кожных заболеваний.
- Ретиноловые кремы наносятся вечером на хорошо очищенную, сухую (!) кожу. Днем необходимо защищать ее солнцезащитным средством широкого спектра действия.

реакция кожи на этот ингредиент, значит, средство работает. Однако важно внедрять уход с ретинолом, постепенно увеличивая частоту его применения (согласно инструкции производителя).

Ретинол

Активная молекула ретинола — настоящий «энерджайзер», который стимулирует буквально все клетки на своем пути — в том числе и отвечающие за пигмент. Вот почему его применение требует строгого соблюдения двух очень важных правил — постепенного ввода в уход и обязательного использования средств SPF-защиты. Именно поэтому рекомендуется переходить на ретиноловый уход в осенне-зимний период, когда солнечная активность ниже, и наносить в вечернее время, на ночь.

Ретинол — нестабильный ингредиент, он быстро теряет свою активность. Особую важность имеет вид упаковки — она должна изолировать формулу от контакта с воздухом, а сам ретинол должен быть в инкапсулированных формах.

В линейке **RetiMix** два средства с

витамином А в разных формах и концентрациях. Сами кремы на ламелярных эмульсиях — и это большой плюс марки. Во-первых, сама по себе такая эмульсия — своего рода контейнер, обеспечивающий хорошую доставку активных веществ в более глубокие слои кожи. Во-вторых, она восстанавливает барьер кожи, «залачивает» ее повреждения за счет мембранных липидов в составе.

Внимание на формулу

Крем-гель **RetiMix 0,15%** с комплексом инкапсулированного и свободного ретинола применяется с 35 лет, для работы с акне и постакне. Крем **RetiMix 0,4%** с комплексом инкапсулированного ретинола и ретиноевой кислоты дает великолепный эффект анти-эйдж. Его применение я рекомендую женщинам после 40 лет. Эти продукты можно использовать и в качестве подготовительного этапа перед ретиноловым пилингом — чтобы минимизировать раздражение кожи после этой процедуры.

Важно напомнить и о правильном очищении кожи в период применения средств с ретинолом, скорее всего, его придется пересмотреть. Переходим на тоник для чувствительной кожи и отдаем предпочтение щадящим средствам для умывания. В поддержку коже выбираем средства на ламелярных эмульсиях. У «Аркадии» есть специальная домашняя линия **Restorer**, ее часто назначают для постпилингового ухода. Подойдет и любой базовый крем из домашней линии, в зависимости от типа кожи — «Кураж», «Престиж», «Леди N» — все они на ламелярных эмульсиях и помогут восстановить ее защитный верхний барьер.

# Универсальный солдат



Где найти ретинол, который работает, и как применять его правильно и эффективно, объясняет Наталья Миронова, бьюти-тренер, официальный представитель бренда ARKADIA в Томске.

Итак, что такое ретинол? Это активная форма витамина А, знакомого нам по таким продуктам как морковь, болгарский перец, красная икра и многим другим. Уникальность его в том, что он очень хорошо вступает в реакцию со всеми клетками-мишенями, отвечающими за разные



функции кожи. Он ускоряет обновление клеток, регулирует работу сальных желез, повышает упругость и эластичность кожи. Таким образом, взаимодействуя с абсолютно любой клеточкой, он борется и с гиперпигментацией, и с постакне, и дает очень мощный анти-эйдж эффект. Какую бы косметологическую задачу мы ни взяли — ретинол в правильной форме с ней поработает.

Однако у этого чудо-вещества есть ряд особенностей, которые нужно учесть при применении.

Средства с ретинолом могут вызвать так называемый «ретиноловый дерматит». В целом, покраснение, легкое пощипывание и шелушение — это нормальная



Получить консультацию и приобрести косметику можно по адресу:  
 пр. Ленина, 80/1, 4 этаж,  
 тел. +7 913 808-70-39,  
 arkadia.spb.ru  
 @beauty\_natamironova, @arkadia\_tomsk

# Men profi

*Салон «Just Men» — это место, куда в течение многих лет за высоким парикмахерским искусством и уникальной атмосферой приходят мужчины. Секрет его популярности — в талантливом руководителе и уникальной по своим профессиональным и человеческим качествам команде.*



## **Лолита Титова, руководитель**

Я точно знаю, что в нашем коллективе существует особый командный дух. И хотя все мои мастера совершенно разные — и по возрасту, и по темпераменту, и по опыту — их всех объединяет любовь к делу, которым они занимаются, и желание постоянно развиваться в своей профессии. Наша общая задача — создание той самой особенной атмосферы, когда любой мужчина, открывающий двери нашего салона, с первой минуты чувствовал бы себя здесь как дома. Все мои сотрудники владеют не только парикмахерским искусством, но и такими суперталантами, как умение проявить о клиенте заботу, тонко уловить его настрой, предложить ему идеально подходящую стрижку, поддержать беседу. Для каждой из нас работа именно с мужчинами — это призвание!

## **Оксана Лагутина, администратор**

Наши клиенты выбирают нас за нашу удивительную и неповторимую атмосферу, за близкие и теплые отношения, которые у нас с ними сложились. В «Just Men» каждый гость чувствует себя комфортно, уютно, невероятно



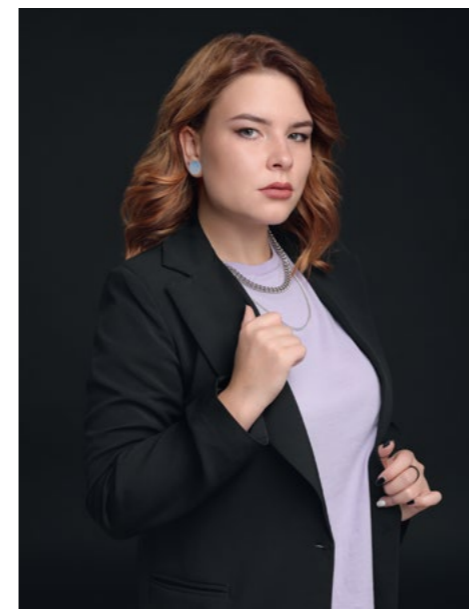
душевно. Мне нравится живое общение с нашими гостями, возможность говорить с ними на разные темы, обмениваться позитивной энергией. Даже эмоционально холодные люди или те, кто приходят к нам с некоторым недоверием, попадая в нашу дружную профессиональную семью, словно отогреваются, оттаивают.

## **Евгения Абрамовская, администратор**

Мой рабочий день начинается с внутреннего настрой на работу. Во-

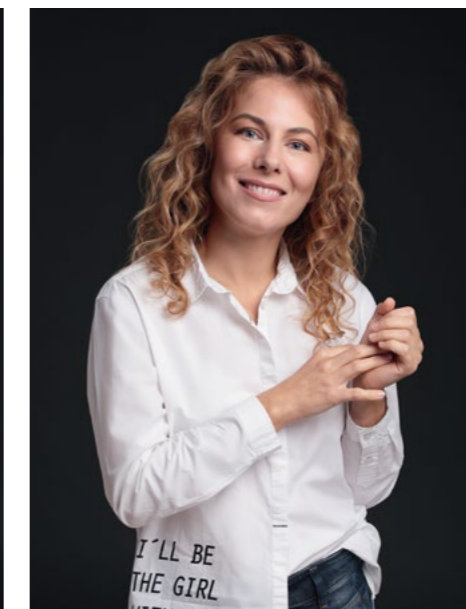


первых, мне обязательно нужно всегда хорошо выглядеть — внешний вид имеет огромное значение для наших клиентов. Во-вторых, очень важно, с какими эмоциями я приду в «Just Men», с каким настроением буду общаться с коллегами, насколько буду наполнена позитивом и любовью к клиентам, как буду отвечать на звонки и встречать гостей салона. Но зато, когда видишь отдачу от людей, чувствуешь их доброту и благодарность, видишь их улыбки, то понимаешь — ты все делаешь правильно.



## **Анна Ермолова, стилист-парикмахер**

Я пришла в профессию парикмахера... по совету мамы. Вообще-то я мечтала стать врачом, но уже в 4-м классе начала делать подружкам прически, и у меня классно получалось. Мама разглядела мой талант, почувствовала, что это мое. Для меня парикмахерское дело — это и мастерство, и искусство. Я даже не назову его работой, это кайф для меня. Очень люблю работать с мужчинами, у нас с ними всегда потрясающий энергообмен. Для меня в мужских стрижках креатива гораздо больше, и получая удовольствие от творческого процесса, от понимания, что клиент полностью тебе доверяет, я всегда думаю, как выполнить свою задачу еще лучше. Знаю, что если мне нравится результат моей работы, то и клиент на все 100% будет доволен. Счастлива, что сделала правильный выбор в пользу именно этой профессии, что занимаюсь именно своим делом.



## **Василина Лобова, мастер по маникюру и педикюру**

Моя формула успеха — с любовью относиться к своей работе, делать все с душой, так, чтобы клиентам было невероятно комфортно находится в моих руках. Важно, чтобы клиент был максимально расслабленным, отдаваясь мне полностью, практически спал на моих процедурах — наверное, это высшая степень доверия к мастеру. Правда, если ему хочется поговорить, я с удовольствием включаюсь в беседу. Моя профессия — это, прежде всего, забота о мужском здоровье, о его комфорте, это эстетика, возможность придать мужчине уверенности в себе. Со мной он всегда будет в порядке.

## **Лариса Руднева, парикмахер-стилист**

Самое важное для меня в работе — это искреннее чувство любви, которое я испытываю к своим клиентам, к своему делу. Мне нравится раскрывать в каждом мужчине индивидуальность,



создавать красоту, которая и ему приносит радость, и мне дарит потрясающие эмоции. Порой даже удивляюсь, как все здорово получилось. Еще очень приятно, когда приходит в салон гость и с порога говорит: «Как повезло, что я попал сегодня именно к вам!» Конечно, после таких слов уже не думаешь ни о какой усталости — не работаешь, а порхаешь. Помню, как в самом начале работы я боялась своих клиентов — они мне казались таким важными и серьезными. Зато сегодня знаю, если ты занимаешься творчеством, ты всегда будешь счастливым в своей профессии.

## **КОМАНДА:**

**Лолита Титова, Евгения Абрамовская, Оксана Благодарная, Ирина Брага, Анна Ермолова, Оксана Козлова, Оксана Лагутина, Василина Лобова, Лариса Руднева, Анна Фатеева, Оксана Федорченко**





**Оксана Козлова, парикмахер-стилист**

За что я люблю свою профессию? Ответ ясный и очевидный — я очень люблю красоту. Красоту окружающего мира, красивых людей, красивые вещи, красивые отношения. А еще я очень коммуникабельный человек, который получает огромное удовольствие от общения с людьми. Вот когда эти два фактора — эстетика и общение — в твоей работе присутствуют, это просто волшебное сочетание. Мне нравится, что именно в моих руках люди становятся красивыми, что, когда они выходят от меня, они обязательно улыбаются, а глаза у них светятся. Я этим вдохновляюсь, это дает мне силы работать, не уставая, развиваться и учиться. Мне интересны люди сами по себе, а уж «мои» люди, которые со мной много лет, которые приходят ко мне раз за разом, год за годом, интересны вдвойне.

**Оксана Федорченко, парикмахер-стилист**

Табу в работе для меня — проявление халатности и отсутствие чувства такта. В нашей профессии важно быть организованным, пунктуальным, уметь обходить острые углы, чувствовать себя

*Секрет успеха:*  
**Умение правильно встретить гостя. Корректное общение. Быть на одной волне с клиентами и чувствовать их желания.**

с клиентом на одной волне, и в то же время четко видеть границы в общении. А вот главный стимул заниматься любимым делом — это удовольствие от результата. Очень приятно, когда человек благодаря моим действиям преображается, чувствует себя красивым и более уверенным. Меня это заряжает новыми силами, желанием творческого самосовершенствования, постоянного роста.

**Анна Фатеева, парикмахер-стилист**

Моя формула успеха — в любви к своей профессии, к тому, чем я занимаюсь, в желании восхищаться своими клиентами. Когда твое дело тебе приносит удовольствие, когда ты рад видеть горящие глаза людей, ты получишь невероятные эмоции. Каждый день идти с желанием на работу —

это и есть формула успеха, без этого нельзя жить. Мой парикмахерский стаж 20 лет, но честно скажу: каждый день я продолжаю чему-нибудь учиться, открываю для себя что-то новое. И часто делаю это благодаря моим замечательным клиентам — умным и интересным собеседникам.



МУЖСКОЙ САЛОН КРАСОТЫ  
 Салон красоты для мужчин «Just Men»,  
 пр. Фрунзе, 46, тел. 8-983-237-12-02,  
 www.justmen.one

Коллекция **Kiko Milano Charming Escape** – это палитра природных оттенков, естественным образом оживляющая лицо, губы и глаза. Вдохновленная живописными пейзажами Тосканы и обогащенная натуральными ингредиентами, она сочетает в себе традиционный стиль и современные высокоэффективные формулы.



**MAC Love me liquid lipcolour** – это роскошная помада, которая разрушает миф о том, что плотное покрытие обязательно осыпается, скатывается и сушит кожу. Жидкая формула содержит мощный комплекс ухаживающих масел и ярких пигментов. С этой увлажняющей помадой легко выразить свою индивидуальность – невероятно комфортное покрытие практически не ощущается на губах.



Новый крем для лица израильской марки **Ahava** выполнен в концепции увлажнения кожи «изнутри и снаружи». Смесь натуральных минералов Мертвого моря усиливает выработку гиалуроновой кислоты внутри кожи, а высокомолекулярная гиалуроновая кислота, входящая в состав, захватывает дополнительную влагу снаружи, обеспечивая гладкость, эластичность и наполненность кожи.



**Shiseido** представил новую двойную антивозрастную технологию **ImuGenerationRed Technology**, отвечающую за иммунитет кожи. Технология усиливает механизм внутренней защиты в стрессовых условиях и способствует улучшению кровообращения, обеспечивая постоянную доставку питательных веществ и регенерацию клеток.

Ароматизированное масло для тела «**Маракуйя**» **om Fresh Line** на 98,5% состоит из натуральных ингредиентов. Состав на основе оливкового масла и органического масла макадамии легко наносится и быстро впитывается, не оставляя ощущения липкости и жирности. Интенсивно смягчает, питает и увлажняет кожу, улучшая ее эластичность. Приятный бонус – солнечный аромат маракуйи!



*Когда вы счастливы, делая то, что любите, вы уже выиграли.*

Джек Кэнфилд

# Я вернулась в «Бьюти»!

*Роман, как известно, это не только многостраничное повествование, но и история взаимоотношений. Она может быть страстной, счастливой, иногда печальной. Что их объединяет? Любовный роман имеет свое начало, развитие и конец — все как в литературном произведении. Историю своего длительного романа (непростого, конечно же, но со счастливым концом) с мастер-студией «Бьюти» Елена Дорощева, ее управляющая, шутя, называет служебным.*

**«Мы расстаемся, чтоб встретиться вновь...»**

ГЛАВА ФИНАЛЬНАЯ, ИЗ КОТОРОЙ ЧИТАТЕЛЬ СРАЗУ УЗНАЕТ, ЧТО...

*«Не может быть двух хозяек на одной кухне».*

Елена Дорощева

*«Я бы даже сказала: не может быть двух капитанов на одном корабле».*

Светлана Белокрылова

Почему на пике своей карьеры (в 2017 году) Елена решила покинуть место работы, которому отдала несколько лет жизни, в которое вложила столько любви, души и сил? Ее уважали коллеги, ценили клиенты, а их взаимоотношения с директором Светланой Белокрыловой с самого начала строились на полном доверии и взаимопонимании. Но в какой-то момент Елене показалось, что должностные ограничения стали тормозить ее дальнейший рост, что она себя исчерпала в этом качестве, что уже не может дать чего-то большего своей любимой студии.

— Сегодня я понимаю, почему Светлана Павловна меня отпустила довольно

легко. Она просто почувствовала, что мне нужно переключиться на что-то другое, чтобы избежать настоящего профессионального выгорания. И когда в этом году она меня пригласила вернуться, все произошло так, будто я никуда и не уходила. словно я вышла из длительного отпуска — с новыми силами и планами. Как я сейчас понимаю, все эти годы моя любовь к салону, к индустрии красоты никуда не девалась. Жила со мной и во мне, поэтому я снова здесь.



**«Все начинается с любви»**

ГЛАВА ПЕРВАЯ, НАПОЛНЕННАЯ СЧАСТЬЕМ, НАДЕЖДой, ВЕРОЙ И ЛЮБОВЬЮ

*«Сказать, что было безумно интересно, — не сказать ничего!»*

Елена Дорощева

*«Мы до всего доходили самостоятельно. Где-то включалась интуиция, где-то — жизненный опыт».*

Светлана Белокрылова

Почти 25 лет назад молодая девушка, решительно отказавшись от карьеры педагога-психолога, пришла попробовать себя как администратор в салон «Бьюти», открывший Томску совершенно новый вид услуг и уровень сервиса. Причина такого выбора была достаточно уважительной и весомой: ее всегда привлекала индустрия красоты, манил мир моды



и косметологии. Когда она оказалась в «Бьюти», первое чувство, которое она испытала, — восхищение уровнем профессионализма его мастеров, всей его атмосферой. Елена с улыбкой вспоминает о том, сколько было желающих попасть на различные процедуры, как клиенты записывались за неделю и до полуночи ждали возможности попасть на уникальные сеансы красоты. Огромной популярностью у клиентов пользовался профессиональный уход за волосами, услуга эксклюзивная для того времени в Томске. В студии даже была создана собственная лаборатория, где и проводились все восстановительные процедуры.

— Настоящий космос, куча открытий! Я работала по двенадцать часов, но не чувствовала никакой усталости. Ведь мы предлагали томичкам самые крутые новинки в парикмахерской сфере — окрашивания, стрижки, знакомили их с модными трендами, организовывали шоу показы и... всегда были на шаг впереди остальных. Речь шла ведь не только о статусе «Бьюти» или нашем желании быть первыми в индустрии красоты нашего города. Все, что мы делали и продолжаем делать и по сей день, — было ради клиентов.

**«Удача улыбается смелым»**

ВТОРАЯ И ЛУЧШАЯ ГЛАВА РОМАНА, В КОТОРУЮ СНОВА РЕШИЛА ВЕРНУТЬСЯ НАША ГЕРОИНЯ

*«Я мечтала, что вся моя жизнь теперь всегда будет в движении».*

Елена Дорощева

*«Уверена, что успех — это в первую очередь люди, которые здесь работают».*

Светлана Белокрылова

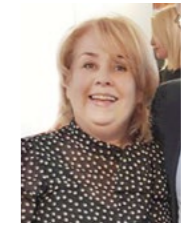
В 2000 году состоялся переезд в новое здание. Елена вспоминает, какой восторг вызвало это событие у клиентов, и у сотрудников. Большие площади позволили организовать и сауну, и массажный кабинет, и спортивный зал, площадью около 40 кв. метров со специальным инвентарем и профессиональными тренерами.

— Работы, конечно, стало больше, и Светлана Павловна увидела во мне своего помощника, руководителя коллектива. Хотя я, честное слово, никогда не рвалась в начальники... (Улыбается.) Как-то все само собой вышло. Первое время было непривычно, я же была заточена на администрирование и личное общение с клиентом: записать гостя, встретить, принять. А тут я должна была в кабинете сидеть и руководить! (Улыбается.) Я передала свои навыки администратора уже новому сотруднику, пришедшему на мое место, понимая, что кабинетная работа дала мне новые возможности для улучшения всех рабочих процессов. Я мечтала, чтобы все было идеально, даже присесть на самом деле удавалось очень редко.

Думаю, что в сегодняшнем успехе «Бьюти» по-прежнему есть и мой труд, и мое горение, и моя преданность. Все эти годы были такими наполненными, что забыть их нельзя. Говорят, что нельзя дважды войти в одну реку, но думаю,

если любишь, никакие правила здесь не применимы. Я вернулась. Вернулась в родной коллектив! Этот коллектив за 4,5 года моего отсутствия немного возмужал, и сам салон словно был готов к новому рывку... Еще уютнее и комфортнее стали кабинеты косметологии, входная группа поражает своим новым светлым и удобным холлом. О переменах, произошедших и задуманных мной, расскажем в следующих выпусках. (Хитро улыбается.) Так что, будем жить и творить дальше.

**Послесловие от Светланы Белокрыловой**



— Прошло 30 лет после создания мастер-студии «Бьюти». И все эти годы мы продолжаем сохранять звание трендсеттера в своей области, привозить награды с престижных парикмахерских конкурсов, создавать звездных мастеров, свое неповторимое лицо, свой особенный характер, свою прекрасную и сильную энергетику. Уверена, что успех — это в первую очередь люди, которые здесь работают и о которых мы много чего вам расскажем в дальнейших публикациях.

На протяжении долгого времени я была рада ощущать постоянную поддержку Елены и сейчас счастлива понимать, что у меня снова есть надежный партнер и коллега, которому я могу всецело доверять, который всегда подставит плечо и будет рядом в трудную минуту. Возможно, когда-нибудь вместе мы напишем роман под названием «40 (50 и так далее) лет спустя». Мы ведь обе — творческие девушки! (Улыбается.)

**BEAUTY**  
МАСТЕР СТУДИЯ

Мастер-студия «Beauty», ул. Киевская, 15,  
тел.: 24-99-13, 26-05-98,  
beautystudio.tomsk.ru, beautytomsk@mail.ru



*Дарина Виннер*

*Преподаватель лицензированной школы красоты «PUDRA» по прическам и визажу. Мастер международного класса по парикмахерскому искусству. Участник международного продюсерского проекта Георгия Кота «Золотая Мантия».*



**PUDRA®**  
PROFESSIONAL SCHOOL OF BEAUTY

@PUDRASCHOOL  
@DARINA\_WINNER

**НАБОР ГРУПП  
НА БАЗОВОЕ ОБУЧЕНИЕ  
И ПОВЫШЕНИЕ  
КВАЛИФИКАЦИИ**

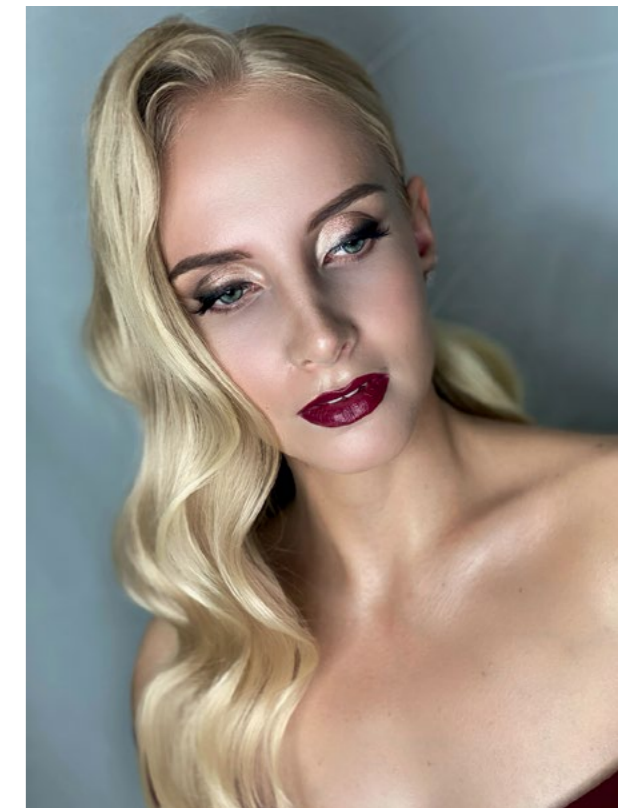
Проводится ежемесячно

Курсы аккредитованы,  
программы обучения соответствую-  
ют ФЗ 273 «Об образовании» в РФ

Курс «Визажист-стилист»  
отмечен золотой медалью «Гемма»

По окончании курса выдаются  
сертификаты государственного образца  
с присвоением квалификации.

Школа красоты  
«PUDRA»  
**ПР. ЛЕНИНА, 147**  
(1-й этаж, правое крыло)  
**ТЕЛ. 230 - 210**  
**PUDRA.SCHOOL**





КОЛЛЕКЦИИ / ЛИЦА / БЕСТСЕЛЛЕРЫ

### ЗДОРОВАЯ КОЖА

Из всех недостатков кожи именно акне стало основной проблемой за последние месяцы в связи со стрессом и ношением масок. Для естественного лечения французская марка Caudalie предлагает средства серии Vinopure с обновленной формулой для более эффективных результатов. Эти средства, созданные из ингредиентов природного происхождения, значительно улучшают качество кожи, склонной к акне, без агрессивного воздействия.



### ГЛЯДЯ В ГЛАЗА

Sexy Silky Concealer от Romanovamakeup – это безупречная кожа и свежее, отдохнувшее лицо. Консилер в форме стика за пару касаний маскирует темные круги вокруг глаз. Нежная кремовая текстура представлена в оттенках light (светлый) и medium (средний). Невесомое средство делает кожу гладкой, как шелк, не подсушивая ее.



### РУКА И ЖЕСТ

Новой главой в истории Beaute Hermes стала гамма Le Main Hermes. Красота рук от Hermès связана с одной из профессий мастеров Дома: ремеслом эмалиера. Искусство эмали напоминает алхимию, волшебным образом объединяющую воедино глазурь, цвет и блеск. Лак – это цвет на кончиках пальцев. Руки превращаются в аксессуар, а их обладательница – в объект эстетического восприятия. Комплексное средство для рук, питательное масло для ногтей и кутикулы, защитная основа, лак, финишное покрытие и набор пилочек объединены в универсальную гармонию ухода и цвета для полноценной заботы о руках.



### УДАР ЗАСЧИТАН

В этом году Lacoste возвращается на корт с новой парфюмерной водой Match Point. Великий теннисист Рене Лакост (René Lacoste) прославился и своим стилем игры: сосредоточенным, полным решимости, дерзким. Эти качества и вдохновили на создание аромата Match Point, свежего и в то же время древесного, яркого и проникновенного. Он служит аллегорией тем моментам жизни, когда все может измениться в одну секунду. В сердце аромата – головокружительные ноты пачули, а ветивер в пленительном шлейфе исполнен духом дерзости. Удар засчитан. Матч выигран. Требуется лишь мгновение, чтобы осознать действительность, ощутить чувство гордости и восторг победы.



ЭКСТРЕННЫЕ  
БОЛЬНЫЕ –  
БЕЗ ЗАПИСИ.



**Алдан Вет**  
ВЕТЕРИНАРНАЯ КЛИНИКА

### ШИРОКИЙ СПЕКТР ВЕТЕРИНАРНЫХ УСЛУГ:

- Диагностика (рентген для животных, УЗИ, лабораторные и клинические исследования, ЭхоКГ и ЭКГ)
- Терапия
- Онкология
- Кардиология
- Стоматология
- Травматология
- Офтальмология
- Хирургия (анестезиологическое и кислородное сопровождение).
- Послеоперационный стационар с терапией
- Гостиница для мелких животных



УЛ. К. МАРКСА, 63 (1-Й ЭТАЖ)  
ТЕЛ.: 94-01-74, 400-504, 24-96-70

ALDANVET\_TOMSK

# Талант быть яркой

*Решение заниматься искусством визажа не пришло к Манзуре Сайфовой в один день. Сначала, по ее словам, ее настигла влюбленность в красоту, а уже потом к ней пришло желание делать других девушек более привлекательными, счастливыми, наполнять их женственностью и сознанием собственной неотразимости.*

*Манзура, с чего все началось?*  
— С вдохновения. (Улыбается.)

Точнее, с работы в сети магазинов Л'Этуаль. Пришла туда и через несколько дней просто влюбилась в красоту. Окунувшись в мир декоративной косметики, парфюмерии, сначала просто помогала клиентам сделать правильный выбор, потом решила выучиться на визажиста в одной из студий Томска. Уровень преподавания был неплохим, но мне не хватало практики. Перекрасила всех своих подружек и сестер и поняла, что надо ехать на обучение в Москву. Перевелась в столичный магазин сети и сразу пошла учиться. Прошла курсы всех звездных визажистов — Мадины Ибрагимовой, Гоар Аветисян, попасть к которой было моей мечтой, Сердара Камбарова, известного по проекту «Перезагрузка». Дополнительно получила диплом об окончании курса по современным прическам от Гульнары Чекоевой. Работала, параллельно создавала портфолио, число довольных клиентов росло, появились и собственные ученицы.

Когда узнала, что жду ребенка, решила, что это время безопаснее будет провести в родном городе. Однако очень быстро и здесь я обросла клиентками и учениками — все довольны нашим сотрудничеством. Так что какое-то время планирую пробыть в Томске, возможно, даже создать свою студию.

*— За это время у вас сформировался собственный стиль?*

— Да, конечно. Это сочные и насы-



Локация: Ресторан Едатека @edateca.tomsk

щенные графитные макияжи, двойные стрелки... Быть яркой — это тренд нынешнего и будущего сезонов. Хотя, конечно, я выполняю и классический нюд, но предпочитаю создание достаточно активных образов. Обязательно делаю акцент на глазах или губах. Мои работы в чем-то напоминают манеру Гоар Аветисян, но техники я применяю уже более современные. Возможно, в следующем году я официально представлю свой авторский стиль.

*— Макияж — это обязательная «одежда» для девушки?*

— С макияжем, пусть даже это один тон на лице, любая из нас, осознавая собственную красоту, всегда чувствует себя более уверенно. Так приятно видеть,

как девушки впечатляются результатом работы со мной, какие у них становятся счастливые глаза. Своих моделей иногда даже на улице нахожу: приглашаю к себе, показываю, как можно измениться с помощью макияжа. Сейчас у меня появилось много клиентов, набираю желающих обучиться визажу — в моем случае сарафанное радио работает просто замечательно. (Улыбается.)

*— Все могут быть визажистами или только самые талантливые, для которых макияж — это призвание?*

— Если девушка хочет просто грамотно научиться наносить себе макияж, конечно, я могу за один день поставить ей руку, дать советы по уходу за кожей (это самое важное), объяснить, как наносить тон, помаду, какие кисти использовать, как трансформировать дневной образ в вечерний и т. д. Главное — делать все это регулярно, не останавливаться, постоянно набираться опыта. А вот выучиться на профессионала — времени нужно больше — 5 дней. Но я знаю, что когда человек увлечен, любит дело, которым мечтает заниматься, когда понимает, что это и есть его настоящее призвание, тогда он набирается знаний очень быстро.



MANZURA.MAKEUP.ARTIST

Instagram: manzura.makeup.artist

# HOME & Design\*

## МЕЧТЫ ОБ АДРИАТИКЕ

Porto Montenegro, флагманский комплексный проект на берегу Которского залива, представил новый жилой квартал Voka Place.

Жилая зона, расположенная на естественной возвышенности, позволит наслаждаться видами на городок, марину и залив.

Дизайн апартаментов и частных резиденций предусматривает обилие естественного света и дарит атмосферу умиротворения и элегантности. Жильцы будут иметь эксклюзивный доступ к панорамному бассейну и закрытым садам.



\* «ДОМ И ДИЗАЙН»

# Больше, чем ванная

*Зеленая, умная или жилистая?  
О чем это мы? О главных  
трендах в дизайне ванных  
комнат.*

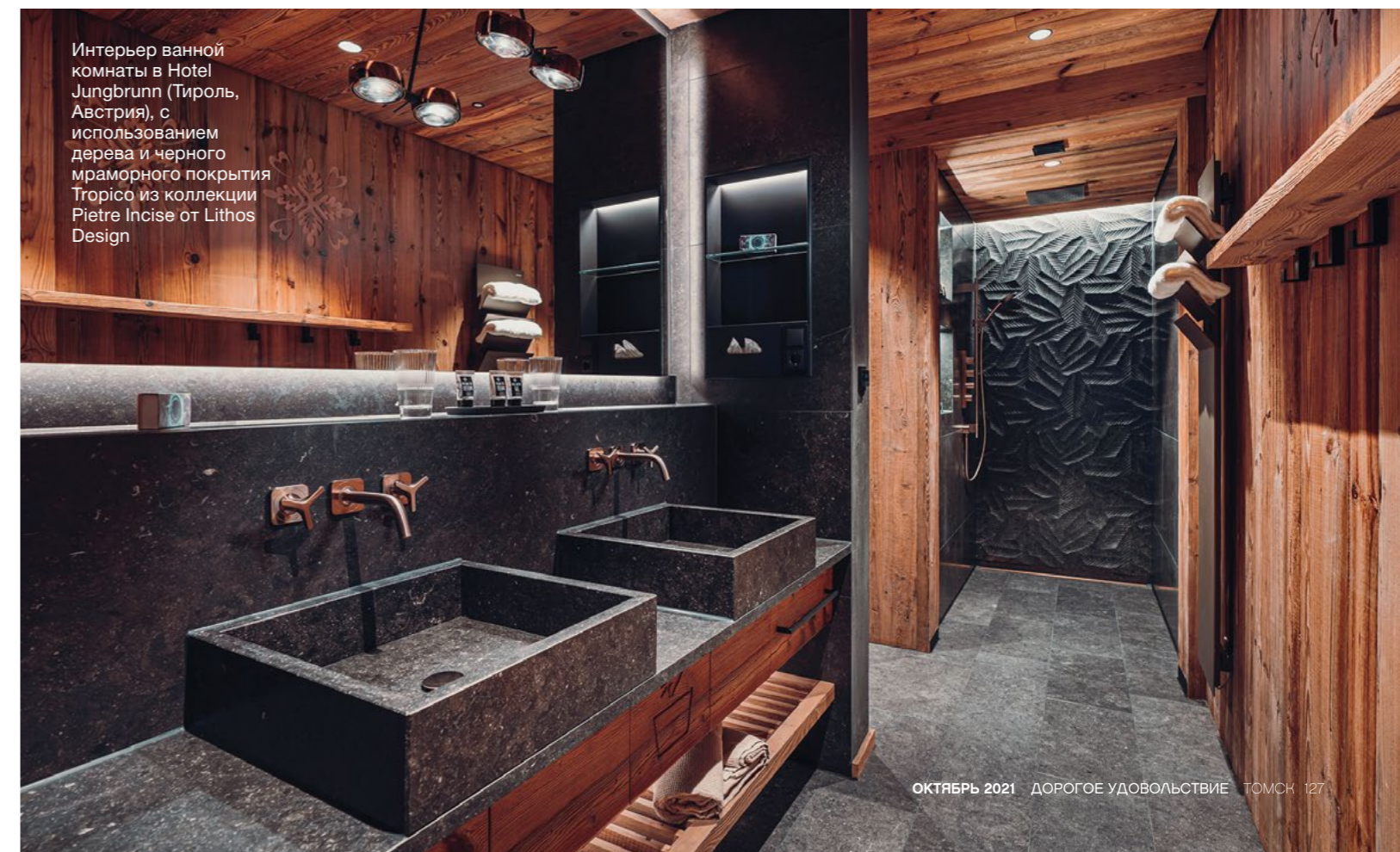
*Текст: Вика Маркова  
Фото: архивы пресс-служб*



Орнаментальная  
плитка из  
керамогранита  
Opus от  
Casalgrande  
Padana

**Г**оворить о тенденциях в дизайне ванных комнат не совсем правильно. Мы давно уже живем в мире широких возможностей, где производители каждый год выпускают новые линейки и коллекции плитки, смесителей, душевых кабин, умывальников, ванн и прочих элементов, необходимых для обустройства ванной комнаты, расширяя свои каталоги, а не заменяя одни позиции другими. В руках дизайнера интерьеров эти кусочки пазла могут сложиться в любую по стилю картину – от ар-деко и модернизма до стимпанка и поп-арта. Тренды в материалах, цветах и сантехнике существуют, но они весьма относительны, так как всегда соблюдается баланс предложений: наряду с появлением у «плиточников» палитры пастельных оттенков присутствует и классическая белая плитка, и ярких открытых цветов, и матовая, и глянцевая... И так происходит в каждой из специализаций. Остается лишь понять, как во всем этом многообразии разобраться и найти то, что нужно именно вам.

Чтобы понимать, что происходит в головах производителей и почему они выводят на рынок определенные новинки, важно знать глобальные тренды, которым так или иначе уже не один год подчиняется весь интерьерный мир и не только. Не пугайтесь, что звучат они достаточно абстрактно: забота об экологии и самоощущении человека. Провести прямую линию от этих тенденций к дизайну ванных на самом деле просто. Экологичность может выражаться поверхностно – например, в природ-



Интерьер ванной комнаты в Hotel Jungbrunn (Тироль, Австрия), с использованием дерева и черного мраморного покрытия Tropico из коллекции Pietre Incise от Lithos Design





Интерьер детской ванной комнаты по дизайну Maxime De Campeaere, Бельгия. Плитка из коллекции Craft от Agrob Buchtal



Трехмерный рельеф на стене этой частной резиденции – не что иное, как мраморные плиты. Модель Fondo, Lithos Design

ной цветовой гамме, в керамической плитке под дерево, использовании натурального мрамора или гранита, деревянного шпона в отделке мебели и т.д. или же глубинно – в технологиях, которые позволяют экономить энергию, воду и использовать ее повторно. Что касается самоощущения, то эта тенденция связана с превращением ванной в домашний спа-комплекс, с душевой кабиной с функцией сауны или дождевым душем с цветотерапевтическим эффектом.

В том, что эти направления не только актуальны сегодня, но и будут определять дизайн ванных комнат в будущем, можно было убедиться в тренд-зоне ISH 2021, крупнейшей сантехнической выставки, проходящей ежегодно во Франкфурте-на-Майне. Аналитики



Terrazzo от Casalgrande Padana

ISH, которые составляют прогнозы развития тенденций, выделили три основных вектора: «зеленая ванная комната», «умная ванная комната» и «жилая ванная комната». При этом необязательно выбирать для ориентира один тренд – ваша ванная может быть одновременно и «зеленой», и «умной», и «жилой». Основная концепция из этих трех – «зеленая ванная комната». Она об экологичности, которая предусматривает не только использование сложных технических продуктов и новейших технологий, но и применение натуральных материалов, которые прослужат много лет. «Зеленая ванная» стремится к оптимальному сочетанию умных, водо- и энергосберегающих систем, экологичных материалов и долговечного дизайна, одновременно создавая ощущение соприкосновения с природой. Ее составляющая, «умная ванная комната», — это, например, зеркало с функ-

цией инфоцентра, интеллектуальное управление водоснабжением и освещением, унитаза и биде, управляемые с помощью мобильных приложений, гигиенические функции на основе ультрафиолетового излучения и бесконтактные технологии.

«Жилая ванная комната» или, другими словами, гостиная-ванная является ответом на растущую потребность в индивидуальном, удобном и уютном рекреационном центре в стенах собственного дома. Современная концепция использования ванной комнаты – о создании пространства улучшенного качества, позволяющего заниматься не только гигиеной, но и оздоровительными процедурами. В такой ванной есть детали, позаимствованные у гостиной – лаунж-кресла или шезлонги, в ней больше текстиля, и она более гибкая и привлекательная.

В начале пандемии Герт ван де Кеукен, тренд-аналитик и арт-директор парижского агентства Studio Edelkoort, говорил о неизбежном изменении наших представлений о собственных потребностях: «Мы, наконец, поймем, чего нам не хватает, а в чем, наоборот, существует переизбыток. Наши нужды будут существенно пересмотрены».

Интерьер ванной комнаты, дизайн Maxime De Campeaere, Бельгия. Плитка из коллекции Craft от Agrob Buchtal



Плитка Nuances, 8,2 x 25 см, Casalgrande Padana



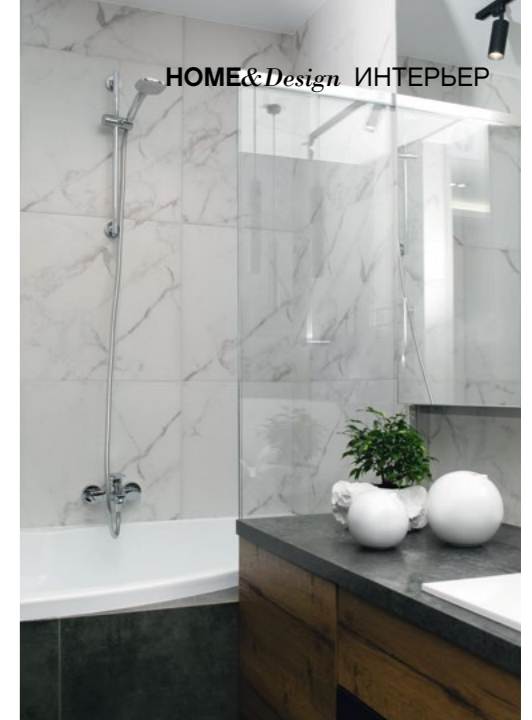
Керамогранит из коллекции Macro от Casalgrande Padana



То, что происходит в дизайне ванных комнат, именно об этом – о пересмотре своих потребностей и приоритетов. И если раньше эстетическая сторона в этой зоне дома была важнее остальных, а функционал не менялся десятилетиями, то сейчас наступило время целостных концепций, когда все работает на улучшение самоощущения, включая красоту «картинки», заботу об экологии планеты и использование дополнительных функций, которые подарил нам 21 век. Цвет плитки и сантехники, смесители из латуни или с черным напылением, обои или керамика, керамогранит или кварц – дизайн ванных комнат выходит за рамки решения этих вопросов. Потому что он сам должен быть, в первую очередь, «умным» и «зеленым».

Душевая кабина Ascua 5000 от duka





# Меньше — значит больше

**М**ного воздуха, света и свободного места, геометричность форм и монохромность в цветовых решениях. Минимализм как направление обрел популярность в середине XX века. За что в том числе нужно благодарить конструктивизм и функционализм 20-30-х годов и дизайнерские решения немецкого института Баухауз.

В последние десять лет темп жизни у многих людей стал настолько динамичным, что нам элементарно не хватает времени на поддержание порядка в доме. Однако это совсем не означает отказ от спокойствия и гармонии внутри себя и в личном пространстве.

Что такое современная жизнь в стиле минимализма и почему именно он способен привести к душевному счастью и физическому комфорту, рассказывает дизайнер Елена Коровина.

— Сегодня минимализм — это больше чем стиль, это мировоззрение и даже философия. Это тренд практичных людей, для которых важно использовать предмет или одежду, а не их кажущуюся ценность. Не захламлять пространство, не захламлять свои мысли. Не носить с собой лишнего. Минимализм очень близок по духу к буддизму, одно из главных посланий которого звучит, как «желай меньше».

Он набирает обороты не только в интерьерах, но и в других сферах нашей жизни, в книгах, например. Вот почему меня часто просят создать функциональные места хранения вещей. Даже семьи с тремя детьми стараются не наполнять пространство своего жилища множеством предметов. Как пример —

приобретая встроенный холодильник небольшого размера, люди объясняют, что не хотят выкидывать пришедшие в негодность продукты.

Речь идет и о стремлении к экологичности, поскольку направление минимализма основано на использовании натуральных материалов, придающих жилищу уют и теплоту. В интерьерах традиционно используется дерево, бетон, металл, стекло или кирпич, активно применяются натуральные камни различных пород и окрашенные поверхности из искусственного камня. Встроенная мебель — без ручек и излишеств, в пространствах отмечается преобладание прямых линий, закрытых систем хранения, больших окон.

Именно такое оформление мы и выбрали для стилизации нашего нового проекта. Если говорить о цветовой гамме, то превалирует монохромность с преобладанием светлых тонов: оттенков серого, белого, охры или естественных тонов под кирпич или дерево. Идеальный оттенок краски для стен премиум-сегмента H&H GLUCK нам удалось подобрать вместе с интерьерным салоном «ОМ Deco». Корпусная мебель от салона «Академия мебели» — это безупречное качество, красота и функцио-

нальность, полностью воплощающие в себе философию минимализма. Мягкая мебель от студии интерьерных решений «PERFECTO» (бывшей студии мягкой мебели «Будуар»), изысканно комфортная, логично вписалась в общую концепцию проекта и простотой формы, и сдержанной природной цветовой гаммой. Элегантно и стильно выглядит лаконичное решение ванной комнаты, в которой использована сантехника европейских марок и керамическая плитка от салона «Панорама Декор». Акцент в пространстве создают графитовые, шоколадные, черные тона или оттенки металла и стекла. Используются скрытые источники света, что рождает

совершенно разные сценарии в дневное и ночное время суток.

Реализацией проекта занималась строительная компания «Bevska Pro».

Минимализм в дизайне и интерьере — это не когда мало вещей и мебели, а когда их достаточно. Когда комфортно, функционально и красиво. Это простота и надежность. Много «воздуха», пространства, свободы — почти революция, в метафизическом ее понимании, конечно.

Интерьерные картины: Анна Зарипова @annzari

Декорирование интерьера к съемке: интерьерный дом ZOVINTERIOR HOME @zovinterior\_home.

“МИНИМАЛИЗМ очень близок по духу к БУДДИЗМУ, одно из главных посланий которого звучит, как «ЖЕЛАЙ МЕНЬШЕ».”



ED  
ELENA DESIGN

Дизайнер Елена Коровина,  
БЦ «Статус», пл. Батенькова, 2, оф. 506,  
тел. +7-903-955-52-98 @elena\_design70

АКАДЕМИЯ  
МЕБЕЛИ

Функциональная мебель для дома салон  
«Академия Мебели», пр. Комсомольский, 37,  
тел. 8 (3822) 21-31-45 @akademiki\_mebeli

Derufa

Краска для стен премиум-класса  
пр. Фрунзе, 96, тел. +7 (3822) 55-01-87,  
omtomsk.ru @derufa\_tomsk

PERFECTO  
студия интерьерных решений  
МЕБЕЛЬ НА ЗАКАЗ

ТЦ «Город», ул. Герцена, 61/1,  
тел. +7-913-864-00-64 @perfecto.mebel

Bevska

Строительная компания «Bevska»,  
ул. Карташова, 4, тел. +7-952-160-88-88,  
bevska.ru @bevskaipro

Панорама  
ДЕКОР  
САЛОН КРАСИВОЙ ПЛИТКИ

Магазин-салон «Панорама Декор»,  
европейская сантехника и керамическая плитка,  
ул. Алтайская, 10, тел. 8 (3822) 46-96-83,  
salon@panorama.tomsk.ru @decor\_tsk



**М**иланская выставка продолжает будоражить, манить, словно магнитом привлекая к себе участников и гостей. На этот раз здесь собрались представители 425 брендов, 170 молодых студентов с разных континентов, 39 независимых дизайнеров. А вот посетители прибыли в Италию из 113 стран — практически со всего мира. Кому-то удалось проследить за миланскими событиями с помощью новой цифровой платформы Salone del Mobile.Milano, позволявшей, к тому же, обмениваться полезной информацией и контактами.

Отрасль производства мебели и осветительных приборов для экономики Италии очень значима — продажи в ней возросли на 21,4% по сравнению с 2019 годом, экспорт — на 5,7%. Организаторы рассчитывали — долгожданное событие поможет пробудить Милан, один из мировых центров дизайна. За его сумасшедшую по насыщенности программу отвечали куратор Стефано Боэри и международная группа профессионалов, придумавшие формат крупной выставки, максимально открытой для публики, за которым — будущее. Специальные экспозиции, представляющие конструкции из перерабатываемых материалов, подчеркивали важное для миланской выставки эко-направление.

### «ЗЕЛЕНый» САЛОН

Выставка получилась «зеленой» не только из-за внимания к устойчивому развитию, но и буквально — ее украсили 200 деревьев. «Лес», созданный благода-

Фото: Andrea Mariani, Diego Ravier, Francesco Rucci, Luca Orsi

# Пробудить Милан

*Мир оживает после локдаунов, и один из знаков возвращения к нормальной жизни — Salone del Mobile.Milano, мебельная выставка, которую в сентябре посетило более 60 000 человек. Среди них — итальянский президент Серджо Маттарелла и редакция томского «Дорогого удовольствия».*

ря миланскому проекту Forestami по озеленению города, встречал посетителей у турникетов на входе в миланский выставочный комплекс Rho и словно прокладывал себе путь в самую гущу событий. Внутри гостей ждало еще 100 деревьев в различных выставочных пространствах и зонах отдыха. В оригинальной зеленой инсталляции у входа на выставку важную роль играла музыка, акустический резонанс которой усиливали деревья.

### МАСТЕРА И ЭКСПЕРИМЕНТАТОРЫ

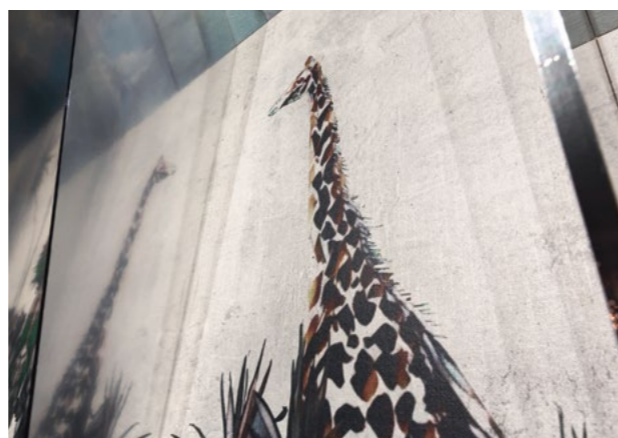
Увлекла гостей и выставка The Lost Graduation Show. В павильоне пред-

ставили временную экспозицию, где ни один материал не был потрачен впустую. Объекты сделали из изготовленного в автоклавах газобетона — после демонтажа все компоненты вернулись в производственный цикл, так как они еще пригодятся в строительстве.

На выставке Take Your Seat царствовал стул — самый легендарный объект дизайна, прекрасно передающий его значимость. Более 100 моделей, созданных в период от 1954 года до наших дней, ярко продемонстрировали, какую роль играла форма стульев в жизни общества и как их авторы реагировали на смену культурных парадигм, демонстрируя свое особенное видение этого привычного предмета.



Frigerio

HORIZON SOFA  
CHRISTOPHE PILLET

технология лазерной резки). Их коллеги из дизайн-студии Paolo Dell'elce работают с древней леирийской глиной, украшая изделия из нее узорами, на которые авторов вдохновила поездка в Португалию.

Объекты от Piet Hein Eek, инициатора борьбы за использование старых вещей, материалов и древесных отходов для создания новых предметов, также направлены на устойчивое развитие и минимизацию отходов. Обращают на себя внимание и работы Андреа Елены Фабрес Медины (студия Superforma), создающей предметы из переработанного пластика, и современные возможности 3D-печати для дизайна новых ламп от голландца Дирка ван дер Коойма. Джонатан Радетц из Германии научился перерабатывать алюминий, придавая ему сходство с лунной поверхностью.

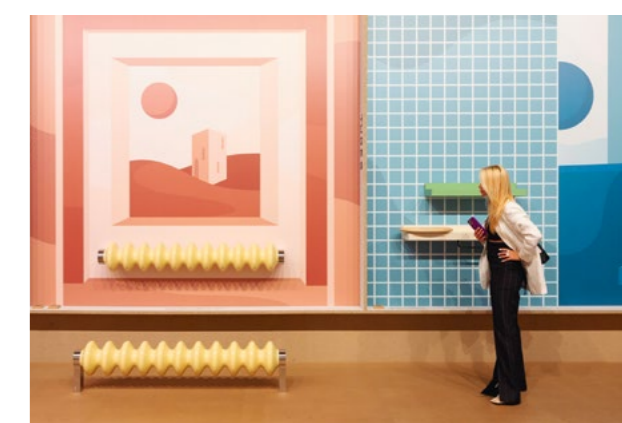
Его соотечественник Тимо Вухнер работает с деревом без клея и без композитных материалов, делая предметы, которые можно полностью разобрать на части и отремонтировать. Таких проектов много — Supersalone стал настоящим простором для демонстрации актуальных идей.

### ЗАЖГЛИ ОГОНЬ

Вдохвленные успехом выставки организаторы уже начали готовиться к очередной встрече весной. Тем более, что она станет юбилейной.

Мария Порро, президент Salone del Mobile.Milano: «Мы зажгли огонь и запустили цепную реакцию в международном дизайн-сообществе, Милане и всем нашем направлении в целом. Осознавая историческое значение ценности этого

коллективного культурного наследия, сейчас мы смотрим в будущее и уже готовы принять новый вызов и начать работу над 60-й выставкой Salone del Mobile.Milano, которая пройдет с 5 по 10 апреля».



В специальной программе салона были лекции и дискуссии от известных спикеров, включая дизайнеров, архитекторов, инноваторов, визионеров, предпринимателей, художников и политиков из разных стран. Эксперты говорили об экономике, экологии и поднимали другие острые для всего мира темы.

Выставка The Makers Show, специ-

альное мероприятие Salone del Mobile, была посвящена дизайнерам-экспериментаторам со всего мира. В нем участвовали занимающиеся поисками в сфере дизайна ателье, студии, лаборатории и стартапы, основанные на новых технологиях производства.

Итальянец с японскими корнями Туксака Гото использовал для своих

объектов деревянные коробки и стеклянные бутылки а-ля Модильяни, так как считает, что такие работы помогут оценить красоту, созданную для повседневной жизни. Миланская студия архитектуры и дизайна NM3 сочетала в своей скамье и двух небольших столиках разные материалы — алюминий и мрамор минимальной толщины (помогла

Вдохвленные **УСПЕХОМ ВЫСТАВКИ** организаторы уже начали готовиться к очередной **ВСТРЕЧЕ ВЕСНОЙ**. Тем более, что она станет **ЮБИЛЕЙНОЙ**.

# ПСБ Private Banking

КОМФОРТ, ДОХОДНОСТЬ, ПРИВАТНОСТЬ

*Что происходит с рынком private banking, возможен ли его полный переход в онлайн, как банки гарантируют клиентам полную конфиденциальность, мы попросили рассказать регионального директора Томского офиса ПСБ Андрея Сальникова и руководителя группы частного капитала Томского офиса ПСБ Анну Кохан.*

— Деньги любят тишину, а состоятельные клиенты ценят конфиденциальность... Как ПСБ обеспечивает приватность для своих VIP-клиентов?

**Андрей Сальников:** Мы гарантируем VIP-клиентам ПСБ полную безопасность и конфиденциальность, и это не просто слова: у нас самые передовые IT-технологии защиты информации, мы постоянно совершенствуем систему информационной безопасности, исключая все возможные риски нарушения ее целостности.

— Когда базовая потребность в безопасности удовлетворена, на первый план выходит тема доходности банковских продуктов. Что VIP-клиентам может предложить ПСБ?

**Андрей Сальников:** ПСБ в первую очередь предлагает состоятельным клиентам индивидуальный премиальный подход. На фоне роста ключевой ставки Банка России растет доходность по вкладам, возможно согласование и эксклюзивных ставок по депозитам. Мы готовы предоставлять индивидуальные ставки и по кредитам, предусмотрен льготный курс обмена валют. Наши классические премиальные продукты имеют рыночную доходность, и мы, повторюсь, всегда готовы к диалогу с клиентом и поиску наиболее выгодного для него решения.

Из других сберегательных инструментов стоит отметить облигации ПСБ и инвестиционные монеты из золота. Драгоценные металлы, и золото, в первую очередь, были и остаются самыми популярными защитными активами.



Андрей Сальников

Наши классические ПРЕМИАЛЬНЫЕ продукты имеют РЫНОЧНУЮ ДОХОДНОСТЬ, и мы всегда готовы к диалогу с клиентом и поиску наиболее ВЫГОДНОГО для него РЕШЕНИЯ.

**Анна Кохан:** Среди новых и уже ставших популярными предложений — пакет услуг «Атмосфера» на основе премиальной банковской карты, которая позволяет получать повышенный кешбэк за покупки и солидный процент на остаток средств на счете. В рамках пакета предоставляется также сервис «Семейный доступ». Все члены семьи, включая детей, и доверенные лица получают такой же набор привилегий, как и сам клиент.

В группе ПСБ есть управляющая компания «Промсвязь», которая предлагает широкую линейку инвестиционных стратегий для клиентов с разным риск-профилем. Один из самых востребованных продуктов «УК Промсвязь» — открытые пассивные инвестиционные фонды (ПИФ), демонстрирующие высокую доходность. Так, согласно рейтингу портала InvestFunds, в который включены фонды с активами более 500 миллионов рублей, открытый ПИФ «Промсвязь — Перспективные вложения» вошел в ТОП-10 по доходности за 2021 год. На июль текущего года доходность этого фонда составила +42%.

Для клиентов, которые предпочитают держать свои средства исключительно в валюте, мы предлагаем структурные продукты и стратегии доверительного управления с актуальными инвестиционными идеями. Например, инвестиции в акции компаний сектора европейской недвижимости, приносящей стабильный рентный доход в евро, а также инвестиции в долларах в портфель ценных бумаг компаний, следующих



Анна Кохан

Открытый ПИФ «Промсвязь — Перспективные вложения» вошел в ТОП-10 ПО ДОХОДНОСТИ ЗА 2021 ГОД. На июль текущего года доходность этого фонда составила +42%.

принципам ответственного потребления и не оказывающих негативного влияния на окружающую среду.

— Private banking — это не только особые условия по продуктам, но и индивидуальное круглосуточное обслуживание. Какие сервисы и партнерские программы предлагает клиентам ПСБ?

**Андрей Сальников:** К услугам наших VIP-клиентов персональный менеджер для консультаций по любым банковским вопросам и проведению операций в удобном клиенту режиме. Также круглосуточно работает выделенная линия колл-центра. Многие организационные моменты помогает решать консьерж-служба. Кроме того, нашим VIP-клиентам доступны услуги компаний-партнеров в сфере юридического и налогового консалтинга, покупки и управления недвижимостью.

**Анна Кохан:** У ПСБ солидный пул партнеров, поэтому мы предлагаем широкую линейку программ. В настоящее время у VIP-клиентов особенно актуальны инвестиции в свое здоровье. Поэтому популярностью у наших клиентов пользуется

партнерская программа «Грани здоровья», которая позволяет своевременно выявить критические заболевания и получить лечение в лучших профильных клиниках мира. При этом по истечении срока действия программы клиенту гарантирован 100% возврат взносов при любом сценарии развития событий.

— Сегодня мобильный банк стал аналогом классического банковского отделения. В случае с private banking уход в онлайн возможен?

**Андрей Сальников:** Уже сегодня наши VIP-клиенты могут оформить практически любой банковский и инвестиционный продукт без визита в офис, через мобильное приложение. Но до полного отказа от общения с персональным менеджером еще далеко. Как показывает практика, все важные инвестиционные решения наши клиенты принимают в офисе.

**Анна Кохан:** Наши клиенты молодеют, и, возможно, через несколько десятков лет private banking полностью уйдет в онлайн. Сейчас же средний возраст VIP-клиентов — 50-55 лет, а люди этого поколения ценят личное общение.

# КЛУБ

## постоянных клиентов

Как известно, лучшая реклама — это рекомендация человека, которому вы доверяете. А поэтому — добро пожаловать в наш Клуб постоянных клиентов. Искренним мнением о сотрудничестве с юридическим агентством «Аврора» и ее руководителем Ольгой Райх делятся люди, чей бизнес находится под надежной правовой защитой ее компании.



**КОНСТАНТИН ПОЛЯКОВ, @POLYAKOVKOS**  
генеральный директор и  
соучредитель компании «Деловой  
партнер охраны труда»

Мы сотрудничаем с юридическим центром «Аврора» не так давно, но я знаю его руководителя Ольгу Райх достаточно долго: еще до заключения договора между нами, как юридическими лицами, мы консультировались по важным вопросам. Ольга не только высококлассный специалист, но и очень хороший собеседник, порядочный человек. Директор компании — это всегда ее лицо, от личных качеств руководителя зависит многое — в том числе высокий уровень сотрудников. Для меня это было важным критерием выбора юридического партнера.

Хочу отметить высокий профессионализм всех специалистов «Авроры», которые без проблем справляются со многими важными для нас юридическими вопросами. Наш бизнес активно развивается, у нас крупные заказчики, много поставщиков. Это требует от нас пристального внимания к каждому договору, учета всех нюансов и тонкостей. Сотрудники центра — ребята очень вездельные, все документы оформлены ими так, что компания отлично защищена со всех сторон при заключении того или иного контракта. Мы видим реальный эффект, знаем, что в любой момент сможем воздействовать на наших поставщиков, благодаря условиям, прописанным центром «Аврора». Очень доброжелательная команда, с которой приятно иметь дело.



**МАРИНА СУТУРИХИНА, @BUN.OHOTNIKI**  
руководитель компании  
«Охотники за бухгалтерией»

Люблю, когда на первой встрече-знакомстве передо мной оказывается открытый человек с явным стержнем, твердый профессионал, умеющий донести свою точку зрения. Всё это не только про легкость общения, но и про дальнейшее результативное сотрудничество. В эти моменты у меня всегда пробегает мысль: «Вот он, человек, которого принято называть «звезда». Звезд в разных сферах деятельности — всего от 1 до 10%. Полтора года назад такая встреча произошла у меня с Ольгой Райх — основателем юридической компании «Аврора». В тот день я заключила с ней договор на абонентское юридическое сопровождение. Теперь моя компания по юридическим вопросам в руках человека-звезды. Как сделать просто, правильно и безопасно могут подсказать многие, но меня чаще интересует, как правильное сделать из неправильного. Я нашла тех, кто готов со мной идти в работу, связанную с нестандартными задачами, — это Ольга и ее команда. Совместный мозговой штурм, чуйка и понимание клиентов позволяют вершить великие дела!



**НАТАЛЬЯ КРАМАРЕНКО, @MESTOVTOMSKE**  
индивидуальный предприниматель,  
«Предприниматель года 2019», генеральный  
директор ООО «МэйнКонцепт-НЛД» (входит  
в международную корпорацию Endeavor)

Более 20 лет работая в IT-индустрии, я общаюсь только со специалистами международного уровня, в основном — зарубежными. Поэтому, когда я решила открыть личный бизнес, планка требований у меня была поставлена очень высокая, и я опасалась не найти подходящих специалистов в Томске. Но уже первая беседа с руководителем юридического центра «Аврора» Ольгой Райх показала очень достойный уровень ее профессионализма. Юристы «Авроры» разработали полный пакет документов для моего проекта «Место в Томске» (mestovtomske.ru), совместив документально несколько сфер: недвижимость, развлечения, безопасность. Во время работы мне также давали компетентные консультации и по финансовым, и по этическим вопросам — это говорит о широком юридическом и человеческом кругозоре коллектива.

Благодарна, что после завершения проекта я могу обратиться к юристам «Авроры» онлайн с любым уточняющим вопросом — они всегда оперативно помогают.

ул. Гагарина, 7, тел.: 900-806, 8-953-913-37-73,  
avrora-urist.ru @olga.raih



# ИГРА ДЛЯ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ



ОТ КОМПАНИИ «ОХОТНИКИ ЗА БУХГАЛТЕРИЕЙ»

Представьте, что вы можете повлиять на любой аспект сферы предпринимательства и вашего бизнеса в ней...

- ...вы можете пустить рекламу вашего бизнеса бегущей строкой на главном проспекте города;
- или ...собрать базу самых лучших сотрудников, всегда готовых взять на себя ту работу, которую вы не хотите делать;
- или ...чтобы налоговая сама звонила вам и говорила, как избежать уплаты того или иного налога.

## ЗАДАНИЕ:

Боссы своего бизнеса, расскажите, о чем вы мечтаете?! Чего вам не хватает для счастливого предпринимательства или его старта? Поделитесь со мной самыми большими желаниями, используя свою фантазию на максимумах.

## УСЛОВИЯ:

В Директ @buh.ohotniki напишите свой ответ на задание, указанное выше. Нет никакого ограничения по темам или количеству сообщений. Что хотите, то и пишите. Сообщение должно начинаться со слова «Игра» и далее текст.

2 Быть подписанными на аккаунт @buh.ohotniki

## КАК ПОБЕДИТЬ?

Написать самый нестандартный, любопытный и интересный ответ на задание. Победителя выберу сама.

## ПРИЗ:

Публикация вашей компании в декабрьском номере «Дорогого удовольствия» (1/2 страницы) + фотосессия от журнала.

## КТО МОЖЕТ УЧАСТВОВАТЬ:

Все предприниматели или желающие ими стать в ближайшие пару месяцев!

## СТОП 20 ОКТЯБРЯ!

22 октября мы озвучим победителя, а далее редакция «Дорогого удовольствия» свяжется с вами и обговорит формат публикации.

ВЫ НЕ ИЗ ТОМСКА? ДА БРОСЬТЕ — НЕУЖЕЛИ ВАМ НЕЧЕГО ПРЕДЛОЖИТЬ ТОМИЧАМ?! ПОЭТОМУ ТОЖЕ УЧАСТВУЙТЕ!



**ПО СЛЕДАМ ПИКАССО  
ПАРИЖ, ФРАНЦИЯ**

В Париж едут не только за высокой гастрономией и отличным шопингом. Специально для гостей отеля Le Meurice Paris из коллекции Dorchester Collection это осенью была создана уникальная серия пеших туров по следам великих художников. Узнать больше о жизни и творчестве Пабло Пикассо можно во время экскурсии на Монмартр. Опытный гид расскажет о том, почему шедевр «Авиньонские девицы» годами пылился в студии и как Пикассо был замешан в краже в Лувре. А после можно отправиться на прогулку по Парижу Моне и Родена.

# Кто куда...

**ПУТЕШЕСТВИЯ, ОТЕЛИ, КУРОРТЫ, СПА,  
РАЗВЛЕЧЕНИЯ, ПРИКЛЮЧЕНИЯ**

МАЛЬДИВЫ Fun&Toys ФРАНЦИЯ Fun&Toys МАРОККО Fun&Toys БАЛИ Fun&Toys САУДОВСКАЯ АРАВИЯ

**ВЕЛНЕС-ПЕРЕЗАГРУЗКА  
МАЛЬДИВЫ, АТОЛЛ ШАВИЙАНИ**

В ноябре в Fairmont Maldives Sirru Fen Fushi будет гостить и работать мастер с мировым именем Шайлини. Его ключевые практики: исцеление с помощью массажа Рейки, балансировка чакр, а также авторские практики по работе с энергией, направленные на снятие эмоциональной, ментальной и физической боли, устранение дисбаланса и работа с блоками в теле. Гости Fairmont Maldives Sirru Fen Fushi смогут освободиться от триггеров и ментальных травм прошлого, а самое главное - восстановить ресурс для более качественной и счастливой жизни.



**ЧИСТОЕ НЕБО  
QATAR AIRWAYS, КАТАР**

Авиакомпания Qatar Airways первой на Ближнем Востоке присоединилась к «Глобальной коалиции за экологически устойчивую авиацию», выступающую за внедрение инновационных решений с целью добиться сокращения выброса парниковых газов и повысить экологичность воздушного транспорта. Участники коалиции ведут также работу над созданием экологичного авиационного топлива. Принимая в свои ряды новых членов, коалиция ориентируется в первую очередь на трендсеттеров, способных повести за собой других участников отрасли.



**РОСКОШНОЕ ОТКРЫТИЕ  
ИНДОНЕЗИЯ, БАЛИ**

Отель Aiila Villas Uluwatu Bali возглавил список лучших курортов Индонезии по версии премии Travel+Leisure 2021 World's Best Awards. Награда ежегодно присуждается за лучшее сочетание характеристик курорта, местоположения, сервиса, питания и стоимости. Отель гармонично сочетает инновационный дизайн и роскошь и поддерживает устойчивый туризм в соответствии с международными экологическими стандартами Earth Check. На виллах Aiila царит атмосфера приватности, к каждому гостю находят индивидуальный подход. Отдых здесь - это путешествие, открывающее роскошь жизни.



**СВОИМИ ГЛАЗАМИ  
АЛЬ-УЛА, САУДОВСКАЯ АРАВИЯ**

Если раньше наблюдать с вертолета уникальный природный ландшафт Аль-Улы могли только ученые, то теперь такая возможность появилась и у туристов. Невероятный пейзаж Аль-Улы, сформировавшийся под воздействием сил ветра и воды - это удивительное сочетание фактур и цветов: от черного базальта до многослойного песчаника. За 30-минутную экскурсию туристы увидят все основные достопримечательности, включая скалу-слона, южную столицу Набатеяского царства Хегру, железную дорогу Хиджаза и современное чудо - концертный зал Марайя, крупнейшее в мире зеркальное здание, сияющее как алмаз посреди пустыни.



Entertainment company



**РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОНКУРС  
ПРИНЦЕССА  
СИБИРИ  
7+ ТОМСК**

Онлайн-кастинг  
с 01.09  
Офлайн-кастинг  
17.10  
Полуфинал  
24.10  
ФИНАЛ 27.11 в 15:00  
Театр Драмы

В СОСТАВЕ ЖЮРИ -  
ПРЕДСТАВИТЕЛЬ СТУДИИ-ШКОЛЫ АЛЛЫ ДУХОВОЙ ТОДЕС  
(НОВОСИБИРСК)

Торопитесь подать заявку, количество мест ограничено!

По всем вопросам в директ  
@entertainment\_company  
WhatsApp +7(913)813-13-13



# Первоклассный выбор



кваски, съедобная корка, выдержка от 2 до 12 месяцев, естественное созревание в специальных камерах. А еще — современное производство и опытные специалисты, которые бережно заботятся о каждой голове сыра, и конечно же любовь, которая вкладывается в продукт его создателями.

## АССОРТИМЕНТ

**Сыр Van Classen Young** с плотной консистенцией, светло-желтым оттенком мякоти, небольшим сроком выдержки. Имеет очень приятный, мягкий и нежный кремовый вкус, который с возрастом становится более острым и пряным. Подойдет для ежедневного потребления и для приготовления изысканных блюд. Срок созревания — 2-4 месяца.

**Сыр Van Classen Medium** с твердой, плотной консистенцией. Вкус молодого сыра часто называют кремовым с ореховыми нотками, с увеличением срока выдержки он становится более пикантным. Для любителей насыщенного вкуса и богатого букета послевкусия — фруктовые или ореховые нотки в зависи-

**Что нужно знать о настоящем сыре? Он должен быть стопроцентно натуральным, максимально полезным, иметь вкус, в который влюбляются сразу и навсегда. Все это в полной мере относится к сырам ручной работы, рожденным на сыроварне Van Classen. Продукт, созданный по голландским рецептам и технологиям томскими сырокурами, — это настоящее сырное совершенство.**

Из чего складывается успех сыра Van Classen? Свежее молоко с собственной фермы, натуральные ферменты и за-



” Визитной карточкой торговой марки Van Classen в Томске стали **ПОДАРОЧНЫЕ НАБОРЫ**, которые по достоинству оценили сотни **ПОСТОЯННЫХ КЛИЕНТОВ.** ”

мости от выдержки. Украшение любой сырной тарелки. Срок созревания — 3-6 месяцев.

**Сыр Van Classen Premium** имеет плотную консистенцию, светло-желтый оттенок мякоти. Выдержанный сыр, в котором проявляется сложный букет с острым пикантным ароматом и слегка ореховый вкус. В мякоти образуются небольшие отверстия, а с увеличением срока выдержки появляется легкое ощущение зернистости во рту. Срок созревания — от 9 месяцев.

## ПОДАРОЧНЫЕ НАБОРЫ

Визитной карточкой торговой марки Van Classen в Томске стали подарочные наборы, которые по достоинству оцени-

ли сотни постоянных клиентов. Набор сыров в фирменном деревянном ящике может стать как достойным подарком для друзей и партнеров, так и героем праздничного вечера или дегустации.

**Van Classen Set Mini.** Три сорта сыров — Young, Medium, Premium. Подойдет для знакомства с линейкой сыров Van Classen. Приятное дополнение — бонус в виде баночки джема и орешков к сырной тарелке. Упакован в картонный бокс.

**Van Classen Set.** Набор сыров Young, Medium и Premium в компании с джемом и грецкими орешками. Упакован в фирменный деревянный бокс. Размер бокса позволяет дополнить его бутылкой любимого вина.

**Van Classen Set Big.** Возможность попробовать все сорта сыров Van Classen — Young, Young с пажитником, Young с прованскими травами, Medium, Premium. Набор дополнен джемом и медом, а также грецкими орешками. Упакован в фирменный деревянный бокс. Отличный вариант статусного подарка для гурманов и ценителей жизни со вкусом. Увеличенный размер бокса подходит как для вина, так и для шампанского, которым можно дополнить подарок.

## СЫРНОЕ ПРИБЛИЖЕНИЕ

По-прежнему осуществляется адресная доставка сыра по пятницам с 18.00 до 21.00.

Также по предварительному заказу можно согласовать индивидуальные условия доставки или самостоятельно забрать сыр из сыроварни.

Обратите внимание! Ежедневно в наличии сыр Van Classen в более чем 10 магазинах в Томске. Это фермерские магазины, винотеки, а также магазины сети «SPAR»:

Магазин «Дубрава», ул. Учебная, 8  
Магазин «Дубрава», пр. Комсомольский, 57  
Магазин «Ежевика», пр. Фрунзе, 23  
Магазин «Эколавка», ул. Учебная, 34 а  
Магазин «Мясницкий», ул. Гагарина, 31  
Магазин «Коза», ул. Усова, 9 б  
Винотека «InVino», ул. Нахимова, 8

Супермаркет «SPAR», пр. Фрунзе, 102  
Супермаркет «SPAR», ул. Архитекторов, 2  
Супермаркет «SPAR», ул. Гоголя, 58  
Гипермаркет «SPAR», пр. Комсомольский, 13  
Гипермаркет «F City», ул. Котовского, 19/3



Первоклассный сыр ручной работы  
в Томске «Van Classen»,  
info@vanclassen.ru, тел. +7 (913) 850-88-28,  
@van\_classen, vanclassen.ru





«Турандот»,  
тартар из лосося  
с черной икрой

**Б**люда из термически необработанных мяса, рыбы и морепродуктов сегодня в тренде – свежесть и натуральный вкус ценятся в современной высокой гастрономии превыше всего. Но при всей кажущейся простоте исполнения raw-food для шефов – поле для самых невероятных экспериментов. К примеру, шеф-повар ресторана Laduree a-la Russe Роман Палкин играет на необычном смешении вкусов, посыпая тартар из гребешка тертым мясом сырокопченой утки.

Шеф-повар ресторана «Турандот» Дмитрий Еремеев готовит тартар из мяса креветки карабинерос с особым соусом «рыбный лайм» на основе рисового уксуса, добавляя немного рыбной карамели, мяты и кинзы.

И все же надо признать, что невероятное разнообразие тартаров так или иначе восходит к классическому «прарецепту» – сырой говядине с солью, перцем и сырым яйцом, пришедшей к нам из французской кухни. Верить или нет легендам о воинах Чингисхана, укладывавшим вырезку под седло и после нескольких часов пути поедавших то, во что она превратилась, с солью – личное дело каждого. Справедливости ради надо сказать, что татары скорее имели бы дело с кониной или бараниной, а классический французский тартар – это говядина, и всегда безупречного качества. В маленьких рестораничках где-нибудь на юге Франции или в Нормандии, шеф, прежде чем приготовить тартар, вынесет гостям мясо, чтобы

продемонстрировать его свежесть и качество.

«Тартар – это блюдо, которое можно и нужно готовить с особым подходом, то есть, не перекрывать вкус основного продукта, а напротив, подчеркивать его, придавая лишь определенную стилистику, в зависимости от концепции кухни, которую готовит шеф, – уверен Роман Палкин. – У меня в меню есть несколько видов тартара, включая мясной. Я готовлю его так, чтобы желток не покрывал мясо, а входил в состав соуса,

которым это мясо заправлено. По сути, мы готовим соус из желтка, различных специй и оливкового масла из-под ножа, то есть, каждый тар-тар получает свой соус индивидуально».

«Сырой продукт интересен своей натуральностью и свежестью. А разнообразить его вкус всегда можно соусами и заправками, – соглашается шеф-повар ресторана «Турандот» Дмитрий Еремеев. – Главное не переусердствовать и не заглушить вкус натурального продукта». К слову, в «Турандот» тартар из

Гранд-кафе  
«Dr. Живаго», сугудай  
из сахалинского  
гребешка



# СЪЕСТЬ СЫРЫМ



«Турандот»,  
сашими из угря

*Тартар и карпачо, севиче, крудо и сугудай – сегодня в пору составлять отдельный гид по блюдам из сырой рыбы и мяса. Шефы уверенно добавляют в меню разделы Raw food, а рестораторы открывают новые севичерии и тартар-бары. Разбираемся, как еда северных народов и перуанских рыбаков завоевала любовь и доверие современных гурманов.*



Geraldine, филе тунца  
под ореховым соусом  
с муссом из авокадо



Laduree a-la Russe,  
классический тартар  
из мраморной  
говядины



Black Thai, тартар из тунца и манго

мраморной говядины готовят с луком шалот и виноградом, с заправкой из кунжутного масла, каплей соевого соуса и сока лайма. В финале мясо выкладывают на подушку из японского риса, украшают желтком перепелиного яйца, водорослями саликорния и хидзики и подают с хрустящим чипсом из бородинского хлеба с ореховым маслом с кофе. При этом в столь необычном оркестре соло остается у свежайшей мраморной говядины.

Вольную и от того не менее интересную интерпретацию на тему мясного тартара предлагает своим гостям шеф-повар ресторана «Белуга» Евгений Викентьев. Мелко рубленую говядину он заправляет соусом из фуагра, хрена, петрушки и гречневого поп-корна, а сверху украшает блюдо слайсами из сырых шампиньонов. В окружении таких «спецэффектов» вкус мяса приобретает особую глубину и пикантность.

Прекрасно разнообразят палитру тартаров варианты из рыбы и морепродуктов: лосося, тунца, креветки или гребешка. Как и в случае с мясом на



«Пифагор», тартар из тунца с ореховой выжимкой



«Пифагор», севиче из греческой рыбы со сладким картофелем под соусом из сладкого апельсина

первый план здесь выходит качество продукта – именно оно обеспечивает вау-эффект блюдам с пометкой raw. Все остальное – это удачно подобранный аккомпанемент, главная задача которого подчеркнуть и дополнить и без того богатый и насыщенный вкус. Например, в Geraldine идеальным сопровождением к рубленому филе тунца выступает ореховый соус, мусс из авокадо и гималайская соль, а в ресторане Black Thai – нежный соус из манго.

Тартар, пожалуй, можно считать самым сырым в категории raw food. Крудо, хоть и означает в переводе с итальянского «сырой», все же предполагает, что рыба и морепродукты будут слегка замаринованы в соке лайма с добавлением лука, перца и крупной соли по вкусу. Севиче – близкий родственник крудо. Этот способ приготовления сырой рыбы придумали перуанские моряки. Они разделяли улов прямо в море и мариновали в выжатом тут же вручную соке лайма. Кстати, маринад из-под севиче в странах Южной Америки считают афродизиак.

«Я, например, очень люблю вкус сырого мяса и сырой рыбы, - признается шеф-повар «Белуги» Евгений Викентьев. – Для меня вообще самая лучшая рыба – именно сырая. Понятно, что есть плотная жирная рыба, например, чилийский сибас или черная треска, палтус – для них уместна и хороша термическая обработка. А тунец, лосось или желтохвост – хороши в сыром виде, на мой взгляд, это их лучшее состояние».

Аналог севиче с севера России, который традиционно готовят из самой вкусной северной рыбы – муксуна, сига и нельмы – называется сугудай. Рыбу в течение пятнадцати минут маринуют в растительном масле и уксусе с луком и перцем, что делает ее пикантной и нежной одновременно. В гранд-кафе Dr. Живаго сугудай готовят из свежего сахалинского гребешка под соусом из лимонного сока, горчицы, меда и сливочного масла с черной осетровой икрой.

Raw food, с одной стороны, это история для гурманов, готовых разбираться в тонкостях вкусовых оттенков и восхищаться фантазией и виртуозным искусством шефов. С другой же стороны, – это обращение к истокам и источникам, желание ощутить вкус, созданный самой природой, таким, каким ощущали его далекие предки. И эта игра, надо признать, идеально вписывается в реалии 21 века.

МореКофеОкеан by ERWIN, севиче из дорадо с манго



Drinks&Dinners, тартар из семги и крем-сыра



«Белуга», дальневосточный морской гребешок с моршшкой, щучьей икрой и кремом из хрена





# Почему ночью вкуснее?

*За его внешней основательностью и настоящей брутальностью скрываются бездна креатива, невероятное чувство юмора, потрясающее творческое начало. Его доброта и исключительно позитивный взгляд на жизнь удивительно сочетаются с неугасимой энергией и талантом мгновенно заряжать всё и всех вокруг себя.*

**ТИМУР INSTAPAPA** — под этим ником, авторами которого стали его сыновья, он ведет авторские блоги на YouTube, TikTok и Instagram, но при этом честно признается, что всегда считал себя противником соцсетей. Два года назад дети уговорили Тимура делать совместные видео — и папа попал!.. Сегодня у него есть достаточно раскрученный канал на автомобильную тему; кулинарное шоу, в котором он предстает в роли народного шеф-повара, предлагающего простые рецепты мужских «нажористых» блюд; адекватная и статусная аудитория; тысячи просмотров и... даже пародии на ролики с его участием, которые говорят об их популярности.

— Тимур, за два года у вас вполне приличные для «новобранца» достижения, но судя по всему, вам этого недостаточно, если вы решили заняться раскруткой еще одного, более глобального, проекта...

— Да, сегодня я уже готов пиарить свое новое фуд-шоу «Ночью Вкуснее». Его идею мне подсказала мой маркетолог

Ольга, с которой судьба свела нас в TikTok. У нас собралась серьезная команда: продюсер, три оператора, специалист по звуку, маркетолог. Зачем мы всё это затеяли, объясняется просто: сегодня у нас есть некий информационный гастрономический вакуум. Люди порой не знают, куда пойти, чтобы вкусно поесть в нашем городе. Меня часто просят дать свои рекомендации. Так что наша цель — в полном объеме раскрыть эту тему и познакомить томичей не только с заведениями, а еще и с шефами.

В чем тут фишка? Мы приходим в необычное время — ночью, когда шеф свободен, когда мы можем показать локацию, интерьер заведения. Но в основном упор будет на личность шефа, его талант. Сегодня ведь мы идем не только на имя заведения, но и на шеф-повара — он личность, он бренд. Мы уже сняли 40-минутные сюжеты с Денисом Марачковским в «Лофте», Иваном Корниченко в «К ПАПЕ НАРЬИZZА» (сегодня я знаю где лучшая пицца в Томске!), коренным петербуржцем и интереснейшим человеком Сергеем Седовым из «Реки 827».

Они очень талантливые люди, знающие много лайфхаков, рецептов невероятных блюд, у них авторская кухня. Кроме Ивлева и пары топовых личностей в фуд-индустрии я не помню ни одного, кто показывает процесс создания своих кулинарных шедевров и делится своими секретами.

— Вы верите в успех своего фуд-шоу?

— Мы заточены на результат. Сегодня я сам вкладываюсь в этот проект и полностью его финансирую. Скажу сразу: деньги у ресторанов за участие в шоу мы не берем, с них — только шеф-повар и приготовление блюд. Планируем, что наш очень хороший, но небольшой город станет базой, стартовой точкой для развития данного шоу. Заполнив информационный вакуум в Томске, надеюсь, что мы выйдем сначала на всю Сибирь, где подобного формата нет пока нигде, затем за Урал. Плох тот солдат, который не мечтает стать генералом. (Смеется.)



Тимур INSTAPAPA Томск  
Тел. 8-909-543-28-94  
@instapapa\_live

Мы приходим в необычное время — ночью, когда шеф свободен, когда мы можем показать локацию, интерьер заведения.



Сапоги **HARWELD** с разными маскировочными рисунками для охоты и рыбалки — качественная, износостойкая, непромокаемая и сохраняющая тепло обувь, изготовленная по особой технологии. Носятся при t от +10 до -40 С°.

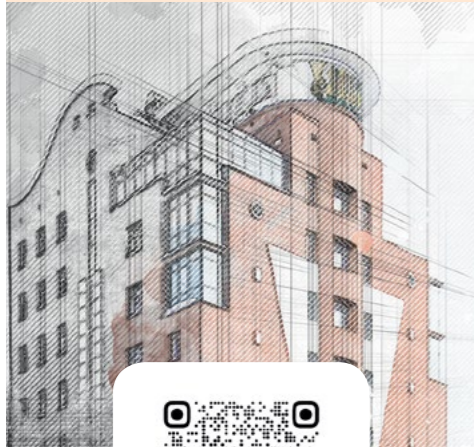
Влагостойкие полиуретановые сапоги **SETER** в стиле «OUTDOOR» — незаменимый предмет гардероба для рыбаков, охотников, путешественников, садоводов, фермеров и дачников. Обеспечивают высокий комфорт и защиту ног во время работы и отдыха. Носятся при t от +10 до -10 С°.



**ТОМСКИЙ ЗАВОД РЕЗИНОВОЙ ОБУВИ**  
пр. Ленина, 217, стр. 5, тел.: 901-231, 901-232  
@tzro\_pro, tzro.ru

**СПОРТ-ОТЕЛЬ**  
Гостиница

Комфортное размещение в центре Кировского района. Мы делаем все возможное, чтобы у нас в гостях вы почувствовали себя как дома.



SPORT\_HOTEL.TOMSK

**СТУДИЯ Т**  
Digital-агентство

Ведем социальные сети. Профессионально. Аналитика, стратегия, контент, визуалы, фото, видео, работа с блогерами, реклама и продвижение.



TDSGN

**ОПТИКА «АЙКРАФТ»**

Бесплатная проверка зрения, широкий выбор оправ и солнцезащитных очков от собственных торговых марок до известных мировых брендов, очки по системе «Всё включено», подбор контактных линз.



TOMSK\_EYEKRAFT

**БАТИСТ**  
Студия текстильного дизайна

Библиотека европейских тканей и аксессуаров, гарнизные системы. Персональная консультация и поддержка на всех этапах сотрудничества.



BATIST.SHTORY

**THE MOST**  
Журнал об интеллектуально-деловой жизни Томска

Рассказывает об актуальных проблемах и тенденциях в сфере науки, образования, бизнеса, технологий и культуры.



THEMOST.TOMSK

**MAESTRO**  
Интерьерный салон

Преподнесите близким немного уюта — сертификат «Maestro» дарит получателю свободу выбора, а сумма ограничена лишь вашими желаниями и возможностями.

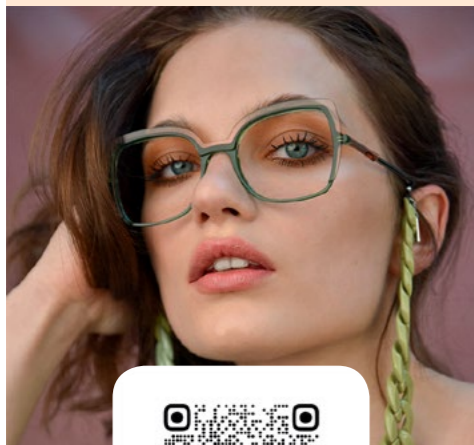


MAESTRO\_TOMSK

**OPTISSIMO!**

8-9 октября 2021г.

Презентация полной коллекции французского бренда Caroline Abram — для женщин, которые хотят чувствовать себя красивыми и чувственными.



OPTISSIMO.OPTICA

**ТАЙМБЕРРИ**  
Сеть часовых салонов

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



TIMEBERRI

**ДОГМА 80**  
Независимый книжный магазин

Книги для нас больше, чем просто текст. Мы тщательно выбираем ассортимент, поэтому на наших полках вы сможете найти редкую литературу.



DOGMA.80

**CHER AMI**  
Косметология

Криолиполиз на аппарате CLATUU — это безоперационная липосакция без боли. Минус 1 размер после первой процедуры. Манипулы для разных частей тела.



CHERAMI.COSMETOLOGY

**ARKADIA**

Профессиональная косметика на ламеллярных эмульсиях для домашнего и салонного ухода за лицом. Главные принципы — биосовместимость и восстанавливающие свойства на клеточном уровне.



ARKADIA.TOMSK

**АНТУРАЖ**  
мебельный бутик

Добро пожаловать в наш новый аккаунт! У нас вас ждет уникальный ассортимент мебели в наличии и на заказ от фабрик Испании, Италии и Португалии.



ANTURAGE.TOMSK

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



## ВЗГЛЯД ЗА КУЛИСЫ

3 сентября Томская областная филармония подарила своим гостям и журналистам уникальную возможность оказаться за кулисами и увидеть, как проходит подготовка к юбилейному концерту «75 лет вместе».

Участники экскурсии побывали на репетициях Томского симфонического оркестра, струнного квартета «Фэтон» и ансамбля «Сибирские узоры», пообщались с участниками этих музыкальных коллективов, познакомились с работой осветителей и звукооператоров, работников сцены, а также первыми смогли оценить новый занавес — подарок областной администрации к юбилею Филармонии.



# Адреса в Томске



## ПОДАРКИ

**Первая карамельная мануфактура**, ул. Карташова, 68, тел.: 97-98-97, +7-923-404-3232, tomsk-karamelki.ru, @karamelki\_manufaktura / Салон шоколада «**VELENA**», пр. Кирова, 40, @velena\_chocolate / Салон часов, подарков и аксессуаров «**Таймберри**», пр. Фрунзе, 40, тел. 52-63-52, таймберри.рф / Арт-бутик «**Русский шарм**», пр. Фрунзе, 90, тел. +7-961-098-19-33 @russkiysharp



## ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Салон «**Kashemir luxury**», ул. Красноармейская, 120/1, тел. 55-70-60 / Магазин обуви и аксессуаров «**Soleta**», ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СмайлСити», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город», тел. +7 906 956-55-88, @soleta\_tomsk / Сеть часовых салонов «**Тайм-Холл**», ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СмайлСити», ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ «Лето», пр. Мира, 36, ТЦ «Мирамикс», ул. Беринга, 10, ТЦ «Манеж», @taimholl\_tomsk / Салон мужской одежды «**Premier-V**», ул. 79-й Гв. дивизии, 24, ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1, тел. +7-913-850-53-07 / Магазин женской и мужской одежды «**Fashion House**», ул. А. Беленца, 9/1 (3-й подъезд, 4-й этаж), тел. +7-923-405-00-28, @fashion\_house\_tomsk / Магазин женской одежды «**Экстраваганто**», ул. Красноармейская, 101 а, тел. +7-905-992-84-12, extravaganto.ru, @extravaganto\_official / **Томский завод резиновой обуви**, пр. Ленина, 217, стр. 5, тел.: 901-231, 901-232, @tzro\_pro, tzro.ru / Сибирский бренд детской одежды «**MINIDINO**», ТРЦ «Изумрудный город» (3-й этаж), минидино.рф, @minidino\_official / Магазин женской одежды «**Trends Brands for Friends**», ТРЦ «Изумрудный город» (3-й этаж), тел. +7-952-158-01-11, @trends\_brands\_tomsk



## КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Хирургия, поликлиника, косметология «**Первая частная клиника**», ул. Пушкина, 16, пер. Макушина, 14 б, тел. 651-650, 1klinika.ru / Центр красоты и моды «**Подружка невесты**», ул. Гоголя, 55, тел.: +7 (3822) 77-74-44, +7 (3822) 44-47-77, topnevesta.com, @topnevesta, @topnevesta\_salon / Фармацевтическая компания «**Биоветсервис**», ул. Мостовая, 18/1, тел.: 28-13-63, 34-41-11, bvs.vet, @bvs.vet / Диагностический центр «**Открытая лаборатория**», ул. К. Маркса, 15/1, тел. 51-70-31 / Центр клинических исследований «**Неббиоло**», пер. Островского, 23, тел. 467-200, nebbiolomed.ru / Стоматология «**Идеал**», пр. Ленина, 94, тел. 51-16-85, ideal70.ru / Косметика для профессионального и домашнего ухода «**ARKADIA**», пр. Ленина, 80/1 (4-й этаж), тел. +7-913-808-70-39, arkadia.spb.ru @beauty\_natamironova @arkadia\_tomsk / Студия EMS-тренировок «**EMS Fit**», Московский тр., 5, тел. +7 (909) 543-22-32 @ems\_fit\_tomsk / Мужской салон красоты «**Just Men**», пр. Фрунзе 46, тел. 52-73-04, @justmenlolitatitova / Стоматологическая клиника «**Орто-Соло**», ул. Архитектора Василия Болдырева, 2 (1-й этаж), orto-solo.ru, @ortodont\_tomsk / Доктор **Абакумова Ольга**, пр. Фрунзе, 96, тел. +7-913-853-02-23, @dr.abakumova\_olga / Центр ведения молодости и косметологии лица «**Эстетик**», ул. Никитина, 15 а, тел.: 533-100, +7-913-818-91-97, estetic.su, @estetic.tomsk / Визажист **Дарина Виннер**, пр. Ленина, 147 (1-й этаж, правое крыло), тел. 230-210 @pudraschool @darina\_winner / Мастер-студия «**Beauty**», ул. Киевская, 15, тел.: 24-99-13, 26-05-98, beautystudio.tomsk.ru, beautytomsk@mail.ru / Визажист

**Манзура Сайфова**, @manzura.makeup.artist / Ветеринарная клиника «**Алдан-Вет**», ул. К. Маркса, 63, тел.: 94-01-74, 400-504, 24-96-70, @aldanvet\_tomsk



## ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Сеть магазинов «**Белая роза**», ул. С. Лазо, 16, пр. Ленина, 157, ул. Учебная, 22 а, стр. 1, ул. Красноармейская, 143, ул. Елизаровых, 93, ул. 79 Гв. дивизии, 13 а / Салон штор «**SHTORIES**», пр. Комсомольский, 67, тел. +7-913-882-06-08, @shtories.tomsk / Студия дизайна интерьера «**ELROOM**», пер. Нахановича, 4 а (7-й этаж), оф. 701, тел. +7-913-850-05-25, @elroom.studio / Рубленные дома из Сибири «**Log Works**», Томская область, д. Кандинка, ул. Октябрьская, 1-1, тел.: +7-800-500-8343, +7-913-114-2050, logworks.ru, @logworks.ru / Мебельный бутик «**Антураж**», ул. Белинского, 29, тел. 557-700, anturage.net / Дизайнер интерьера **Анастасия Огрызкова**, тел. +7-913-802-9101, @av\_design\_ / Интерьерный салон «**Maestro**», ул. Красноармейская, 18, +7 (3822) 99-88-01, maestro.tomsk.ru, @maestro\_tomsk / Мастерская цветов и изделий для дома «**Donna Rosa**», ул. А. Беленца, 8, тел. +7 (913) 850-18-12, @donna\_roza\_tomsk / Российский производитель систем обогрева «**Завод РИМ**», ул. 79 Гв. дивизии, 4/2, стр. 1, тел.: 65-83-85, 65-84-11, 65-84-04, r-i-m.ru / Немецкая химчистка **BOWE**, ул. А. Иванова, 3, тел. 42-40-98, bowe.ru / Столярная мастерская «**Family Joinery**», ул. Говорова, 1/2, тел. +7-913-877-41-01, @family.joinery



## ОБРАЗ ЖИЗНИ

Бухгалтерское агентство «**Охотники за бухгалтерией**», пр. Фрунзе, 20, тел. +7-923-402-

67-45, glav-buh.su, @buh.ohotniki / «**Агентство Бухгалтер**», пр. Комсомольский, 42, стр. 1 (оф. 308), тел. 30-05-20, abuh.info / Юридический центр «**Аврора Консалтинг**», ул. Гагарина, 7 (оф. 412), тел.: 900-806, +7-952-806-3363, avrora-urist.ru, @olga.raih / Эко-клуб и лофт «**Место в Томске**», пр. Ленина, 73, тел. +7-983-342-62-02, @mestovtomске / Банк «**Промвязьбанк**», пр. Ленина, 82 б, тел.: 51-45-45, 51-15-67, 51-57-97, psbank.ru / Центр бухгалтерских услуг «**ЦАВРО**», ул. Белинского, 25, тел.: +7-923-403-11-22, +7-923-404-11-22 / Фудблогер **Тимур INSTAPAPA**, @instapapa\_live



## РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Ресторан «**Инжир**», ул. Гагарина, 2, тел. 55-61-11, positiveeating.ru, @positiveeating\_tomsk / Натуральные продукты «**Территория тайги**», ул. Красноармейская, 101, пр. Ленина, 97, ул. Лазо, 3 г, пр. Комсомольский, 58, тел. 202-582, tauga.market @tauga.market / Эко-фабрика «**Сибирский кедр**», ул. Беленца, 9/1 (1-й подъезд, 1-й этаж), тел.: +7-923-434-28-72, +7-800-100-6728, siberia.eco, @siberia.eco / Развлекательный комплекс «**Шансон**», ул. Мичурина, 88/2, тел. 220-880 / **Томская кедровая фабрика**, ул. Мелиоративная, 4 а, тел. +7-800-100-65-87, tomskcedarfactory.com, @tomskcedarfactory / Эко-продукты «**Сибереко**», ул. Мокрушина, 9, стр. 30, тел. 20-10-40, кафе-магазин, пр. Фрунзе, 46, siberesco.com, @siberesco / Кондитерская с глубоким смыслом «**Мардаринник**», пр. Фрунзе, 32, тел. 22-09-10, 282-782, @mardarinnik\_tomsk / Первая пекарня бездрожжевого хлеба «**Житница**», тел.: 50-88-05, +7-903-954-20-08, @radovats\_legko\_tomsk

# Астропрогноз

## СКОРПИОН 23.10-21.11

Приближающийся день рождения – прекрасный повод вспомнить лучшие события года, написать лист интересных идей на будущее. Сам праздник может быть шумным балом или тихим вечером в кругу близких. Что бы вы ни выбрали, главное – получите от этого дня удовольствие!

## СТРЕЛЕЦ 22.11-21.12

Чтобы взбодриться в тоскливые осенние вечера, попробуйте пройтись по современным новинкам. Узнайте, что интересного появилось в мире гаджетов, в том числе, для красоты и здоровья, скачайте самые свежие компьютерные игры или поищите новинки среди настольных.

## КОЗЕРОГ 22.12-19.01

Осенняя прохлада и напряженный рабочий график – мелочи, если вам есть, где проявить свою яркую индивидуальность. Прекрасный способ сделать это – публичные выступления. Проявите активность в презентациях на работе, сходите в караоке с друзьями, попробуйте Stand-Up в конце концов!

## ВОДОЛЕЙ 20.01-18.02

Водолеи умеют организовать жизнь так, чтобы самым сложным вопросом осени было «как не испачкать белую обувь?». Оставайтесь собой – примеряйте осенние наряды и радуйте свою вторую половинку безупречным внешним видом.

## РЫБЫ 19.02-20.03

Если дождливой осенью вы в спячке, сделайте ее особенно уютной: вечером после работы проведите время в интернет-магазине товаров для дома. Купите все то, что давно собирались, но до чего не доходили руки и заодно прихватите очаровательных безделушек. Помните: приятные мелочи наполняют нашу жизнь!

## ОВЕН 21.03-19.04

Осень – время года, когда можно с головой окунуться в работу. «Наконец-то!» – думают трудолюбивые Овны. Интересные проекты, качественные задачи и внушительные результаты станут центром вашего внимания.

Только позаботьтесь о том, чтобы не оставить без внимания вашего любимого человека.

## ТЕЛЕЦ 20.04-20.05

Этой осенью вам не придется придумывать себе развлечения, потому что за вас это сделает ваша вторая половинка. А если счастливчик еще не нашел вас, то в октябре внимательно смотрите по сторонам: быть может, тот самый человек где-то рядом!

## БЛИЗНЕЦЫ 21.05-20.06

В пасмурную погоду Близнецам бывает сложно сохранять свою естественную жизнерадостность. Но для того, чтобы снова увидеть на вашем лице лучезарную улыбку, вашим близким не нужно дожидаться лета. Достаточно попробовать вместе новое хобби! Возьмите абонемент в скалодром, посоревнуйтесь со своей второй половинкой в картинге, попробуйте дартс!

## РАК 21.06-22.07

Ракам, уставшим от работы и мечтающим об отдыхе, звезды хотят напомнить, что поездка в офис рано утром становится гораздо привлекательнее, если она проходит в новеньком автомобиле, а отпуск кажется еще заманчивее, если перед ним хорошенько устать.

## ЛЕВ 23.07-22.08

Грандиозные планы на год построены. Осталось самое сложное – дисциплинированно следовать расписанию. Когда мотивация ослабевает, используйте воображение: представьте, что впереди финишная прямая, на которую выйдут только самые стойкие. А победителям всегда полагается награда.

## ДЕВА 23.08-22.09

Жизнь сильно изменилась за последние пару лет – работа онлайн стала нормой. Однако, будь то офис или общий чат, тимбилдинг по-прежнему важен. Не забывайте сделать приятное коллегам – захватить коробку пирожных, если трудитесь офлайн, или порадовать их фоном с солнечного Бора-Бора в зум-конференции. Доброй настрой и поддержка коллег обеспечат отличный старт любым вашим начинаниям.



Кулон *Chopard, Red Carpet*, белое золото, розовые сапфиры, бриллианты

## Весы

23.09-22.10

*Когда-то осень ассоциировалась с началом учебного года: аккуратно выглаженная форма, новые тетрадки и учебники. Теперь осень – сезон старта курса бьюти-процедур и причина полюбить это время года еще сильнее! Ведь подготовки почти не требуется, а результаты куда быстрее, чем от школьных занятий!*



Осенний SALE!  
СКИДКИ  
до 50%\*



## БЕЛАЯ РОЗА

ТКАНИ • ФУРНИТУРА • ТОВАРЫ ДЛЯ РУКОДЕЛИЯ

Сеть магазинов «Белая роза», ул. Сергея Лазо, 16, пр. Ленина, 157, ул. Учебная, 22 а, стр. 1, ул. Красноармейская, 143, ул. Елизаровых, 93 (2-й этаж), ул. 79-й Гв. Дивизии, 13 а. г. Северск, пр. Коммунистический, 122, единый тел. 90-30-40

Срок действия акции: с 1 по 31 октября 2021 г.



Первая  
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА

# ОПЕРАТИВНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ХОЛЕЦИСТИТА



☎ 651-650 [www.1klinika.ru](http://www.1klinika.ru) пер. Макушина, 14 б @chastna

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

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ