

ДОПОЛНЕНИЕ

МАРТ 2016
ТОМСК

УДОВОЛЬСТВИЕ



САТИ
СПИВАКОВА
НЕСКУЧНЫЕ
РОЛИ

ЖЕНСКИЙ
ВЗГЛЯД
КОРОЛЕВЫ
ИНТЕРЬЕРОВ

ПУТЕШЕСТВИЕ
СЕНЕГАЛ

НЕЖНОСТЬ
И ЭКСПРЕССИЯ


БЕЛОЕ КРУЖЕВО, ОБНАЖЕННЫЕ РУКИ, ФУКСИЯ, БРЮ-
КИ-ПАЛАЦО И МИНИТАТУ ДЛЯ ПАЛЬЧИКОВ

16+



MARCCAIN

МОДНЫЙ БУЛЬВАР

пр. Ленина, 15 / 42-73-20  [modny_bulvar_tomsk](#)





Лыжники меня поймут. Бывает, что выезжаешь на трассу, смотришь вниз, а там катится кто-нибудь еле-еле, согнувшись в три погибели и упираясь то в один край трассы, то в другой. И если ты сам еще не очень уверенный лыжник, то думаешь: «Не-е-ет, не поеду. Ужас какой. Узко, скользко, слишком круто...» И вдруг из-за твоей спины выпархивает, как на крылышках, опытный лыжник и несется дальше вниз, без усилий кантуясь на склоне, словно даже не выбирая дороги, и легко обогнув горе-«чайника», исчезает из виду. И ты думаешь тут же: «Да нормальная трасса, отлично все!» И помня примерно траекторию опытного лыжника, полный решимости, катишься вниз. И все отлично получается, и нечего бояться.

Для каждого из нас в определенные периоды жизни — не только в детстве! — очень важны наставники. Или просто хорошие примеры. А может быть, кумиры. Вам даже не обязательно быть с ними лично знакомыми. Это люди, которые просто знают, как надо. И глядя на которых, вы не просто понимаете — как, но еще и начинаете верить, что это возможно!

К счастью, я встречаю таких людей — в реальной жизни или на просторах интернета. А для кого-то таким человеком, может быть, являюсь я сама. Сейчас очень непростое время, вряд ли кто-то станет с этим спорить. Поэтому когда стоишь в растерянности на виртуальной трассе и смотришь с опаской вниз, очень важно, чтобы из-за спины легко, как на крыльях, выпорхнул опытный и сильный человек, и, играючи преодолевая препятствия, умчался вперед, увлекая за собой. И вы бы поверили, что все получится и будет хорошо.

Елена Бальбурова,

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



Перстень *Pasquale Bruni*



MIA

Современная и дизайнерская
Mia была разработана Арван для оформления
современной среды в дизайнерском стиле

Специальное весеннее предложение
от итальянской фабрики ARAN CUCINE
скидка 25%*

на все модели кухонь

SMART

г. Томск, ул. Дзержинская, 65/1.
Тел: +7 (3822) 435-434, 435-404.
mailto:info@smarttomsk.info
www.smarttomsk.info

SMART TOMSK

PRIMAVERA

г. Томск, ул. Урицкого, 40А.
Тел: +7 (3822) 565-045, 565-044

PRIMAVERA TOMSK

ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

ГЛАВНАЯ РЕДАКЦИЯ GENERAL EDITORIAL BOARD

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

РЕДАКЦИЯ EDITORIAL BOARD «ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ТОМСК» DOROGOE UDOVOLSTVIE TOMSK

Главный редактор **НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР** Executive editor **NATALYA ALTMAER**
Литературный редактор **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ** Copy editor **SOFIA LOMOVSKAYA**
Главный дизайнер **ЕЛЕНА БУЙКИНА** Executive designer **ELENA BUIKINA**
Дизайнер **ВИТАЛИНА БАРАНОВА** Designer **VITALINA BARANOVA**
Ассистент редакции **МАРИЯ БЫСТРОВА** Assistant **MARIA BYSTROVA**
Редактор светской хроники **ЛАРИСА ГНЫРЯ** Society reporter **LARISA GNYRYA**
Фотограф **ВИТАЛИНА БАРАНОВА** Photographer **VITALINA BARANOVA**
Авторы **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ, НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР, АННА ИВАНОВА, МАРИЯ СИМОНОВА, АННА ЖУКОВСКАЯ** Journalists **SOFIA LOMOVSKAYA, NATALYA ALTMAER, ANNA IVANOVA, MARIA SIMONOVA, ANNA ZHUKOVSKAYA**
Корректор **МАРГАРИТА КОМАРОВА** Proof-reader **MARGARITA KOMAROVA**

Журнал «Дорогое удовольствие» издается в городах:

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

Адрес редакции, издателя: г. Томск, ул. Герцена, 72 б
tel.: (3822) 52-10-01,

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

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

Editorial office: Gertsena st., 72 b, Tomsk, Russia
e-mail: dorogoe@rde.ru

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

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

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

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

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

Редакция ООО «Медиа пресс 2000» юр. адрес редакции, издателя: 634061, г. Томск, ул. Герцена, 72 б. Главный редактор: Альтмаер Наталья Александровна.
Отпечатано ООО «Издательский дом «D-Print»», г. Томск, 634061, ул. Герцена, 72 б. Дата выхода из печати 1 марта 2016 года. № 3. Тираж 5 000 экземпляров.

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

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



Фрунзе, 103.
Info & reserve
50-30-86,
55-02-55

8 АПРЕЛЯ / 20:00

IMAGE STUDIO
SEBASTIAN
PROFESSIONAL

представляет

ШОУ ПОКАЗ

новой коллекции Весна / Лето 2016
от топ стилистов Sebastian Россия

18+

Март... С этого месяца начинали год египтяне, арабы, персы, древние греки и римляне — последние как раз и дали ему имя в честь бога войны Марса. Старинные названия марта на Руси были разные: на севере он назывался «сухий» — от весенней теплоты, на юге — «березозол», напоминая о распутившихся почках и березовом соке, были еще «зимобор», побеждающий зиму, «протальник», связанный с таянием снега, «пролетный» — ведь первый месяц весны был предвестником лета. В наше время март считается абсолютно женским месяцем — и не только из-за того, что на него выпадает празднование 8-го Марта. Март — это время, когда, не дожидаясь природы, начинает вновь расцветать и распускаться женская красота, в наших глазах появляется особый блеск, мы наконец-то готовы решиться на самые неожиданные поступки, в нашем гардеробе царствуют оптимистичные оттенки, а свежий весенний парфюм будоражит фантазию...
 О том, как встретить весну в новом образе, об актуальных трендах и модных направлениях в мире красоты, об эксклюзивных и выгодных предложениях читайте в мартовском номере «Дорогое удовольствие» и помните, весна — лучшее время для перемен!



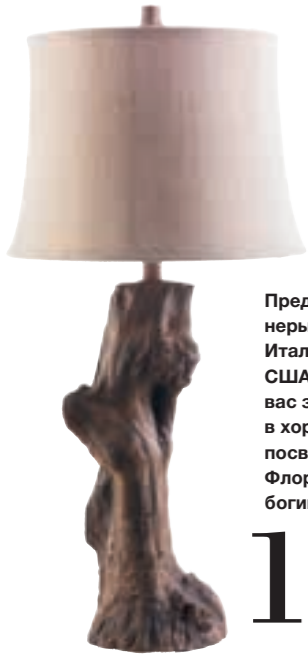
Наталья Альтмаер,
 главный редактор журнала
 «Дорогое удовольствие в Томске»
 altmaer@rde.ru

стр. 14



Всплохи цвета и гармоничный красочный хаос — эта тенденция для тех, кто желает выразить всю гамму эмоций, бушующих внутри. Будьте смелее, ведь если на что и нет ограничений в этом сезоне, так это на яркость красок и выразительность принтов.

стр. 59



Предметные дизайнеры из Франции, Италии, Японии и США приглашают вас закружиться в хороводе, посвященном Флоре, античной богине растений.

124



136



20



Диванная группа "Madagascar", пр-во Испания натуральная кожа, тисненая золотом размер: длина 5 м, диаметр внутри 2,5 м
 Данная модель является частью экспозиции салона "Антураж"

Мебельный бутик
АНТУРАЖ

г. Томск, ул. Беллинского, 29 / тел. (3822) 557-700
 Выставочный зал: ул. Партизанская, 6 / тел. (3822) 650-675

www.anturag.net
 Большой выбор мягкой мебели.



126



18



96

ФРЕШ

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

58

ЛЮДИ

- 36 Бизнес
Егор Белянко
- 38 Персона
Виктор Семисошенко
- 40 Образ жизни
Валерий Непомнящий
- 44 Талант
Екатерина Владимирова
- 48 Лицо с обложки
Сати Спивакова

16



На обложке: Сати Спивакова
Фото: Влад Локтев (с)
ООО «Pfizer Инновации» для бренда IMEDEEN®

CORSO
COMO
SHOES AND ACCESSORIES



ДОЛГОЖДАННОЕ ОТКРЫТИЕ!

пр. Комсомольский 13 б, ТЦ «Изумрудный город» (2 этаж) тел. 200-798

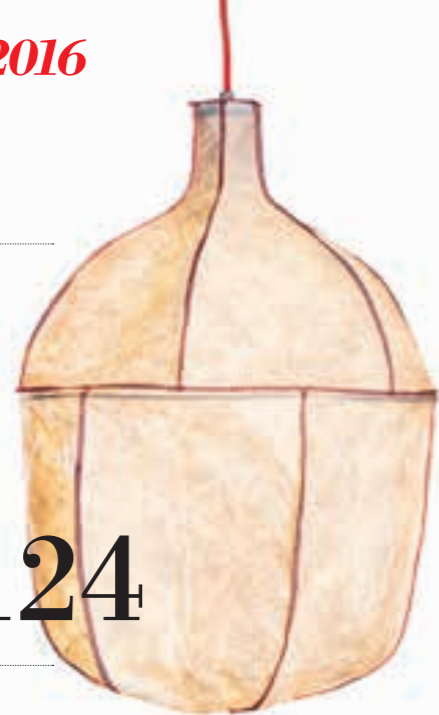
corsocomo.com

Март 2016

LOOK&STYLE

- 56 Фэшн-гид
- 64 Подарки
Весеннее настроение
- 68 Дресс-код
Мария Фальвино

124



135

BODY&BEAUTY

- 88 Самое & Новое
Рецепт крема
- 96 Признак предмета
Королевский ритуал
- 106 Красота
Этого не потерплю

84



стр.66



HOME&DESIGN

- 124 Детали
Индустриализация
- 126 Атмосфера
Правила лофта
- 134 Вдохновение
Женский взгляд

WORLD&TRAVEL

- 156 Путешествие
Сенегал – душа Западной Африки

В каждом номере

- 186 События
- 194 City guide



стр.16

С праздником Весны!



Российский Март
Арт-бутик
ул. Набережная р. Ушайки, 4 а
тел. 8-961-098-19-33
russtiyshart

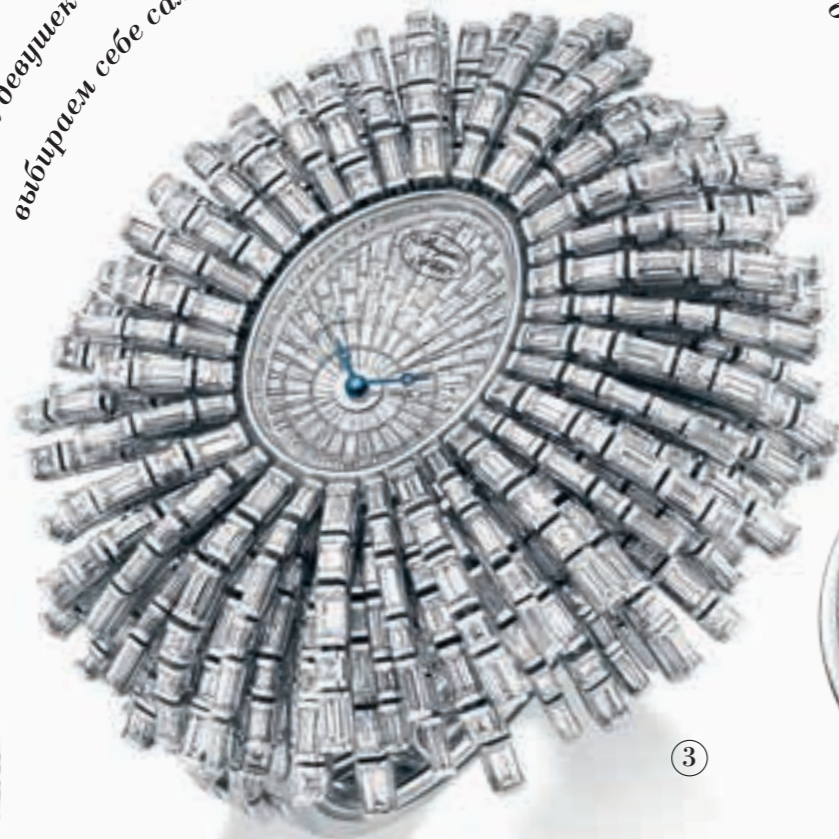
Ресторан средиземноморской
кухни «Марле Буа»
пл. Ленина, 11, тел. 99-88-88

ЯРКИЕ СЕКУНДЫ

Лучшие друзья девушек – это бриллианты. А друзей, как известно, много не бывает. Выбираем себе самую прекрасную компанию!



①



③



②



④



⑤



⑥

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



КАБИНЕТ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

ТОЛЬКО для МУЖЧИН

- врачебная КОСМЕТОЛОГИЯ
- СИСТЕМНЫЙ УХОД для РУК и НОГ
- КОРРЕКЦИЯ фигуры
- лазерное ОМОЛОЖЕНИЕ
- МАССАЖ и СПА-программы

равновесие силы и элегантности

WWW.KEM.TOMSK.RU

г. ТОМСК, ул. ДЗЕРЖИНСКОГО, 20/1

ТЕЛ: +7 (3822)

43-11-11

ЦВЕТУЩИЙ МИР

Чтобы наслаждаться природой, не обязательно лететь за тридевять земель – достаточно выбрать правильное эффектное украшение.



1. Серьги Rose de Noel, Van Cleef & Arpels, золото, перламутр, бриллианты. 2. Кольцо Nuri, Boucheron, золото, цавориты, сапфиры, бриллианты. 3. Серьги Madre Natura, Adolfo Courrier, золото, бриллианты, эмаль. 4. Колье Les Oiseaux Liberes, Cartier, золото, гранаты-цавориты, оникс. 5. Кольцо Magnipheasant Ring, Stephen Webster, золото, бриллианты. 6. Серьги Caresse d'orchidees par Cartier, Cartier, золото, кварц, бриллианты, гранаты-родолиты, турмалины. 7. Кольцо, Dior, золото, цитрин. 8. Серьги Madre Natura, Adolfo Courrier, золото, бриллианты, эмаль. 9. Кольцо Parrot, Roberto Coin, золото, бриллианты, сапфиры, рубины, цавориты.

КОЛЛЕКЦИЯ ART NOUVEAU



Styleavenue
fashion jewellery



АРТ-БУТИК «РУССКИЙ ШАРМ»
Г. ТОМСК, УЛ. НАБЕРЕЖНАЯ РЕКИ УШАЙКИ, 4А.
ГАЛЕРЕЯ БУТИКОВ "НА НАБЕРЕЖНОЙ". ТЕЛЕФОН 8-961-098-19-33.

RUSSKIYSHARM АРТ-БУТИК-РУССКИЙ-ШАРМ



1. **Brecourt** представляет коллекцию «Эфемеры», где используются редкие парфюмерные ингредиенты и новаторские технологии. Rosa Gallica — на основе редкого сорта дикорастущих роз. Poivre Bengale — бенгальский перец, раскрывающийся в окружении муската, гвоздики и имбиря. Oud Santal — беспроягранный союз любимых многими нот. Osmanthus Guilin — османтус из китайского города Гуйлинь.

2. **Christian Louboutin** этой весной обращается к теме природы, прославляя аквамариновый цвет Амазонки, узоры и текстуру. Особое внимание дизайнер уделяет деталям и сочетаниям различных фактур. Например, в So Baker Specchio Knot Pony Sandals мех пони соседствует с изящной сеткой и нежной кожей питона.

3. При создании коллекции **Giardini Segreti** мастера ювелирного бренда **Pasquale Bruni** черпали вдохновение в райских уголках ботанического сада Милана — изделия из розового золота украшают белые и коньячные бриллианты. Секрет марки таится в уникальной технологии обработки драгоценных камней, сочетающей многовековые техники и инновационные методы.

4. **Swissotel Resort Сочи Камелия** — это сочетание истории, современного уровня комфорта и высоких стандартов швейцарского гостеприимства. Гостиница мирового уровня недавно была отмечена престижной премией International Hotel Awards 2015-2016 как лучший курортный отель РФ, соответствующий высоким международным стандартам пяти звезд. К услугам гостей — 203 номера с балконами и террасами, в том числе 20 люксов и шикарный президентский сьют.

5. Сексуальная и женственная сумочка кораллового цвета **Lockett Petite** от **Jimmy Choo** — прекрасный спутник леди и днем, и вечером. Эксклюзивный замочек, запатентованный маркой, имеет уникальный механизм. Снаружи он покрыт эмалью с золотыми акцентами на деталях. Роскошный ремень в виде длинной цепи можно носить через плечо, а можно укоротить его, создав элегантный узел.

6. Отделка из полированного шпона эбенового дерева, вставки из мрамора «Император» и декоративные элементы с изображением головы пантеры — у коллекции мебели **Panther** от компании **SOHER** хищный мотив. Линия представлена комплектами столовой, спальни, а также предметами мебели для офисов и домашних кабинетов. Лакированные поверхности здесь комбинируются вставками из натуральной телячьей кожи.

7. Коллекция Plums мануфактуры **Breguet** пополнилась новинкой — Rêve de Plume. Для этих часов из розового или белого золота характерно скульптурное изображение пера. Циферблат из белого перламутра гильюширован узором, а часы и минуты указывают стрелки с острыми наконечниками. Часы и атласный ремешок украшают бриллианты различной огранки общим весом более 4 карат.

8. В новом сезоне **Agent Provovateur** создает коллекцию, воспевающую телесные удовольствия: здесь переплелись всполохи романтического кружева, переливы чувственного шелка и живопись вышивки. В коллекции обыгрывается тема игры в прятки, манящие вырезы открывают взору линию декольте, а волнующие изгибы подчеркиваются самым неожиданным образом.



Сумка **Jimmy Choo**



Часы **Breguet**

es

ss



Кольца **Pasquale Bruni**, коллекция Giardini Segreti

3

ДОРОГИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ



Аромат Rosa Gallica, **Brecourt**



Босоножки **Christian Louboutin**

«Роза Хутор», Сочи

Горный курорт «Роза Хутор», получивший мощный импульс для развития благодаря зимней Олимпиаде в Сочи, сегодня превратился в одно из самых популярных мест активного отдыха в России.



Общая протяженность трасс на курорте 77 км, здесь работает 20 современных подъемников, а кататься можно до конца апреля.



Курорт интересен в любое время года. Зимой сноубордисты и лыжники делают первые шаги на «зеленых» трассах или покоряют «черные» олимпийские спуски. Кто-то осваивает лед на крытом катке или катается на санках и тюбингах. Кстати, сезон катания здесь длится до конца апреля — весной в горах солнечно, поэтому бонусом к отличному снегу идет горный загар. Летом в горах открываются пешие маршруты, площадки для занятий йогой, веревочный парк приключений «Панда Парк» и скалодром.

На курорте представлено более 30 баров, кафе и ресторанов, в том числе и заведения известной сети White Rabbit Family. Перекусить после горы — «ЧЕ?Харчо!» Красиво поужинать в компании близких друзей и семьи — ресторан Red Fox. За потрясающими видами отправляйтесь в ресторан «Высота», на самой верхней точке курорта — 2320 метров над уровнем моря, за шумной вечеринкой — в ночной клуб Lavanda 6. ♡

Курорт «Роза Хутор» расположен в одном из красивейших мест, у подножия Главного Кавказского Хребта. Добраться туда очень просто: международный аэропорт Адлер находится всего в 50 километрах от курорта по новой федеральной трассе.

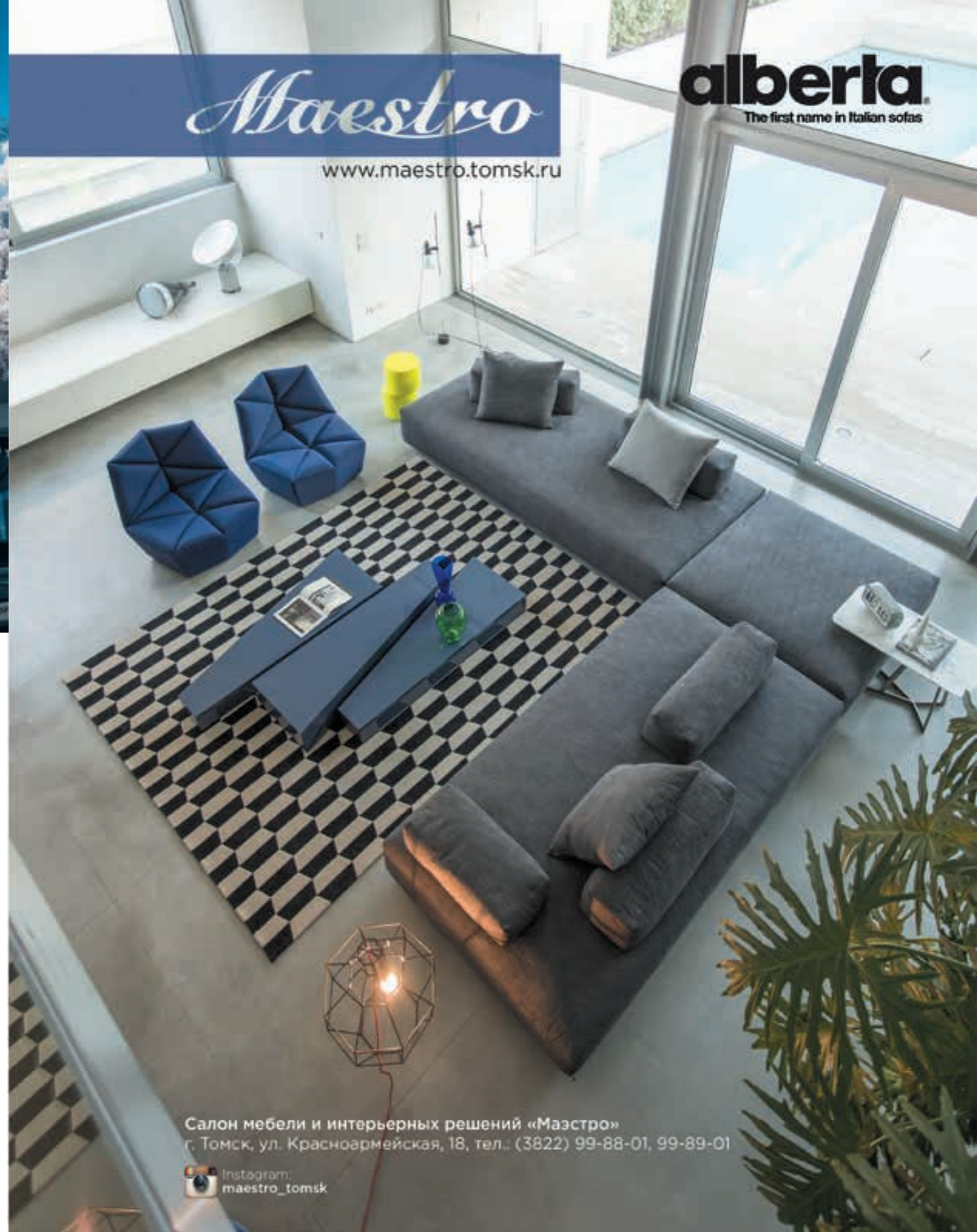
Разместиться можно как в Долине, в пятизвездочном Radisson Rosa Khutor или уютном Mercure Rosa Khutor с номерами, оформленными в охотничьем стиле, так и на высоте 1170 метров над уровнем моря, например, в новом spa-отеле Rosa Springs или комплексе Rosa Chalet, где к вашим услугам будет личный повар.



Maestro

www.maestro.tomsk.ru

alberta
The first name in Italian sofas

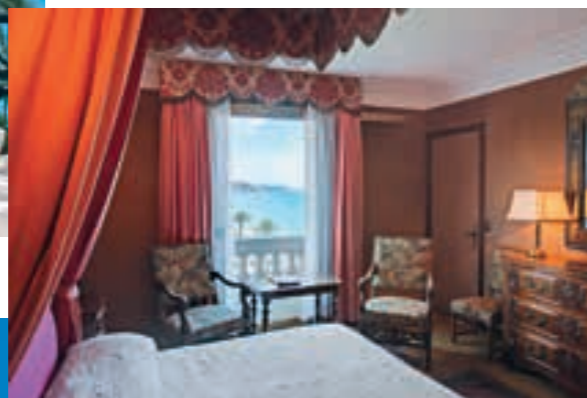


Салон мебели и интерьерных решений «Маэстро»
г. Томск, ул. Красноармейская, 18, тел.: (3822) 99-88-01, 99-89-01

Instagram:
maestro_tomsk

Le Negresco, Франция, Ницца

Настоящий символ Лазурного Берега, знаменитый Le Negresco, вот уже более ста лет украшает Английскую набережную в Ницце. Сейчас это не просто шикарный пятизвездочный отель, но и памятник истории, в номерах и холлах которого представлена богатая коллекция произведений искусства и антиквариата.



Для особых гостей Le Negresco работает консьерж-сервис «Золотые ключи»: личные массажист и парикмахер, аренда автомобиля, лимузина и вертолета, и конечно, индивидуальные туры.

На строительство Le Negresco в начале XX века было потрачено 3 миллиона золотых франков: металлический каркас для розового купола Королевского салона проектирует сам Густав Эйфель, а на известном заводе Баккара делают точную копию четырехметровой хрустальной люстры, заказанной императором Николаем II для Большого Кремлевского Дворца.

Сразу же после открытия отель стал символом богемной жизни. В разное время здесь останавливались Гарри Трумен и Уинстон Черчилль, Коко Шанель и Эрнест Хэмингуэй, Катрин Денев и Марлон Брандо, Сальвадор Дали и Пабло Пикассо. Сегодня Le Negresco предлагает гостям 96 номеров и 21 сьют, стиль оформления которых уникален, а после грандиозной реновации здесь были также созданы бизнес-центр, фитнес-зал и лаунж пространство. Но и по сей день гостиную «Версаль» украшает портрет Людовика XIV руки Гиацинта Риго, копии которого представлены в экспозициях Лувра и Версаля, а мраморный пол Королевского салона по особым случаям покрывают одним из самых больших в мире ковров площадью 375 кв. метров, созданным в 1615 году для Марии Медичи.

Кухня в Le Negresco под стать отелю — известный гастрономический ресторан Le Chantecler удостоен двумя звездами гида Мишлен, бар Le Rotonde, созданный в стилистике детской карусели, любим не только гостями отеля, но и жителями Ниццы. Ну а стильный английский бар Le Relais, повидавший немало знаменитостей, наполняется по вечерам ритмами джазовых аккордов и музыкой в стиле латино.



ПРОДАЕМ
УДОВОЛЬСТВИЕ

ОПАСНЫЕ
СВЯЗИ
Eau de Parfum



ETAT LIBRE d'ORANGE
PARIS

100 мл — 10000P

Москва: Parfum Palace, ARTICOLI

Благовещенск: Sens Unique; Владивосток: Первый Парфюмерный; Воронеж: Le conte; Казань: F-People; Краснодар: Бутик Парфюмер; Липецк: Реноме; Ростов-на-Дону: Giorgio; Санкт-Петербург: Эйфория; Сочи: ARTICOLI; Тольятти: Стиль Франции; Томск: РИВ ГОШ, Эскада; Тула: Atelier des Parfums; Челябинск: IQONS

www.parfumpalace.ru

IMAGE STUDIO SEBASTIAN PROFESSIONAL

НАТУРАЛЬНАЯ КРАСОТА НУЖДАЕТСЯ В ИСКУСНОЙ ОГРАНКЕ И ИЗЫСКАННОМ ОБРАМЛЕНИИ. ЭТА МЫСЛЬ НАИБОЛЕЕ ТОЧНО ВОПЛОЩЕНА В РАБОТЕ МАСТЕРОВ ИМИДЖ-СТУДИИ «SEBASTIAN PROFESSIONAL», КОТОРЫЕ СОЗДАЮТ НЕ ПРОСТО КЛАССИЧЕСКИЕ ИЛИ КРЕАТИВНЫЕ ОБРАЗЫ, НО РАСКРЫВАЮТ ХАРАКТЕРЫ ЛЮДЕЙ, ПОДЧЕРКИВАЮТ ИХ ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ, ПОМОГАЮТ ЗАЯВИТЬ О СЕБЕ КАК О НЕПОВТОРИМОЙ ЛИЧНОСТИ И ДАЖЕ ПОРОЙ НАЙТИ СЕБЯ...



ЛИДИЯ ЗЕМЦОВА

Как вы живете и любите, так вы и выглядите. Можно стать работой красоты, а можно лучшей версией самой себя. И в этом мне помогают блестящие мастера имидж-студии «Sebastian». Здесь работают только звезды! Уже на протяжении 12 лет моим персональным мастером является Галина Лычковская. Вместе с ней я радуюсь ее достижениям и победам. Она была в составе команды стилистов на премии журнала «Glamour», эксперт бренда Sebastian Professional, ее фото мелькало в модном столичном журнале «InStyle». Высочайший сервис, комфорт, профессионализм — вот кредо салона «Sebastian»! А иначе и быть не может!

ТАТЬЯНА СОЛОМАТИНА

В имидж-студии «Sebastian Professional» меня лично привлекает высокий профессионализм, невероятная душевность, особое отношение к клиентам. Видно, что у салона есть огромное желание привнести все самое новое, передовое, что появляется в парикмахерском искусстве, в наш город. Мастерам, безусловно, здесь интересно работать и развиваться, они никогда не уйдут из любимой профессии, потому что могут в ней полностью реализоваться, постоянно двигаясь вперед. Очень люблю и глубоко уважаю владелицу студии Арину Шуваеву, считаю, что мы похожи с ней в отношении к жизни, ценим в людях одни и те же человеческие качества.



“ **ВЫСОКИЙ ПРОФЕССИОНАЛИЗМ,**
НЕВЕРОЯТНАЯ ДУШЕВНОСТЬ,
ОСОБОЕ ОТНОШЕНИЕ К КЛИЕНТАМ ”



“ **МАСТЕРА** ЗДЕСЬ САМОГО
ВЫСОЧАЙШЕГО КЛАССА — МОЖНО ПРИЙТИ
К ЛЮБОМУ СПЕЦИАЛИСТУ И БЫТЬ УВЕРЕННЫМ
В ВЕЛИКОЛЕПНОМ РЕЗУЛЬТАТЕ ”



ИРИНА ШАБАШОВА

Мне есть с чем сравнить работу и уровень студии «Sebastian», я была клиенткой многих салонов, в том числе и столичных, и зарубежных. Здесь меня слышат и просто безупречно воплощают мои идеи и пожелания. Илья Ковалев, Галина Лычковская, Дарина Кулакова — знаю, что все мастера здесь самого высочайшего класса: без тени сомнения могу прийти к любому специалисту и буду уверена на все 100% в великолепном итоге его работы! С первого дня знакомства мы постоянно поддерживаем партнерские отношения с салоном «Sebastian», и особо дружеские лично с Ариной.

ЕЛЕНА СКОК

Ольга Шубертович — МОЙ мастер. Я вообще выбираю места и людей по энергетике и своему духу: если чувствую, что мне здесь будет хорошо, остаюсь. В «Sebastian» я чувствую себя как дома, мне здесь тепло и уютно. Иногда говорят, что это заведение пафосное, а я этого не ощущаю: с удовольствием наслаждаюсь особой атмосферой салона, понимаю — это МОЁ. И с профессиональной точки зрения видно, что все на самом высоком и современном уровне: у меня особенные требования к красителям и средствам для стайлинга, а они здесь все только отличного качества.



ПРОСПЕКТ ФРУНЗЕ 90, ТЦ ФОРУМ
(3822) 55 02 55, (909) 543 3032

Фреш

Hot Points



ВКУСНЫЕ ТРАДИЦИИ

Уютная и доброжелательная обстановка, аппетитная еда, возможность прийти в ресторан родителям с детьми — вот что привлекает гостей в рестораны сети «Панда». Пока взрослые будут наслаждаться вкуснейшими блюдами из разнообразного меню в атмосфере спокойной музыки, дети всегда найдут, чем там заняться: для ребятшек постарше в ресторане на Фрунзе есть ХВОХ, а малыши смогут побегать и поиграть в детском лабиринте в заведении на Ленина.



ПРИЯТНЫЕ БОНУСЫ

Весь март в ресторане азиатской кухни «Бамбук» специальное предложение. При заказе бизнес-ланча вы будете получать приятные бонусы. Каждому клиенту, в пятый раз сделавшему заказ в этом месяце, мы подарим кофе, в седьмой — порадуем десертом, а 10-й бизнес-ланч гость получит совершенно бесплатно!

ОБЕДЕННЫЕ СКИДКИ

Скидкой 20% на основное меню с 12 до 15 в будние дни могут воспользоваться клиенты ресторана «Тот самый Пармезан». Томичей и гостей города привлекают его удобное расположение — он находится в самом центре города, высокий уровень обслуживания и безупречное качество предлагаемых блюд русской и европейской кухни.



Hot points

УЗНАЕМ, ВЫБИРАЕМ



ЗАВТРАК — ВО СКОЛЬКО БЫ ТЫ НИ ПРОСНУЛСЯ!

Кондитерская «ТОРТА» на Фрунзе, 98 готовит завтраки с 08.00 до 20.00. Несколько видов каш, гранола с натуральным йогуртом, сырники, панкейки с самыми неожиданным сочетанием вкусов, какао, чай и, конечно же, кофе. Завтрак можно забрать с собой или съесть на уютном диване.

МАЛЕНЬКОЕ ЕВРОПЕЙСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

Побывать в настоящем небольшом западном ресторанчике, не пересекая границ, вы можете, посетив гостевой дом «Шале», где царит теплая атмосфера классического европейского домика, с обилием дерева и зелени, мягкими диванами и уютными креслами. Оживленные разговоры сливаются здесь с легкими звуками джаза, а те, в свою очередь, переплетаются с насыщенными ароматами блюд европейской кухни, и все вместе они образуют идеальное пространство для радостных встреч у камина, деловых обедов, шумных посиделок и вечеров в кругу друзей.



ХИТЫ ОТ ШЕФОВ

Ресторан «TWO CHEFS» в первые дни весны уже готов представить своим клиентам новое меню и приглашает томских гурманов пробовать гастрономические авторские блюда от шефов. Гостей ресторана ждут свежие хиты европейской кухни, последние гастрономические тенденции, любимая классика в современном прочтении и многое другое. Приятного аппетита и хорошего настроения!



ВПЕЧАТЛЕНИЯ НА ВСЮ ЖИЗНЬ

Банкетные залы ресторана «Цех № 10» — это два разных по стилю уникальных отдельных зала: Малый зал в стиле Прованс, рассчитанный на 25 гостей, и Праздничный Белый зал в стиле Классика для 50 гостей, который может быть дополнительно задекорирован в лавандовый или серебристый цвета. Фишка ресторана — блюда на гриле! Оригинальная подача блюд, несколько вариантов сервировки праздничного стола — все визуальные тонкости сделают торжественные блюда еще вкуснее.

ПИВО С ХАРАКТЕРОМ

В ресторанном комплексе «У Крюгера» представлено множество сортов разливного пива. Пиво с немецким характером или неповторимым русским вкусом, с ароматом карамели или хмеля, темное или светлое — каждый найдет здесь свой любимый вариант! В ресторанном комплексе также имеются банкетный зал и сауна. Посетителей ждут интересные акции и скидки!



ЧРЕЗМЕРНОЕ УПОТРЕБЛЕНИЕ ПИВА ВРЕДИТ ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ

Hot points

РЕШАЕМ, ОТДЫХАЕМ, ОБСУЖДАЕМ



АВТОРСКОЕ МЕНЮ

Ресторан «Река 827» в марте существенно обновит свое меню. Презентация меню пройдет в начале марта, сразу после гастролей шеф-повара Елены Страдзэ, обладательницы гранд-диплома кулинарной академии Le Gordon Blue, работающей в Лондоне. Елена представит в «Реке» свое авторское меню и всю неделю с 29 февраля по 5 марта будет работать на кухне ресторана, а 7 марта в ресторане начнет действовать обновленное меню, составленное бренд-шефом ресторана. Новое меню «Реки» обещает быть интересным, так как бренд-шеф заведения проходил месячную стажировку у знаменитого ресторатора Анатолия Комма в заведении Anatoly Komm for Raff House.



БАНКЕТ У ОЗЕРА

Ресторан «Белое Озеро» предлагает организовать у себя банкет всего за 1500 рублей на персону! Эта отличная новость сопровождается и другими бонусами: караоке в подарок, а для компаний от 20 человек — творческий номер в качестве сюрприза! Светлый, праздничный зал с панорамными окнами и волшебным видом на природную жемчужину города — Белое озеро — покоряет с первого взгляда, а бриллиантовые искорки хрустала делают ваше событие по-настоящему торжественным! В ресторане — широкий выбор банкетных предложений, что позволит устроить праздник на любой вкус! Высококласные повара и приветливый обслуживающий персонал подарят ощущение яркого и запоминающегося праздника.

Фреш

Hot Points



ВЕСЕННЕЕ ОБНОВЛЕНИЕ

Ресторан немецкой кухни «Кайзерхоф» приглашает познакомиться со своим обновленным меню, где будут представлены блюда, приготовленные по рецептам из разных регионов Германии. В новом меню учли всё: и желание сохранить полюбившиеся клиентам прежние названия, и стремление гостей периодически менять свои вкусовые пристрастия. Неизменными остаются уютная и гостеприимная атмосфера ресторана, а также живая музыка по пятницам и субботам.



ТОЛЬКО ПРАВИЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

В марте ресторан здорового питания «Сельдерей» представит томичам свою новую программу питания №1, которая учитывает возрастные особенности людей, следящих за своим весом, а также климатические условия Сибири.

Новая система питания, новые блюда и ... никаких калорий. Весь март продукция «Сельдерей» будет предлагаться по презентационной цене — всего 1000 рублей за 5-разовое питание

СЧАСТЛИВЫЕ ЧАСЫ

Каждый будний день уютная пекарня-кондитерская в центре Томска «Sadeli» приглашает томичей провести в ее стенах счастливые часы! С 11 до 12 и с 16 до 17 при покупке любого пирожного — клиенты получают кофе-американо или чай в ассортименте в подарок! Приходите лакомиться в «Sadeli» вкуснейшими авторскими тортами и десертами, свежей выпечкой и хлебом, ароматным кофе, делайте заказы на изготовление сладостей!



Hot points

ПОЛУЧАЕМ УДОВОЛЬСТВИЕ



«ДЕНЬ ЛАПШИ»

Каждую среду в «BRUCE L'EE: The Legend Bar» проходит акция «День лапши». В этот день каждый житель Томска, не выезжая за его пределы, может попробовать лучшее из китайских и японских кулинарных традиций — настоящий, вкусный, по-домашнему сытный удон всего за 100 рублей. Например, в меню бара есть необычный удон с соусом «по-сычуаньски», который порадует своим острым, насыщенным вкусом и экзотическим ароматом. Тем, кто не знаком с китайской кухней или балует себя ею очень редко, можно попробовать один из более привычных «классических» вариантов удона: в устричном или кисло-сладком соусе.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ВЕЧЕРА

В марте в «Славянском Базаре» начинается цикл гастрономических вечеров, посвященных русской и томской кухне. Первое мероприятие состоится 17 марта и будет посвящено традиционным блюдам Великого Поста. Это не значит, что сам ужин будет на 100% постным — гостей ждут и рыбные блюда, и морепродукты. Многообразие сибирских рыб, блюдо из грибов и овощей всегда было отличительной особенностью местной кухни, и шеф-повар ресторана Родион Перестенко уверен, что гостей удивить получится. Гастрономический вечер пройдет в полузакрывом формате, количество свободных мест ограничено.



TWO CHEFS RESTAURANT

КУЛИНАРНЫЙ МАСТЕР-КЛАСС

От нашего шеф-повара!

5-6-7-8 марта

- Готовим на выбор:
1. Пицца с моцареллой и рукколой
 2. Равиоли с лососем
 3. Салат «Цезарь»

Продолжительность: 60 минут
 Стоимость: 500 рублей*
 * для дам бокал вина в подарок
 Количество участников: от 5 человек

Предварительная запись: 995-996*
 * бронирование осуществляется только при предоплате



TWO_CHEFS_TOMSK



НАБЕРЕЖНАЯ РЕКИ УШАЙКИ, 16



«ВЫЖИВУТ ТОЛЬКО ВЛЮБЛЕННЫЕ!»

14 апреля в концертном зале ТГУ состоится презентация нового альбома группы «Ночные Снайперы». Поклонники «снайперского» творчества уже успели послушать и оценить целых два трека с будущей пластинки, которые находятся в чартах радиостанций. Первый, «Эгонемне», прозвучал в эфире «Нашего радио» в марте прошлого года, а осенью последовала премьера второй песни под названием «История». На концертах публика с большим удовольствием подпевае им, а СМИ в один голос утверждают, что это новые хиты коллектива. «С этой пластинки стартанёт, я думаю, какая-то новая история, потому что она очень непохожа на все, что делали «Снайперы», — говорит Диана Арбенина.

14 апреля

Концертный зал ЦК ТГУ, пр. Ленина, 36, тел.: 710-900, 52-98-97
Начало в 19.00. Для зрителей старше 12 лет

Весеннее турне группы «Ария»

Ровно 30 лет назад они впервые вышли вместе на одну сцену и покорили зрителей немислимой концентрацией энергии, харизмы и молодости. Шли годы, времена и поколения сменяли друг друга, но они всегда с нами, как и прежде «куют» наш русский металл, дают жару, «раскачивая этот мир не для слабаков», поднимая на свои концерты легионы фэнов от 5 до 95 лет! Со сцены будут звучать как всеми любимые хиты, так и раритеты, специально подготовленные музыкантами «Арии» к юбилейным концертам. Юбилейные концерты «Арии» можно с уверенностью называть главным музыкальным событием года в России в жанре хард-н-хэви. А значит, явка обязательна!

29 марта

Концертный зал ЦК ТГУ, пр. Ленина, 36, тел.: 710-900, 52-98-97
Начало в 19.00
Для зрителей старше 12 лет



ИЗБРАННОЕ



Лариса Гнря,
редактор
светской
хроники

Книга «Бегущий за ветром», Халед Хоссейни



Этот роман вывернул меня наизнанку как опытный психотерапевт. Читается он на одном дыхании — редкий случай, когда можно «из первых рук» узнать всю правду

про Афганистан, тихий довоенный Кабул, где в 70-е не было телевизоров даже у богатых людей, другую культуру и менталитет. Книга шедевальна и незаурядна: она рассказывает о тяжелой, омытой кровью жизни двух друзей, о низком подлом предательстве, жестокости и бессердечии, поражающих мое воображение... Читать не раздумывая! Читать без тени сомнения!

Для читателей старше 18 лет

Кино «Прелюбодеи», США, реж. Х. Коакли, 2015 г.



Это качественный психологический тяжелый спектакль, где много напряженных, острых и глубоких диалогов между тремя главными героями — муж, жена, любовник.

История, основанная на реальных событиях, показала всю коварность и трагичность супружеской измены. Фильм рекомендую смотреть людям с твердой психикой и крепкими нервами, так как измена близкого действительно может свести с ума любого человека и заставить его пойти на крайние меры.

Для зрителей старше 18 лет

Громкая постановка Александра Огарева — спектакль «Амели»

Может ли нас заинтересовать история девочки от дня ее рождения до трех лет? Оказывается, может! Число поклонников романа «Метафизика труб», написанного Амели Нотомб, растет с каждым годом. Нотомб уникальна — она помнит свое младенчество. Оно протекало в Японии, где отец писательницы в конце 60-х годов прошлого века служил консулом. В истории маленькой Амели мы узнаем перипетии собственной жизни в разные периоды становления: от равнодушия к миру до неожиданного пробуждения жизненной энергии, обретения речи, познания всего окружающего, столкновения с добром и злом.

10 и 31 марта

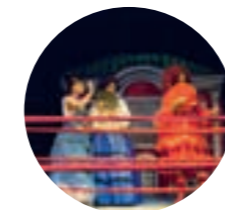
Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел. 906-837
Начало в 19.00

Для зрителей старше 12 лет



«Опасные связи» в томской «Версии»

Гламурная комедия по мотивам знаменитого романа Шодерло де Лакло — яркая и откровенная картина жизни французской аристократии в постановке одного из самых непредсказуемых московских режиссеров, Сергея Виноградова. Это история интриг и жарких откровений, переплетений чувственной пластики и драматизма.



26 марта

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

Для зрителей старше 16 лет

Путешествие на север Франции с двумя дамочками

Спектакль «Две дамочки в сторону севера» появился в репертуаре Томского ТЮЗа благодаря свободному творчеству участников и единодушной поддержке зрителей. В пьесе есть безумно смешные пассажи, глубокая печаль и, главное, две женские роли, в которых всё — и эксцентрика, и нежность, и жесткий юмор, и бесконечная искренность. В основе сюжета — путешествие двух героинь, уже не юных сестер Аннетты и Бернадетты, на север Франции. Они отправились в путь, чтобы воссоединить своих родителей — мать, умершую накануне, с отцом, которого они похоронили 25 лет назад...

17 и 31 марта

Томский областной театр юного зрителя,
пер. Нахановича, 4, тел. 51-36-55, tuz-tomsk.ru
Начало в 19.00. Для зрителей старше 14 лет





КЛИНИКА ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ

Фитопаросауна с использованием пант алтайского марала

В современных условиях жизни все чаще медицина обращается к природным средствам оздоровления. Одними из наиболее популярных и востребованных являются ПАНТЫ АЛТАЙСКОГО МАРАЛА. Уникальная возможность проведения совмещенной фито-, панто- и аромопроцедур в фитобочке позволяет достигать значительного эффекта оздоровления, омоложения, восстановления и усиления половой активности.

Почему именно в фитопаросауне?

Потому что процедура в фитопаросауне позволяет сначала раскрыть поры кожи и очистить их от шлаков и загрязнений под воздействием температуры и фитопара. Затем, посредством небулайзера, внутри фитобочки распыляется аэрозоль панто-вытяжки, дозировано насыщенная биологически активными веществами, и через поры происходит их всасывание. Панто-паровые процедуры оказывают благоприятное воздействие практически на все органы и системы организма. Улучшают общее самочувствие, снимают нервно-напряженность, усиливают иммунитет, обладают выраженным противовоспалительным и омолаживающим действием.

Показания к принятию процедур в фитопаросауне:

- Повышение общего иммунитета организма
- Восстановление упругости кожи и ее омоложение
- Избавление от стрессов, хронической усталости
- Восстановление работы нервной системы
- Устранение целлюлитных образований
- Избавление от лишнего веса
- Нормализация гормональной системы
- Реабилитация от последствий травм и других заболеваний суставно-связочного аппарата
- Очищение организма от токсинов и шлаков на клеточном уровне
- Избавление от мышечного переутомления
- Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний

В каждом номере журнала специалисты клиники восстановительного лечения «Санте» с удовольствием ответят на ваши вопросы, касающиеся состояния и профилактики вашего здоровья и методов лечения в клинике. Присылайте ваши вопросы на e-mail редакцию: dorogoe@tdo.ru, а также оставляйте свои пожелания и комментарии в инстаграме журнала «Дорогое удовольствие» и клиники «Sante».

**ул. Пушкина, 61, ул. Трифонова, 22,
тел.: 65-05-06, 51-78-85,
vk.com/sante650506, instagram: SANTE_TOMSK**

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Долгожданное продолжение. «Дивергент, глава 3: За стеной»

Трис и Фор впервые покидают город и своих близких и оказываются в опасном мире за стеной, отделяющей Чикаго, где им открывается шокирующая правда. Они должны быстро разобраться, кому можно доверять, так как битва, разгорающаяся за стенами города, угрожает всему человечеству. Чтобы выжить, Трис придется сделать непростой выбор между мужеством, верностью, любовью и необходимостью идти на жертвы.

С 10 марта

Кинотеатр «КиноМакс»,
ул. Р. Люксембург, 73
тел. 40-90-20
kinomax.tomsk.ru. 12+



«Киномакс» представляет!

Впервые в Томске уникальный проект TheatreHD! TheatreHD — это показы и прямые трансляции на экранах кинотеатров самых известных спектаклей из лучших театров мира. Кроме того, проект TheatreHD включает в себя уникальные фильмы-выставки, которые позволяют перенестись в наиболее известные музеи мира и в деталях рассмотреть знаменитые полотна величайших художников. Миссия проекта — дать возможность каждому человеку увидеть на экранах кинотеатров шедевры мирового театра и изобразительного искусства, не покидая родной город.

Кинотеатр «Киномакс» совместно с партнерами Артбутиком «Русский Шарм», журналом «Дорогое удовольствие в Томске» и рестораном средиземноморской кухни «Марле Буа» представляет вечер показа легендарной шекспировской комедии о любви и преобразении «Как вам это понравится»!

Постановка Королевского Национального театра.

Пьеса Уильяма Шекспира

Отец Розалинды, Герцог, изгнан из собственных владений родным братом и отправлен в ссылку. Его дочь также покидает дворец и направляется в сторону Арденнского леса. Там, освободившись от власти общепринятых представлений о приличиях, Розалинда переодевается юношей и узнает, что можно жить совершенно иначе — и немедленно попадает в сети безумной любви. Знаменитая шекспировская комедия возвращается на сцену Королевского Национального театра впервые за 30 лет.



29 марта

Кинотеатр «КиноМакс»
ул. Р. Люксембург, 73
тел. 40-90-20
kinomax.tomsk.ru. Для зрителей старше 16 лет

«Бэтмен против Супермена: На заре справедливости»

Опасаясь, что действия богоподобного супергероя так и останутся бесконтрольными, грозный и могущественный страж Готэм-Сити бросает вызов самому почитаемому в наши дни спасителю Метрополиса, в то время как весь остальной мир решает, какой герой ему по-настоящему нужен. И пока Бэтмен и Супермен пребывают в состоянии войны друг с другом, возникает новая угроза, которая ставит человечество перед самой большой опасностью, с которой оно когда-либо сталкивалось.

С 24 марта

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



Фестиваль керамики

С 5 февраля по 13 марта в Первом музее славянской мифологии проходит «XI Международный сибирский фестиваль керамики». Это одно из самых масштабных мероприятий в художественной жизни Сибири, которое объединяет лучших мастеров своего дела. Более ста самобытных художников, удивительные образы и сюжеты, умопомрачительные техники — глазурирование, раку, огневой обжиг, молочение... Равнодушных не остаётся! Также в рамках фестиваля в Музее проходят «керамические выходные», когда гости мастерят под чутким руководством ведущих керамистов Томска, восхищаются на мастер-шоу по гончарному ремеслу и участвуют в газетном обжиге на открытом воздухе.

После окончания выставки возможно приобретение работ.



С 5 февраля
по 13 марта

Первый музей славянской мифологии,
ул. Загорная, 12, тел.: 210-333, 527-950
Без ограничений по возрасту

«Мастер и Маргарита» — драма о любви и предательстве

Главный режиссер театра на «Юго-Западе» Валерий Белякович не побоялся осуществить постановку романа Михаила Булгакова. Необычно, оригинально, блестяще — такие эмоции переполняли зрителей, когда на сцене разыгрывалось настоящее мистическое действо. Удачно продуманные мизансцены, множество танцев, роскошные костюмы, лазерное шоу, мастерство художника по свету и блестящая игра актеров раздвинули тесную черноту и сделали, как казалось раньше, невозможное: самый знаменитый роман Булгакова наконец-то ожил на сцене. В роли Воланда Народный артист России Владимир Стеклов.



12 апреля

Томский областной театр драмы, пл. Ленина, 4,
тел. 710-900
Начало в 19.00
Для зрителей старше 16 лет

Леонид Агутин и Анжелика Варум

Анжелика Варум и Леонид Агутин весной 2016 года представляют новую концертную программу. Дуэт вместе по жизни и на сцене уже 18 лет и является бесспорным символом любви, чем-то единым и неразделимым. Музыка Леонида и Анжелики — разная: зажигательная, серьезная, романтическая, но всегда такая настоящая... Зрители ждут и танцевальные хиты дискотек в модном электронном звучании, и живая музыка в сопровождении группы «Эсперанто» и шоу-балета «Лебеди Funk».



28 марта

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

Абонемент «Два короля» в органном зале

Органисты Мария Блажевич и Дмитрий Ушаков представляют программу, в которой состоится российская премьера произведений Л. Барбьери, Г. А. Штамма, М. Бруха. В концерте принимает участие Томский академический симфонический оркестр. Художественный руководитель и дирижер — Ярослав Ткаленко.



13 марта

Органый зал, пр. Ленина, 75, тел. 51-61-95
Начало в 19.00. Для зрителей старше 12 лет

Поздравляем милых дам
с весной и 8 Марта!

СОЛЕРНО SPA

Уникальная пептидная
биоревитализация
для здоровья, красоты
и молодости вашей кожи



Ждем Вас на отдых и преображение
к празднику!

Вам не нужно ехать на отдых
в Турцию и Таиланд, мы сами
привезли лучших мастеров тайского
и турецкого массажей для Вас.
Они сделают Ваш отдых
незабываемым.



пер. 1905 года, 8/1(4-й этаж)
тел. 517-500 | solerno-spa.tomsk.ru

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

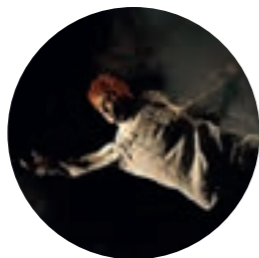
«Панночка» — спектакль-номинант на «Золотую маску»-2016

История, давно рассказанная Н. Гоголем, переосмыслена Ниной Садур и подана как притча о вечном столкновении добра и зла, мечты и реальности, божественного и дьявольского в этом мире и в каждом из нас. Спектакль, поставленный заслуженным деятелем РФ Владимиром Бирюковым, лауреатом Национальной театральной премии «Золотая маска», отходит от классического представления о вечных проблемах, оставляет больше вопросов, чем ответов, предлагая зрителю поразмышлять об увиденном. Совместная постановка Творческого объединения «КультПроект» (г. Москва) и Томского театра куклы и актера «Скоморох» им. Р. Виндермана в 3 номинациях представлена на Национальной премии «Золотая Маска».

15 и 16 марта

Томский областной театр куклы и актера им. Р. М. Виндермана, пл. Соляная, 4, тел.: 65-28-07, 65-28-90, skomoroh.tomsk.ru

Начало в 19.00. Для зрителей старше 16 лет



Премьера в Дrame: спектакль по пьесе Л. Нурена «Война»

Неожиданно для жены и детей возвращается с войны отец семейства, которого уже считали убитым. Искалеченный морально и физически, потерявший зрение, но еще не потерявший надежду на лучшее будущее, бывший солдат еще не знает, что его никто не ждет... В спектакле нет ни огнестрельного оружия, ни военной формы на героях, никаких конкретных указаний на время и место действия. Потому что все войны одинаково уничтожают, перемалывают и солдат, и мирное население — неважно, в каком веке и в какой стране.



23 марта

Томский областной театр драмы, л. Ленина, 4, тел. 906-837

Начало в 19.00. Для зрителей старше 18 лет

«Ромео и Джульетта» — великий балет на сцене БКЗ

«Классический Русский балет» — успешная московская труппа классического танца, которая за годы своей активной творческой жизни зарекомендовала себя как профессиональный развивающийся коллектив, в который вошли лучшие представители балетных школ России, талантливая перспективная молодежь и зрелые заслуженные мастера танца. Репертуар труппы Классического Русского балета составляют, прежде всего, балеты классического наследия, великие произведения, вошедшие в золотой фонд русского балета, в том числе гениальное произведение С. Прокофьева.

22 марта

Большой концертный зал филармонии, пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 19.00. Для зрителей старше 6 лет



«Наливные яблоки»: классика на сцене

Комедия по пьесе А. Н. Островского «Правда — хорошо, а счастье — лучше» повествует нам веселую, смешную, сентиментальную и мудрую историю. Тихое Замоскворечье. Наливаются ароматные плоды в яблоневых садах. Так хочется любви молодым сердцам. Но так много вещей не укладывается в купеческие понятия о счастье и благородстве, правде и чести, свободе и достоинстве!.. Неужели, чтобы воссоединиться с любимым, надо ждать счастливого случая? А может, все изменит тайный доброжелатель? В ролях — В. Гаркалин, Р. Мадянов, О. Прокофьева, Т. Орлова и др.

19 марта

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

Начало в 19.00

Для зрителей старше 12 лет



Актуальнейшая тема на сцене ТЮЗа. «Безденежье»

Жизнь «в кредит» — животрепещущая тема для огромной страны, поколениями переживающей проблему тотального безденежья. «Безденежье» — так называется спектакль, режиссер которого показывает зрителю всего несколько сцен из жизни молодого человека, иронично подмечая комическую природу его бедственного положения. Обаятельный молодой дворянин Жазиков уже некоторое время живет в Петербурге. Тонкий ценитель искусств, светских развлечений и приятной компании, он посещает самые модные места, совершает выгодные для статуса покупки. И множится за его дверью толпа кредиторов, желающая немедленной уплаты всех долгов.



19 февраля

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

Для зрителей старше 18 лет

Немецкая химчистка BÖWE

Биочистка меховых изделий

100% ГАРАНТИЯ

Гарантия сохранения цвета, размера и качества каждого изделия.

БЕРЕЖЕМ МЕХ И КОЖУ

Чистка осуществляется с помощью новейших технологий без использования агрессивных химических средств и не повреждает материал. К тому же мех обрабатывается специальными немецкими маслами, что позволяет сохранить его природный жировой баланс и увеличить срок службы.

ИДЕАЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Удаляются грязь, жир, посторонние химические вещества и агрессивные реагенты, посторонние запахи, все виды пятен. Мех приобретает пушистость, мягкость и блеск, а кожаным вещам возвращается вид новых изделий.

Химчистка одежды и текстиля

Чистка изделий из меха, кожи и замши

Ремонт и чистка обуви

Мелкий ремонт одежды

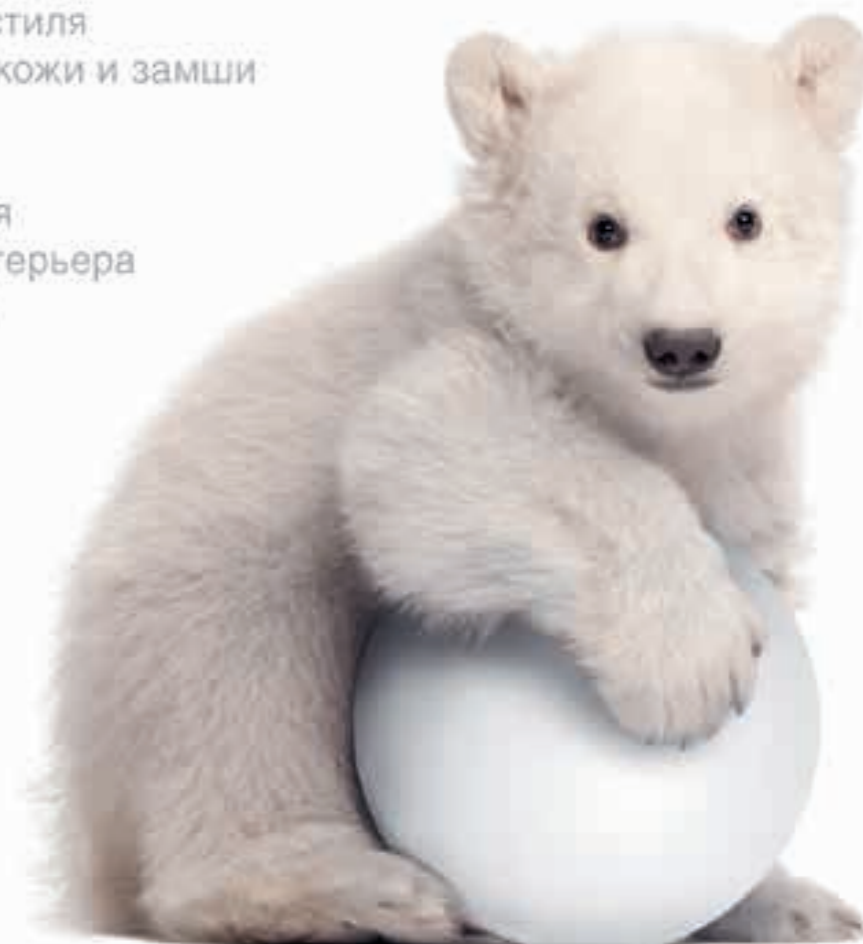
Стирка постельного белья

Химчистка предметов интерьера

Выезд и доставка на дом



ул. Аркадия Иванова, 3
(3822) 41-82-79, 42-40-98
bowe.tomsk@gmail.com
www.bowe.ru



Братья Сафроновы с программой «Империя иллюзий»

Лучшие иллюзионисты России Братья Сафроновы представляют новое грандиозное шоу для всей семьи «Империя иллюзий». Они умеют то, что раньше казалось фантастикой! Они парят в воздухе и перемещают предметы в пространстве, предсказывают мысли и действия зрителей, исчезают на глазах у публики и вновь появляются в зале, а в самых экстремальных трюках их жизнь висит на волосок от смерти. Их шоу — это классические и абсолютно новые трюки в грандиозной постановке лучших режиссеров, хореографов, художников и костюмеров нашей страны.



16 марта

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

«Реквием» Моцарта

«Реквием» Моцарта после долгого перерыва возвращается на филармоническую сцену Томска. Буквально каждая страница одного из самых загадочных сочинений в истории музыки задает нам вопросы, ответов на которые нет. Кто на самом деле создал произведение, кто был «черным человеком», который его заказал, написан ли «Реквием» или это просто ряд незаконченных музыкальных фрагментов. Свою версию событий расскажет известнейший московский теле- и радиоведущий, музыкальный эксперт Артем Варгафтик. Исполнители: хоровая капелла ТГУ и Томский симфонический оркестр.

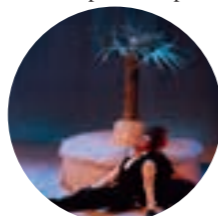
18 марта

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



История призрачной любви

ТЮЗ приглашает влюбленных и сохранивших воспоминание об этом чувстве зрителей на один из самых популярных спектаклей репертуара — иллюзию жизни «Ночь Святого Валентина». Каждому человеку необходимо чувствовать себя нужным и любимым. И в праздник Святого Валентина, покровителя всех влюбленных, это желание становится основным мотивом мыслей и поступков героев спектакля. В жизни производящей впечатление благополучной обеспеченной семьи есть всё... Однако нет самого главного. Все их попытки выйти из порочного круга построенных на лжи отношений терпят неудачу. Жизнь со временем приобретает иллюзорные черты, но в ночь Святого Валентина все меняется...



23 марта

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

«Metallica» с симфоническим оркестром

В этом уникальном шоу классика и современность сольются в одно целое и предстанут перед зрителем во всей своей неординарной красоте. А неповторимое сочетание симфонической музыки и тяжелого рока придаст шоу мистический оттенок и необычайный антураж. В 2013 году группа SCREAM INC. получила статус официального Metallica трибьют бэнда с правом исполнения и использования песен мирового гранда. Спустя 17 лет вы имеете уникальную возможность снова услышать ломовые хиты, как на знаменитом концерте группы — «S&M».

2 апреля

Большой концертный зал филармонии,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 19.00. 16+



«Все о любви» с Александром Малининым

Имя Александра Малинина не нуждается в особом представлении. Творчество исполнителя органично сочетает традиции русского романса и современное звучание, а глубокие и искренние интонации заставляют трепетать сердца публики. В его концертах легко распознать характерную задушевность, бунтарский дух, бесшабашную удаль и аристократическую утонченность. Певец уже много лет верен своему сценическому образу и репертуару, выбирая песни сам и отдавая предпочтение стихам с глубокой внутренней энергетикой, произведениям русских поэтов. Песни Малинина давно стали всенародно любимыми и вошли в золотой фонд российской песенной культуры.



19 марта

Томский областной театр драмы, пл. Ленина, 4, тел. 710-900
Начало в 19.00. 6+

ДАРИ ПОЛЕЗНОЕ!

НАТУРАЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ ИЗ СИБИРИ



Выбирайте подарок со вкусом!

Варенье из сосновой шишки, Мёд с сосновой почкой, Мёд с живицей, Мёд с прополисом, Натуральный шоколад, Конфитюры, Иван-Чай



8 (800) 222 05 52
(Звонок бесплатный)

WWW.SIBZNAHAR.COM

Давайте искать возможности!

Новые реалии российской экономики уже вышли за границы временных явлений, заставляя бизнес в том числе не просто «сгруппироваться» на пару лет, но научиться жить и работать по-новому, считает Егор Белянко, адвокат и управляющий партнер юридической компании «Белянко и партнеры».

Фото: Дмитрий Карпушев

— Егор, то есть вы считаете, что ситуация в стране, в экономике не стабилизируется?

— Я считаю, что относиться к происходящему можно по-разному: можно говорить, что сейчас развиваться невозможно, и стараться «переждать», пока закончится кризис, а можно попытаться подстроиться под эту новую реальность, чтобы быть успешным здесь и сейчас. Я думаю, что сегодня выиграет тот, кто сумеет быстро (раньше других) перестроиться. Экономику поднимают люди. Если бизнес ждет, то и экономика не начнет расти, ей просто будет неоткуда взять ресурс для роста.

— А что вы имеете в виду, говоря о необходимости перестроиться?

— Стоит признаться самим себе, что мир меняется, и давайте меняться вместе с ним. Да, сегодня нет той стабильности, к которой мы все стремимся, и непонятно, будет ли она в будущем. Но даже самые плохие времена порой дают прекрасные возможности, примером тому могут служить истории таких брендов, как например, Starbucks или Pepsi. Нужно не бояться меняться самим и перестраивать свой бизнес. В условиях ограниченного ресурса самое время подумать про эффективность, научиться лучше считать цифры и максимально рационально использовать ресурсы.

— Получается, нужно учиться экономить?

— Я бы сказал не экономить, а расходовать рационально, каждый сохранный рубль = заработанный рубль!

— То есть покупать нужно то, что дешевле?

— Не все так однозначно. Необходимо всегда отдавать себе отчет в том, сможешь ли ты дешевле получить услугу или продукт того же качества. Если можешь, то выбор очевиден — берите то, что дешевле.

— А как вопрос эффективности и рациональности соотносится с юридическими услугами? Ведь следуя вашей логике, разумнее иметь одного штатного юриста, который будет выполнять весь объем работы, нежели привлекать для каждого поручения консультантов, услуги которых, наверняка, обойдутся дороже.

— Давайте разделим этот вопрос на 2 части. Первое — это цена. Сколько, по-вашему мнению, стоит штатный юрист в нашем регионе?

— Думаю, от 25 до 40 тысяч рублей.

— Хорошо. А теперь давайте посчитаем. Берем 30 т.р. — средняя заработная плата юриста. Добавляем налоги, которые работодатель в среднем должен будет заплатить сверх этой заработной платы: около 15 т.р. (ФСС, ПФР, НДФЛ). Раз это ваш штатный сотрудник, то вы должны обеспечить его рабочим местом, компьютером, программным обеспечением, канцелярией, транспортом и т.д. Пусть будет еще 20 т.р. в месяц. Если посчитаем еще бонусы, хотя бы годовые, компенсации больничных, отпускных и т.п., то это еще порядка 10 т.р. в месяц. Итого получим 70-80 тысяч рублей в месяц. То есть совсем не факт, что штатный юрист обойдется дешевле привлеченного консультанта.

— С ценой понятно, что еще?

— Второй момент, на который нужно обратить внимание, принимая решение, исходя из выгоды, это эффективность и качество. К примеру, у вас спор с налоговым органом. Не каждый штатный юрист сталкивался с такой категорией дел. Сможет ли он качественно обеспечить представление ваших интересов? Или в данном случае шансов на успех намного больше у привлеченного специалиста, который знает специфику таких дел, знает процедурные вопросы? Привлеченные юристы чаще сталкиваются с людьми, которые будут принимать решение — с судьями — и знают, что, например, для одного судьи первостепенное значение имеет судебная практика, а другой будет раздражен, если увидит в тексте документа грамматические ошибки.

Кстати, не стоит забывать, что расходы на привлеченного судебного юриста подлежат взысканию с другой стороны судебного спора, в случае выигрыша. А расходы на своего штатного специалиста возмещению не подлежат.

— Так значит всегда выгоднее привлеченный консультант?

— Думаю, каждый должен сам для себя дать ответ на этот вопрос. Я лишь рассказал, на что стоит обратить внимание. Ситуации бывают разные, разная степень ценности вопроса. Иногда, когда спор касается специфических особенностей бизнеса, эффективно работать привлеченным юристам в тандеме со штатными. Мы знаем внешнюю сторону процесса, а они внутреннюю — изнанку бизнеса. Все очень индивидуально.

В условиях ограниченного ресурса самое ВРЕМЯ подумать про ЭФФЕКТИВНОСТЬ, научиться лучше СЧИТАТЬ цифры...

— А есть ли еще какие-то преимущества у внешних юридических консультантов?

— Я бы назвал это не преимуществами, а отличиями. Преимущество — очень оценочная категория, что хорошо для одного, для другого неприемлемо. А если говорить об отличиях, то привлеченный консультант чаще имеет возможность говорить Клиенту не только то, что он хочет услышать. Штатные юристы зачастую в силу служебного положения такой возможности лишены. Все мы люди, и порой в нас говорят эмоции, а не здравый смысл. Например, бывает выгоднее договориться с просрочившим контрагентом, нежели идти с иском в суд — больше времени и денег потратите. Да и теорию денег во времени никто не отменял: 100 рублей сегодня — это лучше, чем 100 рублей через год. И наша задача объяснить это Клиенту, чтобы он принимал решение осознанно.



— Но ведь это не выгодно вам, как консультанту. Получается, вы сами лишаете свою компанию работы?

— Роль внешних юристов сейчас становится шире, чем составление документов и походы в суды. Часто совет не вступать в сделку может стать намного более ценным для Клиента, чем выполнение большого объема работ по ее структурированию. Сегодня мы берем на себя роль бизнес-советников, которые вместе с владельцами бизнеса ищут лучшие решения.

— Рынок юридических услуг достаточно широк и ценовой диапазон тоже. Как принять решение, выбирая юридического консультанта?

— Думаю, на этот вопрос также нет одного решения, правильного для всех. Есть один принцип, с которым я очень согласен, применительно к принятию решений. Существуют три опции: дешево, быстро, качественно. Выбрать все три одновременно нельзя: вы можете выбрать только две из них, от чего-то придется отказаться. И вы, как клиент, должны принять решение, от чего. Например, выбирая недорого, всегда чем-то жертвуете, либо качеством, либо сроком. Выберите две опции!

Юридическая компания «БЕЛЯНКО и партнеры», ул. Трифонова, 22 б, тел. 511-437, www.belyanko.ru

юридическая компания
БЕЛЯНКО
и партнеры

Магия притяжения

Директор «Магикада» Виктор Семисошенко признается, что юбилей фирмы стал для него сюрпризом: 25 лет ее деятельности пролетели стремительно. Теперь коллектив увлечен творческой подготовкой к празднику, а директор рассказывает о специфике работы своей успешной компании и вспоминает, как все начиналось.

Мы выяснили, что означает необычное название, интересно ли мужчине руководить бизнесом, связанным с нижним бельем, и как тренировки по тяжелой атлетике помогают в работе.

— **Виктор Николаевич, у вашей компании весьма загадочное название «Магикад». Что оно означает?**

— Нашу будущую фирму создавали молодые ученые. Я учился в ТУСУРе, был увлечен системами автоматизированного проектирования, защитил диссертацию. Потом мы с коллегами решили начать свое дело: разрабатывать систему для проектирования электронной вычислительной аппаратуры. Назвали компанию «Магикад» (от англ. яз. magic CAD), в переводе — «волшебная система автоматизированного проектирования», наладили контакты с заводами, в том числе зарубежными. Но потом в стране произошли известные события, заниматься научными разработками стало невозможно. И мы меняли направление нашего бизнеса, обратились к торговле вещами.

— **А в этом году уже юбилей?**

— Время действительно летит! Я не обращал внимания на даты и поразился, когда мне напомнили, что нашей фирме уже 25 лет! Трое сотрудников, которые почти все эти годы с нами работают, меня убедили, что надо отметить юбилей, загорелись этой идеей, зажгли коллектив, и вот теперь мы всей компанией предвкушаем праздник, готовимся к нему. На нашем сайте организовали голосование «Мисс Магикад», а сотрудники репетируют творческие номера для юбилейного вечера. Считаю, на работе должно быть интересно, это касается и неформальных встреч, тем более по поводу таких приятных и важных для коллектива событий. Праздничный концерт — тот самый случай, когда люди могут себя творчески проявить.

— **Как поддерживаете у сотрудников своей компании интерес к работе?**

— Уверен, ни руководителям бизнеса, ни сотрудникам нельзя замыкаться только на деятельности своей фирмы: надо постоянно узнавать новую информацию, общаться. Мы много внимания уделяем семинарам, мастер-классам. В коллективе нет случайных, равнодушных к своему делу людей, это связано и с внимательным подбором кадров, тем более что на любую вакансию нам приходит много резюме: у нашей компании отличная репутация. Сегодня не самое простое время, много говорят о кризисе, о других проблемах. Важно компенсировать негативные новости хорошими эмоциями от работы, общением внутри коллектива.

— **Что сегодня представляет собой сеть «Магикад», сколько у вас магазинов?**

— Восемнадцать. Три — в Красноярске, три — в Кемерове, двенадцать в Томске. Если говорить про итоги 2015 года, то, как один мой знакомый выражается, «состояние пациента соответствует перенесенной операции». Определенное падение, сопоставимое с общим падением рынка России, нас не останавливает: у нас много планов по дальнейшему развитию, поэтому мы свое 25-летие встречаем в бодром состоянии. Среди ближайших событий — открытие магазина бренда «Triumph» в ТЦ «Изумрудный город». Мы единственные в Томске, кто регулярно представляет белье этой европейской марки. Его создатели много внимания уделяют коррекции фигуры, комфорту, продумывают все мелочи.

— **Как складываются у «Магикада» отношения с покупателями?**

— Мы стремимся к индивидуальному подходу, нам важен портрет каждого клиента, обратная связь. Покупателя сложно обрести и легко потерять. У нас есть бонусы, накопительная система, но мы стремимся к более вдумчивой, адресной работе,

выясняем предпочтения, а не просто предлагаем скидки. Известный специалист-маркетолог Игорь Манн говорил, что руководитель любого ранга должен раз в месяц прийти в магазин, чтобы самому побыть в роли продавца, пообщаться с покупателями. Это очень верно: мы, и я в том числе, ко многому приходим, общаемся с нашими посетительницами. Поддерживаем с ними добрые отношения: организуем розыгрыши, презентации новых коллекций, небольшие фуршеты, обсуждения...

— **Как относитесь к интернет-торговле?**

— Когда появилась тенденция делать сайты для такого рода бизнеса, я сразу решил, что это не наш вариант. В интернет-магазинах не возникнет тех эмоций, которые появляются при покупках «живьем». В Томске уровень вовлеченности покупателей в процесс очень высок, люди более открыты, готовы идти на контакт, экспериментировать!

— **У вас необычное для мужчины направление бизнеса. Считаете ли вы себя экспертом в продукции, которую представляете?**

— Абсолютно нет, да я и не должен им быть. В нашем направлении бизнеса так сложилось: как правило, директор — мужчина, а главный эксперт, его «правая рука» — женщина. Для меня ею стала моя жена, но это совпадение, часто речь идет просто о коллеге. Убежден, что все нюансы, тонкости о белье может знать только женщина. А создать условия для процветания бизнеса — задача мужчины. Финансирование, переговоры с банками, решение некоторых острых вопросов с конкурентами — всем этим директор-мужчина и занимается.

— **Как вы познакомились со своей женой?**

— Она пришла к нам работать по совету подруги, рассказавшей, что здесь хороший директор и коллектив. Я был разведен, и так счастливо сложилось, что у нас возникла семья. У меня от первого брака сын и дочь, Коля и Оля, и во втором сын и дочь, Маша и Миша. Самый младший — Миша — в прошлом году пошел в первый класс.

— **Как проводите свободное от работы время?**

— Я серьезно занимаюсь тяжелой атлетикой. Сейчас собрался на Чемпионат мира в Японию. Речь, естественно, идет о ветеранском уровне (после 35 лет). Сначала я просто тренировался, а потом понял, что могу выступать на турнирах, конкурировать с соперниками. Стал ездить на чемпионаты России и в этом сезоне занял 2-е место, что дает мне право поехать на апрельский Чемпионат мира. Я не среди претендентов на призовые места, но меня привлекает сама возможность поехать в Японию, выступить на турнире. Тренируюсь три раза в неделю, кроме того, играю с друзьями в футбол. Спорт мне интересен и как болельщику, люблю смотреть снукер (сам когда-то играл в бильярд) и теннис.

— **Это для вас эмоциональная разрядка?**

— Считаю, для успешной работы, да и в целом для жизни обязательно нужно два компонента: духовный и физический. Иногда



устаешь, после тяжелого рабочего дня идти в зал не хочется... Потом берешь себя в руки и отправляешься на тренировку, тем более, мне надо дочке показывать пример, она спортсменка, занимается художественной гимнастикой. А выходишь из зала и понимаешь: отдохнул, забыл о проблемах, как же можно было не пойти?! Спорт позволяет даже не столько физическую форму поддерживать, сколько психологическую. Отвлёкся от работы, поменял круг общения — и оптимизма сразу прибавляется.

— **Что главное вы поняли за 25 лет руководства «Магикадом»?**

— Если ты хочешь чего-то добиться, надо собрать свою команду, найти людей, которые тебя поддержат. Тогда все получится. В одиночку — нет, а вместе можно горы свернуть!

www.magicad.ru

Официальный представитель фирменных магазинов в Томске *Milavitsa, Triumph, DIM, Palmetta*



Правила жизни

В этом году wellness-club «Солерно» исполняется 10 лет. Один из первых в городе фитнес-центров нового формата, «Солерно» был и остается любимым местом тех, для кого фитнес — неотъемлемая часть жизни. Во многом успех клуба это результат труда его основателя и первого директора Валерия Непомнящего.

Текст: Анна Жуковская. Фото: Виталина Баранова

О своих настоящих целях, достижениях и одном из важных дел своей жизни Валерий Непомнящий рассказал нашему журналу.

— Если вам интересно, как родилась идея фитнес-центра «Солерно», то сразу скажу: она была не моя, а моих компаньонов, Аркадия Луковенко и Олега Краюшкина. Я был просто строителем, созидателем, воплотившим эту идею. Мы специально нашли место в центре и построили здание под наш клуб, учли при этом и непростые технические условия — все проблемы такого рода решал я. Сейчас клубу 10 лет, и нам есть чем гордиться: все, что мы заложили в начале, мы приумножили и усовершенствовали. Я не чувствую себя таким собственником тут — это общее дело и общий успех.

О ЖИЗНИ И УСПЕХЕ

— Мой успех был заложен историей всей моей жизни. В детстве я мечтал стать летчиком, после 8-го класса подал заявление в летное училище, и мне пришел вызов оттуда. Но мама посоветовала закончить 10 классов, и я последовал ее совету. Ну, а потом жизнь сложилась иначе. Мечты мечтами — но мне все равно повезло: я всегда занимался тем делом, которое мне нравится. И что бы я ни делал, старался сделать только качественно и профессионально.

В 16 лет я поступил в Томское училище связи, а к его окончанию уже был женатым человеком с двумя детьми — так получилось, что у меня везде, во всех сферах, был ранний старт. Потом довелось служить в Германии началь-



ником связи в танковом полку, затем преподавал в Томском училище связи, 14 лет работал заместителем директора нашего известного магазина «1000 мелочей». На заслуженную пенсию вышел в 41 год и ... пошел учиться в ВШБ ТГУ, которую окончил в 45 лет. Новые знания и полученный опыт помогли мне добиться всего того, что у меня есть сейчас, а училище связи до сих пор считаю самой большой школой жизни.

Успех чреват тем, что люди, увы, начинают завидовать. Успешным быть сложно: довольно трудно мириться с завистью и негативом, это оказывается порой даже серьезным поводом для расстройства. К тому же я не считаю себя выдающейся личностью и вообще уверен: чтобы быть кем-то, нужно попасть в струю, каждую минуту к чему-то стремиться. Я не хотел стать успешным — получилось так, что всю жизнь просто делал свое дело и думал, что все так живут.

Когда преподавал в училище связи, родители курсантов были рады, если их сын учился у меня. Я всегда старался в своей преподавательской деятельности уделять внимание человеческому фактору, и это мой принцип по жизни — помнить, что все мы прежде всего люди. Среди моих выпускников — около 500 офицеров, и не без гордости хочу сказать: мне есть что вспомнить, подразделения моего класса отличались от всех осознанным и нестандартным подходом. Есть воинская дисциплина, но работать с личным составом без нарушения дисциплины невозможно — все же люди. Поэтому приходилось много думать. Всегда считал, если мой подчиненный чего-то не делает — моя недоработка, и этому принципу я остаюсь верен по жизни. То же самое я говорю сейчас своей дочери, которая после меня стала директором «Солерно».

Уверен, что профессионализм — это умение брать на себя ответственность, принимать решение и четко понимать, к чему ведут твои действия. Я всегда умел принимать решения быстро и добивался того, чего хотел.

Для меня бизнес — это не просто зарабатывание денег, а возможность донести что-то до каждого человека, быть полезным обществу, открывать новое для себя самого и совершенствоваться. В некотором смысле, бизнесмен как художник, поэтому он склонен испытывать неудовлетворе-



Я веду и пропагандирую **АКТИВНЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**, что подтверждает моя профессиональная и образовательная **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**.

ние от проделанной работы. Это нормально. Просто важно помнить, что в жизни ты в любом случае что-то не успеешь, и нужно жить так и делать то, что хочешь — и будь что будет!

Если у тебя спортивный клуб, ты должен выглядеть хорошо, так же, как имея салон красоты, ты должен выглядеть красиво. Я веду и пропагандирую активный образ жизни, что подтверждает моя профессиональная и образовательная деятельность. Три раза в неделю занимаюсь спортом в «Солерно», три раза в неделю хожу на лыжах. Уже в зрелом возрасте научился дайвингу, стал парапланеристом — в прошлом году летал на параплане в Лагерном саду, на Калтае, в Лоскутово. Еще я играю в теннис и освоил горные лыжи. Это вообще смешная история! В беседе как-то меня спрашивают: вы столько всего умеете — поди и на горных лыжах катаешься? Я ляпнул: катаюсь, хотя прежде ни разу на них не стоял. А мне и говорят — а давайте завтра махнем кататься? Ну я и махнул, и в моей жизни появилось новое увлечение. Меня редко в жизни что-то останавливает.

На самом деле я художник — даже в детстве я думал, что смогу стать художником. Правда, в художественную школу не



смог попасть — в Северске, откуда я родом, ее не было тогда, а к частному преподавателю я постеснялся пойти. Сейчас появилось много свободного времени, и я делаю себе мастерскую. До сих пор стараюсь чем-то заниматься: даже стал председателем ТСЖ дома, в котором живу. А еще у меня дома есть хорошая библиотека — началось это с тех «голодных» советских лет, когда было удачей купить хорошую книгу. Интерес к книгам у меня есть и сейчас — я с удовольствием читаю и покупаю новые книги.

Одно из главных достижений в жизни — это моя семья. У меня жена, трое детей и семеро внуков. Скоро, наверное, уже правнуки появятся. В воспитании мальчишек в нашей семье я старался придерживаться принципа трех слов: сначала у них появляется слово «хочу», потом «могу» и потом «надо». Это делает из них настоящих мужчин.

«СОЛЕРНО» — это не просто клуб, а такое **ДУШЕВНОЕ** место, в котором есть своя **ТЕПЛАЯ КОМПАНИЯ.**

О «СОЛЕРНО»

Сегодня wellness-club «Солерно» — это уникальный комплекс: 800 кв. м, на которых разместились тренажерный зал, 3 зала групповых занятий, бассейн, фитобар, финская и инфракрасная сауны. Это самые популярные и новейшие направления фитнеса: силовые тренировки, йога, детский фитнес, аквааэробика, кардио-направления, массаж и гидромассаж, сауна — мы не забыли ни об одной составляющей отдыха. Безупречный сервис, комфорт, уютная обстановка — это было заложено в самой идее существования клуба с самого первого дня, когда фитнес в России только набирал обороты, а мы, в свою очередь, стали первооткрывателями в Томске. Мы вложили в «Солерно» сердце, душу, и считаю, поэтому добились успеха.

У нас в клубе существует своя особая система работы, когда человек не просто покупает абонемент. Мы работаем с каждым клиентом, обязательно проводим вводный инструктаж, стараемся найти подход к каждому, предложить ему то, что не могут предложить другие. Для нас учитывать интересы посетителей — это больше, чем просто следовать принципу «Клиент всегда прав». Мы стремимся совершенствовать клиента не только физически, но и духовно, считаем, что преподавание фитнеса — это чистая психология. В принципе, конечно, вся жизнь — это

психология. Ты работаешь с людьми — и это нужно понимать и помнить.

«Солерно» — это не просто клуб, а такое душевное место, в котором есть своя теплая компания. Мы постоянно проводим самые разные мероприятия: коллективные выезды на лыжах, поездки в Шерегеш, фестивали, участие в городских спортивных мероприятиях. У нас — не просто центр, у нас — сообщество единомышленников.

Тренер — это не просто спортсмен, это преподаватель, руководитель, задача которого — установить контроль с каждым человеком в зале. Технология преподавания фитнеса



люди, которые здесь **занимаются**, — это люди **ОСОЗНАННЫЕ**, продвинутые, они выбирают не просто спорт, а целую **ФИЛОСОФИЮ**, определенный образ жизни.

особенная: тренер должен быть психологом и руководителем, уметь общаться с людьми, правильно доносить до людей задачи. Постоянное самосовершенствование, изучение темы изнутри — это цель занятий фитнесом. Чтобы «Солерно» был таким, какой он есть, мы работаем не только с нашими клиентами, но и с персоналом, проводим «круглые столы». В коллективе тоже должен быть особый хороший климат — и мы его поддерживаем.

Люди, которые здесь занимаются, — это люди осознанные, продвинутые, они выбирают не просто спорт, а целую философию, определенный образ жизни. Человек по натуре своей ленивый, а любой спорт — это труд. Даже если ты дома делаешь с утра простую зарядку, ты чувствуешь прилив сил. Занимаясь спортом, ты однозначно лучше себя чувствуешь, ты просто начинаешь себя ощущать иначе! Чтобы добиваться чего-то в жизни — неважно, чего именно — нужно быть здоровым человеком, и чтобы быть счастливым — тоже нужно быть здоровым человеком. По сути, здоровье и фитнес — это то, во что нужно инвестировать. Поэтому, например, на Западе у людей появляется особое ощущение и принятие философии фитнеса. У нас его пока еще нет, но я уверен, оно к нам придет: мы стоим на пороге перемен — по крайней мере, у меня такое чувство.

Фитнес — это не просто занятия спортом в тренажерном зале, на свежем воздухе или просто здоровое питание. Это — образ жизни. Я смотрю в будущее с позитивом — и вижу перспективы. Считаю, что нужно работать с душой, поэтому ни за что не скажу людям, например, что надо худеть — я твердо уверен, что надо жить и постоянно стараться чувствовать больше позитива. Давайте просто каждый день становиться лучше.

Wellness club «Солерно»,
пер. 1905 г., 8/1,
тел.: 51-70-01, www.solerno.ru



Уметь мечтать

В жизни томички Екатерины Владимировой все произошло в лучших традициях романтических кинофильмов: в 19 лет она взяла билет на самолет и практически без денег в кармане приземлилась в московском аэропорту...

Текст: Анна Жуковская. Фото: Даниил Мокрушин

А в этом году осенью в прокат выходит ромком «Держи удар, детка!» с ее участием сразу в двух главных ролях. И свое третье в жизни большое интервью она согласилась дать нашему журналу.

— *Екатерина, выдержать удар достойно, пройти испытание Москвой и выйти в победители наверняка удается немногим. Раскрой нам тайну: как ты прошла этот непростой путь?*

— Обманывать не буду: я с детства мечтала играть в кино. Впрочем, с театром и со сценой, так или иначе, я тоже была связана с детства: посещала театральные кружки, музыкальную и художественную школы. Поступила в ТГАСУ, там же играла в местном СТЭМе (студенческом театре эстрадных миниатюр). А в 19 лет, как говорится, «психанула», решила всему миру доказать, что я что-то могу. Взяла билет на самолет до Москвы и, уже подлетая к аэропорту, подумала: а что я делаю-то? Вышла из самолета, в кармане — 5 тысяч рублей. Ну, раз прилетела — надо что-то делать. Положила тысячу рублей на телефон и начала всем звонить в Томск, узнавать, у кого в Москве есть знакомые, которые пустят переночевать. Добрые люди нашлись. Я устроилась работать секретарем, потом риелтором. А затем попала в телепроект «Академия реалити» секретарем-помощником руководителя, моим начальником был Леша Гаврилов (Гоша из сериала «Универ» — прим. автора). В этом реалити-шоу бизнес-проектов я проработала год и после появления стабильного заработка, наконец, смогла снять комнату. Работа помогла мне найти много новых знакомых. Конечно, были моменты, когда я думала: а может, бросить все и вернуться в Томск, вдруг не получится ничего? Даже съездила в Томск. Причина тому, правда, была интересная: планировала разбираться с врачом, который делал мне

операцию на позвоночнике еще в 17 лет и оставил там иглу. История была громкая, но я поняла, что добиться не удастся ничего, и закрыла для себя этот вопрос.

— *И тебя не захлестнула волна ностальгии и любви к родному городу? Неужели вообще не скучала?*

— Скучать — нет! (Смеется.) Я очень люблю Томск, это моя родина, меня с ним многое связывает. Но проезжая по его улицам в выходные вечером и ночью, я просто с ума схожу от того, что они пусты: мне совершенно не подходит ритм жизни маленького города. Мне нравится сумасшедшая Москва. В столице у меня наладилась личная жизнь, и я поняла, что это мой город, сейчас моя жизнь здесь. Постепенно перевезла в Москву маму, сестру с племянником. Конечно, я понимаю, что решиться на такой переезд сейчас, как тогда в 19 лет, когда у меня еще и голова-то не работала, я бы уже не смогла. Но очень рада, что все так сложилось.

— *Как же ты «докатилась до жизни такой», как пришла к актерской деятельности?*

— В Москве я поняла, что нужно продолжать учиться, поступила на юридический факультет уже здесь, а полтора года назад — еще и в Московскую школу нового кино: отучилась там почти год и ушла. Мне совершенно не понравилась там система обучения: особенно если учитывать, что оно платное. Не понимаю, как педагог может уехать на полгода без предупреждения и оставить на замену своего же ученика. Решила, что нужно снимать свой шоурил — так у актеров называется портфолио. Обычно это такой ролик, в котором актер в формате интервью рассказывает о себе на камеру: где учился, чем занимался и так далее. Я решила снимать настоящий трейлер под названием «Катюша».



— Про него еще писали в СМИ: якобы ты снялась в кино.

— Точно! Это, кстати, была такая задумка: сделать «замануху», что, мол, смотрите во всех кинотеатрах, скоро выйдет фильм. И она сработала. Мы снимали небольшую комедию про бокс, и это мне далось очень тяжело: во время съемок я упала с боксерской груши, повредила позвоночник, а он у меня и без того проблемный. Я с детства танцевала, занималась спортом, поэтому он и так вынес немало. После съемок я отправилась в Израиль на лечение, меня ждала операция. А оттуда начала рассылать всем друзьям и знакомым трейлер, в надежде на то, что кто-то за меня возьмется или просто порекомендует школу. И моя подружка Катя Лопес показала видео Араику Оганесяну, режиссеру картины «Держи удар, детка!», он спросил, кто я, и заявил, что именно я ему нужна.

— Трейлер сработал?

— Да! Я вернулась в Москву и начала обучаться актерскому мастерству под руководством коучей Александра Носика и Юлии Яблонской, а также с американским педагогом Lola Cohen, которая преподает по методу Ли Страсберга. Несмотря на все запреты врачей, продолжала заниматься боксом, так как мне предстояло сыграть в картине близняшек — Таньку-боксершу и Свету-журналистку. Я наплевала на все запреты, решила, пусть со мной будет что угодно, но я должна сняться. И вот чудо — я не знаю, как это происходит, но мечты сбываются. Поэтому я считаю, что человек должен уметь мечтать и как-то идти к своим мечтам. Знаете, говорят: не можешь идти — лежи по направлению к своей цели. В общем, у меня получилось!

— Расскажи о внутренней кухне съемочного процесса?

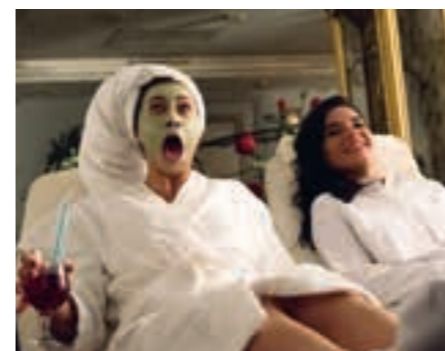
— Это был ужас, если честно! (Смеется.) Я же без профильного образования, у меня нет актерского опыта, и перед первой сменой я дома ревела ужасно — поняла, что боюсь не справиться, а меня успокаивали и утешали. На съемках сразу попала на серьезное испытание: записывали пробежку главной героини. Всю смену я бегала туда и обратно с горки: чуть не попала в фокус — сцену снимают заново. А как было тяжело снимать сцены с боксом — я боксировала весь день. Это не сравнить, например, с тренировкой, когда ты занимаешься



час: это с 10 утра до 20 вечера, когда в конце просто падаешь на колени в слезах. А каскадерши мне попались настоящие боксерши, у которых порой ненароком постановочные удары получались настоящими. В некоторых сценах меня на самом деле били. (Смеется.)

— Ты играла двух совершенно разных героинь.

— У меня было порой по 8-10 перегримов за смену для перехода из одного образа в другой. Плюс репетиции дома: я разговаривала то как Танька, то как Света, что со стороны выглядело как безумие, как раздвоение личности. У меня было огромное количество текста и вдобавок — невероятно много «зажимов», из-за которых я не могла сделать сцены с первого раза. Огромное спасибо съемочной группе, которая со мной работала, режиссеру. Сыграть двух персонажей, когда ты не умешь ничего — это очень тяжело. Это был для меня настоящий ад, но и самая лучшая актерская школа.



— Расскажи о работе с актерским составом, ведь в фильме задействованы довольно известные актеры. Легко ли было найти с ними общий язык?

— На самом деле, вся актерская команда — очень простые и замечательные люди! В фильме играют Костя Крюков, Виталий Гогунский, Витя Хориняк, Анна Цуканова, Настя Самбурская, с которой мы вообще очень сдружились. А отдельное спасибо Михаилу Пореченкову — мне он помог больше всего. Он рассказал мне три главных правила: нужно всегда переводить дыхание перед сценой, обязательно делать паузы между словами и после каждой сцены уметь расслабляться. Я только сейчас осознала, что это означает. Когда ты играешь, нужно полностью отдавать себя своей роли, полностью погружаться в образ, поэтому встречи с друзьями и тусовки очень отвлекают, но я не понимала этого. После смены могла куда-то пойти или в выходные куда-то отправлялась отдыхать, вместо того чтобы закрыться дома с книгой, побыть одной. Но нужно уметь расслабляться и готовиться к сцене, ведь погрузиться в образы боксерши или гламурной девушки, когда ты в жизни совершенно другой, сложно без подготовки.

— И какая же ты в жизни?

— Я нечто среднее между Таней и Светой. Но вообще — совершенно обычная девушка. Я занималась боксом, люблю спорт и точно не пафосная и не гламурная.

— Если не секрет — как складывается твоя личная жизнь? Понимает ли твой молодой человек твою профессию? Не возникают ли из-за нее проблемы?

— Абсолютно никаких! Он относится с пониманием к моей работе, хотя во время съемок был период, когда мы месяц почти не встречались: я уходила в 5 утра, а возвращалась за полночь.

— Наверное, сейчас у тебя много планов? С кем-то из режиссеров ты особенно хотела бы поработать?

— Планов у меня действительно много, но я пока их оставляю при себе. После съемок долго приходила в форму, отсыпалась, после сцен с боксом у меня неделю болело тело: я, кстати, перестала им заниматься. Бокс придает девушке мужские черты характера, а это совершенно недопустимо. Главный мой план — пойти учиться. Вероятнее всего, пойду на курсы к режиссеру и педагогу Герману Сидякову — это идеальный вариант.

— А сейчас у тебя есть какая-то работа, помимо кино?

— Да, разумеется. Еще год назад мы с подругой придумали бренд спортивной одежды lucky89 — в фильме, кстати, вся спортивная одежда у актеров от нашего бренда. Мы шьем одежду для йоги (кстати, мы единственные в России выпускаем специальные леггинсы с закрытой пяткой), бокса, фитнеса и обычные футболки и свитшоты. Это наш стартап. Переехали на дизайн-завод на Флаконе, там отличное проходное место. В планах сделать такой хороший отечественный Nike.

— Как ты проводишь свободное время?

— Люблю готовить, раньше я училась ресторанным бизнесу. Когда было времени много, делала пасты с трюфелями, тунца, невероятные салаты, бургундских улиток. В свободное время я читаю и занимаюсь спортом: хожу в фитнес-зал, люблю прыгать с парашютом, дайвингом занимаюсь — у меня уже было 60 погружений, плавала с акулами. Когда восстанавливаю позвоночник, освою серфинг. Очень люблю путешествовать — обожаю Европу в теплое время года, Мексику.

— Как быть уверенным в том, что все цели будут достигнуты, как достичь успеха?

— Если цель есть — ее надо добиваться. Других советов и быть не может. ♡

Нужно уметь расслабляться и готовиться к сцене, ведь погрузиться в образы боксерши, когда ты в жизни совершенно другой, сложно без подготовки.

Нескучные роли

Она не раз говорила, что верит в судьбу, и судьба была к ней благосклонна, даря интересные сюжеты на сцене и в жизни. О новых спектаклях, свободных отношениях с модой и многогранности роли «жены маэстро» Сати Спивакова – в интервью «Дорогому удовольствию».

Текст: Лейсан Камилева

Она красива, талантлива, интеллектуальна. Достаточно лишь взглянуть на нее в программе «Нескучная классика» или в постановке Романа Виктюка «Нежность», где перед зрителями с неожиданной силой раскрывается драматичный женский образ. Выпускница ГИТИСа, она сразу заявила о себе главной ролью в фильме «Ануш», а судьбоносная встреча с талантливым музыкантом и дирижером Владимиром Спиваковым дала возможность раскрыть себя в другой, самой женской в мире роли. Сегодня у Сати Спиваковой — проекты на телевидении и театральная сцена, взрослые дочери и жизнь, полная музыки и любви.

— Каково это — быть женой маэстро — вас, вероятно, спрашивали много раз. Если говорить о роли спутницы жизни великого человека, то чего в ней больше: роли музы, соратницы или хранительницы семейного очага?

— Да, пожалуй, это один из самых часто задаваемых мне вопросов! Скажу так, жена Спивакова — это многогранная роль, в ней важно все, но главное — не мешать выдающе-

муся музыканту творить (пусть даже эти слова немного пафосно прозвучат).

— Вы реализованы как жена и мама, у вас прекрасная карьера на телевидении. А не так давно вы вернулись в кино и театр. Вы сознательно шли к этому, ждали подходящего момента (вырастут дети, появится больше свободного времени и т.д) или появились предложения, от которых вы не смогли отказаться?

— Я верю в судьбу, верю в то, что все предопределено. Главное — не упустить свой шанс. Это по сути всё равно, что не успеть сесть в свой поезд, задумавшись или испугавшись чего-то, остаться на перроне...

Наверное, 30 лет назад я была морально не готова продолжать заниматься профессией — семья тогда стала главным приоритетом, не было веры в себя, необходимого куража. Это все — про мои сегодняшние театральные проекты. Кино пока в мою жизнь не вернулось, но как знать, может, и ему настанет свой час?

— В марте запланирована премьера спектакля «Машина Мюллер» Кирилла Серебряникова, где вы играете одну из главных ролей. В ней обозначена музы-



ФОТО: ВЛАД ПОКТЕВ (© ООО «РИЗЕР ИННОВАЦИИ» ДЛЯ БРЕНДА IMEDEV)

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

кальная составляющая. Музыка стала одним из действующих лиц и в постановке «Нежность» Романа Виктюка, с которой вы вышли на сцену в декабре 2014 года. Это случайное совпадение или музыка так или иначе сопровождает вас везде?

— В спектакле «Машина Мюллер» в постановке Кирилла Серебренникова три актера: Константин Богомолов, Александр Горчилин и ваша покорная слуга. А также группа молодых танцоров, у которых пластическая составляющая. Ещё в нём участвует молодой контр-тенор. Но музыке там отведена та же роль, что и во всех постановках Кирилла.

В «Нежности» Романа Виктюка на сцене только я и музыка в исполнении Басинии Шульман, то есть, это абсолютно музыкальное действие. Совпадений тут нет. Вообще мне кажется, что музыка сопровождает жизнь любого здравомыслящего человека, у которого присутствуют живые эмоции, будь то классическая, джазовая или поп-музыка.

Мои дочери **ЛЮБЯТ** потрясти мои шкафы, чему я очень рада. Они говорят, что моя **ГАРДЕРОБНАЯ** — самый **ЛУЧШИЙ** мультибрендовый магазин, к тому же, абсолютно бесплатный!

— *Есть ли роль или какой-то образ, которые вы мечтаете сыграть?*

— Наверное, есть и не одна, поэтому не стану озвучивать. Но, пожалуй, больше, чем о роли я мечтаю о работе с конкретными людьми, режиссёрами и артистами.

— *В одном из интервью вы упомянули о «требованиях» к женскому внешнему виду, обязательных с точки зрения вашего мужа. Среди них — идеальные волосы, ногти, белье и чулки. Добавили бы вы к ним еще что-то сейчас?*

— Добавлю идеальную кожу! Уход за кожей — это необходимая ежедневная рутина. С годами неизбежная, если хотите хорошо выглядеть. Очень важен в этой связи уход изнутри. Как раз для этого созданы «таблетки красоты» IMEDEEN, в которые я свято верю. Сегодня на рынке очень много биологических добавок для кожи. Каждая женщина имеет возможность подобрать себе то, что ей подходит. Но я свой выбор сделала давно, еще 20 лет назад.

— *Есть ли у вас какие-то быти-правила, которые для вас непреложны?*

— Не ложиться спать, пока тщательно не снята с лица вся косметика, стараться правильно питаться, не перегружать лицо декоративной косметикой — с годами это при-

дает лицу возраст... Ну и снова то, о чем я уже говорила: волосы и ногти должны быть всегда в идеальном состоянии.

— *А слабости? Есть ли у вас они, и что может позволить себе женщина, которая при этом сохраняет такую великолепную форму?*

— Моя главная слабость — лень, особенно когда речь заходит о спортзале. Ещё слабость — горький шоколад и бокал хорошего шампанского. А недавно я была с подругой в кино и смолотила целый пакет попкорна. Ужасно себя ругала потом, но в момент поглощения этой «слабости» эндорфинов в моем организме, думаю, было немало!

— *Какие у вас отношения с модой? Вы строги в отношении брендов? Есть ли то, что вы не наденете никогда?*

— С модой у меня отношения свободные и дружественные. К счастью, я никогда не была жертвой моды, помня фразу Габриэль Шанель: «Мода уходит, стиль остается». Никогда не надену того, что мне не идет — например, желтый и оранжевый цвета, которые меня «убивают».

— *Правда ли то, что ваши дочери периодически заглядывают в ваш гардероб? Ваши вкусы в одежде схожи?*

— О, да! Они любят потрясти мои шкафы, чему я очень рада. Дочки говорят, что моя гардеробная — самый лучший мультибрендовый магазин, к тому же, абсолютно бесплатный!

— *Для поклонников ваш муж — истинный интеллигент от музыки, в связи с этим особенно интересно выглядит давняя история с дракой в Париже, в которой Владимир Спиваков, как утверждают, принял активное участие?*

— Про драку в Париже не писал только ленивый! Спиваков — интеллигент от музыки, но также обладатель юношеского разряда по боксу. К счастью, в нем все это уживается очень гармонично.

— *Несколько месяцев назад ваша дочь Екатерина вышла замуж. Как складываются отношения двух семей? Как часто вам удаётся проводить время всем вместе, ведь они живут за границей? Вообще семейные традиции — это про вашу семью?*

— Отношения с семьей зятя у нас потрясающие! Единственная грустная нота в них — это расстояния: молодые супруги живут в Нью-Йорке, и видется часто пока не удастся. Все мы очень скучаем друг по другу!

— *Какой вы видите себе через 20 лет?*

— Я близорукая, люблю жить короткими перебежками и не люблю загадывать так далеко. Давайте встретимся через 20 лет и обсудим! ♡

LOOK & Style*

БЛИЖЕ К ПРИРОДЕ

Цветущий сад, несущий умиротворение и вместе с тем пробуждающий истинные чувства и желания, стал ключевой идеей новой весенне-летней коллекции Laurèl. Цветочные узоры, этнические принты и яркая цветовая палитра дополнены ретро-тенденциями, которые эффектно подчеркивают характерные особенности повседневного стиля с его простым кроем и четкими линиями. www.laurel.de



* «ОБРАЗ И СТИЛЬ»

Ремень Daniel Hechter

Джемпер J Brand

Очки RAY-BAN

Кеды Guardiani Sport

Сумка Filson, 10 300 руб.

Куртка Joop!

Джемпер Strellson

Шарф Missoni, 72 000 руб.

Рюкзак Longchamp

Часы Longines

Кроссовки Premiata

Emilio Sceriffo

ПОЛЕГЧЕ!
Мода — занятие несерьезное. Радует ее, сочетая между собой комфортные и стильные вещи — создаем крутые образы для героя мечты.

Bally

VALENTI

masimar[®]
SPORTSWEAR

maraton[®]
sportswear

BOREN[®]

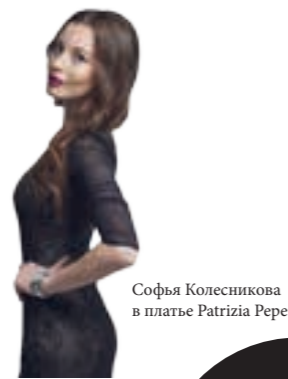
PREMIER V

МУЖСКАЯ ОДЕЖДА

«PREMIER V», ул. 79 Гв. Дивизии, 24

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

Fashion-Forum



Софья Колесникова
в платье Patrizia Pepe

Ура, март! Красиво перезимовав, встречаем весну и ждем от нее только романтики, перемен к лучшему и положительных эмоций. Чем порадует нас новый сезон? Ключевые тренды и модный обзор для любимых клиентов!



Куртка Stefano Ricci, цена по запросу.
Шикарная утепленная шелковая куртка-бомбер с кожаными рукавами. Воротник, манжеты и подклад выполнены из кашемира высокого класса. Ключевая вещь весеннего гардероба.



Джинсы Stefano Ricci, цена по запросу.
Джинсы с красивой контрастной прострочкой и с фирменным логотипом в виде легендарной головы орла на красной вставке из кожи крокодила. Классическая модель для деловых будней.



Портмоне Stefano Ricci, цена по запросу.
Это элегантное портмоне на замке, позволяющее удобно разместить все пластиковые карты, будет отличным подарком для самых близких и любимых.



Ремень Stefano Ricci, цена по запросу.
Черный замшевый ремень — незаменимая вещь для тех, кто предпочитает замшевые лоуферы.



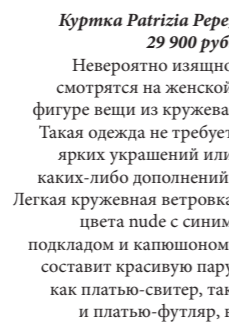
Сникерсы Stefano Ricci, цена по запросу. Кожаные сникерсы с замшевыми вставками — модная и элегантная обувь для шикарных выходных.



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



Блуза Pinko, 17 900 руб.
Кружево макраме синего цвета, изящная баска, выгодно подчеркивающая вашу талию. Носить такой топ с короткими шортами — на побережье, с юбкой-карандаш — в офисе.



Куртка Patrizia Pepe, 29 900 руб.

Невероятно изящно смотрятся на женской фигуре вещи из кружева. Такая одежда не требует ярких украшений или каких-либо дополнений. Легкая кружевная ветровка цвета nude с синим подкладом и капюшоном, составит красивую пару как платью-свитер, так и платью-футляр, в зависимости от того, какую модель обуви вы подберете.



Пальто Patrizia Pepe, 17 900 руб.
Кожаное платье-футляр красиво подчеркивает фигуру, а цвет горчица — тренд сезона. С чем сочетать? Синее пальто, коричневая куртка, красный тренчкот, коричневые ботильоны, леопардовые подочки, терракотовые сапоги, темно-зеленая или оранжевая сумка — вот совсем не полный список.



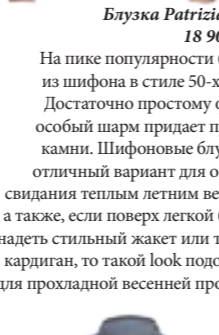
Платье Pinko, 23 500 руб.
Романтичное короткое платье нежно-розового цвета. Игра геометрической вышивки, кружева, пуговиц и рюш придает модели призыв винтажности на стыке стилей кантри и фолк. Идеальная вещь для летних вечеров, которую прекрасно дополняют трендовые экстравагантные аксессуары.



Талантливая художница Юлия Рыжова для «Forum multibrand store»
@ryzhovayulia



Куртка Patrizia Pepe, 56 900 руб.
Куртка из нежной кожи бежевого цвета с бахромой, придающей каждому движению драматизм, не нуждается в дополнительном декоре — ее послание и так ясно: оно о свободе и любви к жизни.



Блуза Patrizia Pepe, 18 900 руб.

На пике популярности блузки из шифона в стиле 50-х годов. Достаточно простому фасону особый шарм придает принт и камни. Шифоновые блузки — отличный вариант для офиса и свидания теплым летним вечером, а также, если поверх легкой блузки надеть стильный жакет или теплый кардиган, то такой look подойдет и для прохладной весенней прогулки.



Пальто Pinko, 30 900 руб.

Легкое летнее пальто из твида с кожаными вставками. В отличие от жакета летнее пальто длиннее и более свободно, что делает его прекрасным «спутником» не только делового костюма, но и коктейльного или вечернего платья.



Платье Pinko, 24 500 руб.
Сдержанное и женственное платье с коротким рукавом из крепса соблазнительно подчеркивает силуэт, а милый принт «бантики» дарит ему характерность и ироничность. С босоножками на высоком каблуке и стильной кожаной жилеткой — на вечеринку, с балетками и джинсовой курткой — на прогулку.



Юбка Pinko, 19 900 руб.
Цветочный принт жаккарда с люреком в духе ретро придает этой юбке-баллон романтичное настроение. Носить с джинсовой рубашкой и модными сникерсами.



Несмотря на кажущуюся простоту и незамысловатость, составить по-настоящему интересный и модный look в одной цветовой гамме порой очень сложно. Но впечатляющий эффект от грамотно подобранных оттенков и фактур того стоит. Вот несколько однотонных аутфитов, которые будут в тренде этой весной и летом.

На прогулку 🌞👗👠



Куртка Pinko, 38 700 руб., блуза Pinko, 18 500 руб., брюки Patrizia Pepe, 11 900 руб., бюстгалтер Moschino, 6 600 руб., трусы Moschino, 3 600 руб., обувь Sergio Rossi, 30 900 руб., браслет Etro

В театр 🎭👗👠



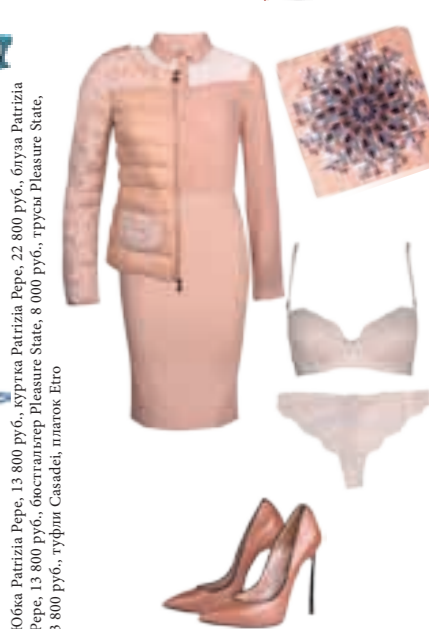
Юбка Pinko, 14 500 руб., блуза Pinko, 16 700 руб., пиджак Pinko, 24 500 руб., бюстгалтер Moschino, 6 600 руб., трусы Moschino, 3 150 руб., туфли Sergio Rossi, платок Etro

В кино 🎬👗👠



Куртка Pinko, 51 500 руб., кофта Valentino, 20 000 руб., пиджак Pinko, 12 500 руб., туфли Casadei, 35 900 руб., очки Ray Ban, купальник Patrizia Pepe

На свидание 🍷💕👗👠



Юбка Patrizia Pepe, 13 800 руб., куртка Patrizia Pepe, 22 800 руб., блуза Patrizia Pepe, 13 800 руб., бюстгалтер Pleasure State, 8 000 руб., трусы Pleasure State, 3 800 руб., туфли Casadei, платок Etro



ЕКАТЕРИНА БЫСТРИЦКАЯ:
Бежевый тренч — это, пожалуй, одна из немногих вещей, которая есть в гардеробе абсолютно каждой селебрити! Ведь это must-have, вот уже целое столетие являющийся символом элегантности и хорошего вкуса. Идете на светскую вечеринку? Проводите уикэнд на свежем воздухе? В любом случае, накинуть тренч всегда будет кстати. Легкий, комфортный и очевидно стильный — классический бежевый тренч отчаянно необходим в любом гардеробе, как женском, так и мужском.



Тренч Patrizia Pepe, 41 900 руб.



Тренч Patrizia Pepe, 27 900 руб.



Пончо Patrizia Pepe, 30 800 руб.



Натали Портман, Миранда Керр, Эмма Уотсон



Платье Pinko, 31 500 руб.
Этнические мотивы находят воплощение в этом платье с яркой индивидуальностью. Изысканную и вместе с тем непринужденную модель сочетать с яркой косухой и обувью на высоком каблуке или джинсовой курткой и сандалиями.



Купальник Lora Grig, 4 700 руб.
Модный блестящий купальник, напоминающий фольгу от шоколадки, для шикарных красоток с идеальной фигурой.

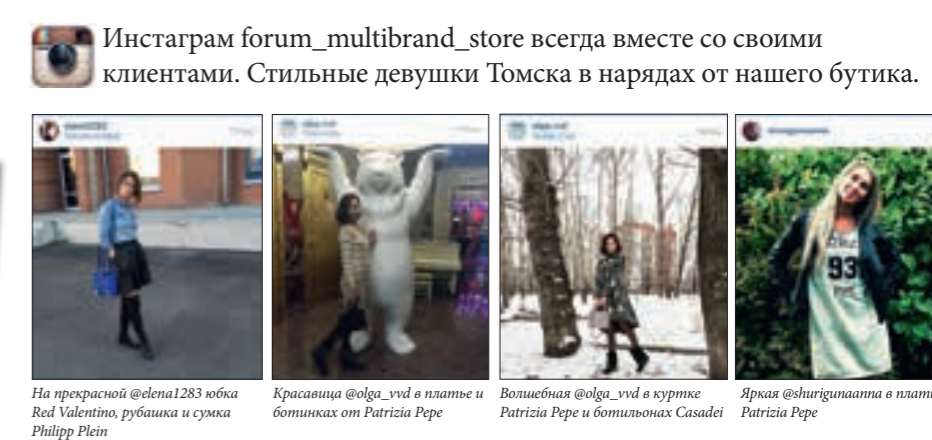


Шоу-рум Brunello Cucinelli, Милан

Шоу-рум Zilli, Париж

Шоу-рум Etro, Милан

Шоу-рум Brunello Cucinelli, Милан



На прекрасной @elena1283 юбка Red Valentino, рубашка и сумка Philipp Plein

Красавица @olga_vvd в платье и ботинках от Patrizia Pepe

Волшебная @olga_vvd в куртке Patrizia Pepe и ботильонах Casadei

Яркая @shurigunaaama в платье Patrizia Pepe

Как известно, современная мода не диктует, а дает шанс выразить себя. Для романтиков этой весной «приготовлено» кружево, для смелых – асимметрия, для страстных – экспрессивные цветочные принты... Найдите свой тренд среди главных тенденций сезона.

НЕЖНОСТЬ И ЭКСПРЕССИЯ



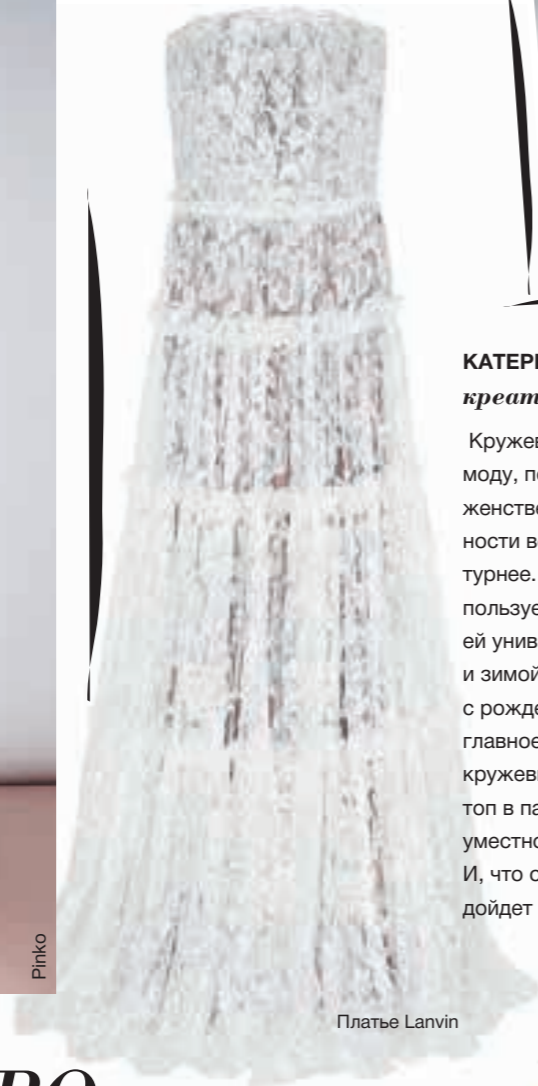
Alberta Ferretti



Emanuel Ungaro



Pinko



Платье Lanvin



КАТЕРИНА НЕГРА,
креативный директор Pinko:

Кружево снова и снова возвращается в моду, потому что кружево — это очень женственно. Оно добавляет оригинальности вещам, делает их интереснее и фактурнее. Кроме того, именно белое кружево пользуется популярностью благодаря своей универсальности. Оно уместно и летом, и зимой, когда начинает ассоциироваться с рождественскими праздниками. Вообще, главное в этом деле — «правильно» носить кружевные вещи. Допустим, кружевной топ в паре с джинсами-бойфрендами будет уместно надеть и на работу, и на коктейль. И, что особенно хорошо, такой стиль подойдет любой — и девушке, и женщине.



Босоножки
Gianvito Rossi

КРУЖЕВО

Дизайнеры предлагают сыграть в пастораль. Нельзя упустить момент – романтика и женственность не каждый сезон в моде! Надев, пусть даже мысленно, цветочный венок, немедленно отправляемся за кружевным белоснежным платьем.



Сумка Fendi

Туфли Christian Louboutin

ФУКСИЯ

Сочный оттенок завораживает, как экзотический цветок. Аксессуары цвета фуксии способны наполнить взрывной энергией даже повседневный образ в самых спокойных тонах. А на коктейль отдайте предпочтение яркому платью простого кроя.



Christopher Kane



Bottega Veneta



Gucci



Giambattista Valli



Hugo Boss



Ermanno Scervino



Жилет Stella McCartney

Жилет Marni

ЖИЛЕТЫ

Удлиненный жилет – отличная альтернатива строгому жакету или легкому летнему пальто. Он одинаково элегантен и со слипонами на толстой подошве, и с высоким каблуком. Фасон брюк или юбки в пару к нему – тоже на ваш выбор, и только обнаженные руки – неперемное условие.



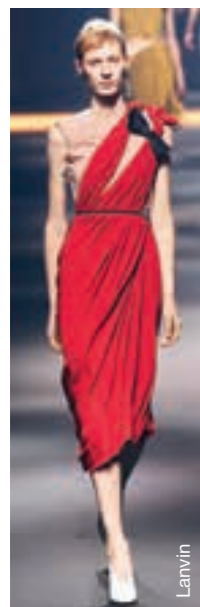
Юбка Laurèl

Серьги Gas Bijoux



ЦЫГАНЕ

Замысловатые роскошные принты, цветочные орнаменты, вышивка золотыми нитями – дизайнеры будто бы придумали костюмы для пушкинских «Цыган». Идеальный вариант для долгих приморских вечеров и по-настоящему страстных свиданий.



Lanvin



Anthony Vaccarello



Рубашка Emilio Pucci



Платье Elisabetta Franchi



Louis Vuitton



Thierry Mugler

АСИММЕТРИЯ

Легкая неправильность всегда добавляет очарования. Стихотворению, музыке и, конечно, одежде. В этом сезоне дизайнеры не ограничились платьями с одним открытым плечом. Асимметричные детали и даже подолы наполнили весенние коллекции идеей бунтарства и свободы.



АНДРЕАС АНГЕРЕР, ведущий дизайнер марки LAURÈL:

Этой весной в коллекциях и на подиумах немало вещей в цыганской стилистике. Этот тренд вполне отвечает мечтам человека, живущего сегодня в довольно непростом мире. Мечтам о бесшабашном цыганском веселье и внутренней свободе от условностей. В «цыганских» юбках макси, цветочных принтах, выразительных аксессуарах, крупных серьгах и ремнях с бахромой много страсти, задора и оптимизма. Такие вещи из новой коллекции Laurel отлично впишутся в темп и стилистику городской весны и лета.



Босоножки Jimmy Choo

ИМПРЕССИОНИЗМ

Всполохи цвета и гармоничный красочный хаос – эта тенденция для тех, кто желает выразить всю гамму эмоций, бушующих внутри. Будьте смелее, ведь если на что и нет ограничений в этом сезоне, так это на яркость красок и выразительность принтов.



Blumarine



Laurel



Caractere



Chanel



Jason Wu



Lanvin



Брюки Escada



Сумка Miu Miu

ПАЛАЦЦО

Утомившись от дел, стоит вдохновиться образом жизни итальянских дождей. Надеть свободные брюки-палаццо, шелковый топ, прямой жакет и отправиться гулять по ночному городу или любоваться закатами на открытой веранде загородного дома.

Весна! MaxMara!

На Даше:
шелковый шарф и пальто-визитка
люксового итальянского Дома
моды **Max Mara** из 100% шерсти
baby camel; туфли и сумка
люксового французского Дома
моды **Saint Laurent Paris**

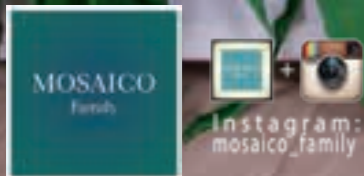


Галерея бутиков На Набережной
ул. Набережная реки Ушайки, 4 а
тел. 51-45-61, www.onlinemosaico.ru



Галерея бутиков На Набережной
ул. Набережная реки Ушайки, 4 а
тел. 51-45-61, www.onlinemosaico.ru

На Альбине:
красное двубортное пальто из
вирджинской шерсти люксового
модного Дома **Max Mara** и палантин
из чистого кашемира **Re Vera**



ул. Набережная реки Ушайки, 4 а
тел. 51-45-61, www.onlinemosaico.ru

На Анне:
пальто ручной работы пастельно-желтого трендового цвета сезона из двойной вирджинской шерсти с ангорой, итальянский люксовый Дом моды **Max Mara**; палантин из чистого кашемира **Re Vera**; лодочки **Saint Laurent Paris**



Галерея бутиков На Набережной
ул. Набережная реки
Ушайки, 4 а, тел. 51-45-61,
www.onlinemosaico.ru



ТЦ «Форум», пр. Фрунзе, 90,
тел. 55-02-55



На Елене:
пудрово-розовое пальто ручной работы из двойной вирджинской шерсти с ангорой, итальянский люксовый модный Дом **Max Mara**; палантин из чистого кашемира **Re Vera**; лодочки цвета нюд с декоративными заклепками, культовый французский Дом моды **Saint Laurent Paris**

ВЕСЕННЕЕ НАСТРОЕНИЕ



Часы Big Bang Pop Art, Hublot, цена по запросу

Босоножки Jimmy Choo, 67 100 руб.



Кольцо Tous, 13 900 руб.



Сумка Braccialini, около 20 000 руб.



Футболка Marc Cain, 8 720 руб.



Очки Pinko invasion, 12 340 руб.



Платье-сорочка Agent Provocateur, 49 250 руб.



Кюлоты Caractere, 8 990 руб.



Туалетная вода Moschino Fresh Couture, 30 мл, 3 450 руб.

Комплект Ritratti «Дикая орхидея», бюст 16 500 руб., трусы 10 000 руб.



ЗАДОРНЫМ



Туфли Christian Louboutin



Кимоно Agent Provocateur, 74 000 руб.

НЕЖНЫМ



Босоножки Giuseppe Zanotti Design, 77 490 руб.



Туалетная вода Chloe Love Story, 50 мл, 4 590 руб.



Шляпа Россо Р, около 14 000 руб., бутики NoOne



Комплект Beatrice «Дикая орхидея», лиф push up 9 500 руб., трусы 3 500 руб.



Ремень Roberto Cavalli, 49 950 руб.



Босоножки SENSO, 10 599 руб.



Часы Toccata Nicola Benedetti, Raymond Weil, 121 400 руб.



Сумка Baldinini, 35 740 руб., бутики NoOne



ПОДАРКИ



Боди Agent Provocateur,
62 000 руб.

Купальник Savoia
«Дикая орхидея»,
лиф бандо 4 000 руб.,
плавки слип 3 500 руб.



Сумка BOTTEGA GIOTTI,
43 000 руб.

Мягкие румяна Lancôme
My Parisian Blush,
2 371 руб.



Подвеска «Московский
ювелирный завод»,
цена по запросу



Очки Givenchy,
цена по запросу



Платок Furla,
цена по запросу

СТИЛЬНЫМ



Пальто Marc Cain,
68 720 руб.



Платье Laurel, 47 000 руб.



Ботильоны Giuseppe Zanotti Design,
72 500 руб.



Браслет Roberto Cavalli,
цена по запросу

*Красота в подарок — лучший способ
еще раз сказать о своей любви...*



БОЛЕЕ 30 СПА-ПРОГРАММ

Сертификат можно приобрести
на сайте prana.tomsk.ru.

Легко купить — приятно дарить!

ПРАНА

Спа-салон «ПРАНА»,
ул. Учебная, 8, тел. 574-350,
prana.tomsk.ru



На Марии и Диане:
платья и аксессуары
собственного
изготовления

Я предпочитаю обувь качественную и красивую, в основном на высоком каблуке и считаю, что туфель много не бывает. Главное требование к туфлям — удобная колодка, чтобы в них можно было не только красиво сидеть. Любимые бренды — Christian Louboutin, Valentino.

Самая любимая из последних покупок — черные лодочки Prada, купленные на защиту диссертации, которые стали любимыми и являются теперь символом удачи.



Ободок и подвязка **Handmade**
Заколки **UO**
Кольца **BackStage**
Серьги **Lulu's**
Браслеты **Dim Italy, Sinsay**

БЛАГОДАРИМ ЗА ПОМОЩЬ В ПРОВЕДЕНИИ СЪЕМКИ ФОТОСТУДИЮ "6 ЭТАЖ", УЛ. А. БЕЛЕНЦА, 9/1

Количество пар обуви около 50
Количество сумок 7
Парфюм Dolce&Gabbana The One
Ресторан в городе «Пармезан», «Река 827»
Место отдыха Италия
Гаджет iPhone 6



Детские очки **Carters**

Абсолютная гармония

Будучи творческой личностью, программист Мария Фальвино сама создает наряды для себя и дочери и считает, что стиль «family look» можно определить как отдельное направление в моде.



На Марии и Диане:
топы собственного
изготовления
джинсы **Fabi**
туфли **Zara**

Мои любимые украшения — два кольца, с которыми я не расстанусь: помолвочное из белого золота с квадратным бриллиантом «принцесса» и обручальное Cartier Trinity из трех переплетенных колец из белого, желтого и розового золота, олицетворяющих дружбу, верность и любовь.



На Марии:
платье
собственного
изготовления
туфли **Christian Louboutin**

В этом сезоне нужно обязательно купить удобное пальто свободного кроя — модную весеннюю вещь №1. Современное пальто может стать стильным и уникальным элементом гардероба, но оно должно хорошо сидеть и подходить по размеру.

Я не могу пройти мимо брендового обувного магазина. Спокойно отношусь к сумкам и ювелирным украшениям, моя слабость — это красивая качественная обувь.



Бантик **Handmade**
Подвязка **UO**
Колье **H&M**
Браслеты **Romve**
Бантик **Handmade**
Клатч **Gianmarco Venturi**

Я никогда не надену... подделки известных брендов. Чтобы выглядеть стильно, не обязательно носить дорогие вещи, украшенные фирменными лейблами.
Самое большое разочарование последнего времени — пока меня не наступило. К неудачным покупкам и трендам следует относиться легко и с юмором.



Кольцо **Lulu's**
Ободок **ASOS**
Клатч **Sambena Vintage**
Серьги **Reserved**
Колье и браслет **H&M**

Самый ценный совет, относительно внешнего вида, который я получила, — от моей мамы: «Наряд всегда должен соответствовать обстановке, а главное украшение — это хорошее настроение и улыбка».

Совет, который я могла бы дать, — не потерять свой стиль и индивидуальность в погоне за модой и трендами.



На Марии и Диане:
платья собственного
изготовления
туфли **Valentino**

Весна — то самое время, когда невероятно хочется красоты, когда душа просит чего-то прекрасного и удивительного, поэтому дизайнеры, создавая весенне-летние коллекции одежды и аксессуаров, делают их очень нежными и в то же время яркими и сочными.

Итальянская весна

О главных трендах модной индустрии в наступающем сезоне мы беседуем с Анной Шеррер, байером и топ-стилистом центра моды и красоты «Подружка невесты».

— Анна, знаю, что вы регулярно посещаете шоурумы итальянских дизайнеров и заказываете новые коллекции, поэтому в курсе всех актуальных фэшн-трендов весны-лета 2016. Вы ведь буквально вчера вернулись из Милана, поделитесь с нами новостями!

— Да, это были очередные заказы коллекций и они невероятные! Но я понимаю, что в преддверии наступающего сезона хочется больше внимания уделить актуальным новинкам. На самом деле сейчас тренды меняются не столь

кардинально. По-прежнему актуальна полоска, металлизированные эффекты, бельевой стиль. Дизайнеры сегодня больше играют тканями и фактурами, делают акцент на их «микс».

— Расскажите о брендах, которые представлены у вас в центре: что любопытно могут модницы Томска найти среди коллекций?

— Наши ключевые бренды — Dolce&Gabbana и Brunello Cucinelli. Оба, безусловно, заслужили любовь томичек. Если говорить о трендах, то Dolce&Gabbana любит цветочную тему, повторяет ее из сезона в сезон. Этой весной на платьях распустились маки и ромашки. Характерные маст-хэвы — черные сицилийские наряды (это уже классика бренда) и принты с досто-

примечательностями, напоминающие открытки. Точка зрения дизайнеров остается неизменной: современная женщина должна быть элегантной в любой ситуации — дома, на вечеринке или в булочной, при этом любая коллекция показывает многогранность ее характера. Каждый модный показ от этих гениальных дизайнеров — это целое шоу, сюжетная линия которого напоминает съемку итальянского фильма. Например, на показе весна-лето 2016 модели прямо на подиуме делали селфи. Кто еще мог такое придумать? Конечно, Dolce&Gabbana!

— А чем отличится бренд Brunello Cucinelli?

— Традиционно — это спокойные коллекции, в которых ставка идет на интересные линии кроя. Вообще, итальянских дизай-



Кардиган, джинсы, сумка
Dolce&Gabbana,
обувь Casadei

Макияж: Наталья Казанцева, прическа: Наталия Второвина
(центр красоты «Подружка невесты»)



Сумки Dolce&Gabbana,
платки Moschino

В этом СЕЗОНЕ популярны невероятно ЯРКИЕ и сочные цвета — хочется ВСЕ и сразу



Платье и сумка
Dolce&Gabbana,
обувь Casadei

ИТАЛЬЯНСКИХ дизайнеров отличает то, что даже в ПРОСТЫХ по форме вещах можно найти НЕОБЫЧНОЕ содержание...

неров отличает то, что даже в простых по форме вещах можно найти необычное содержание: фактуру, асимметрию, затейливую драпировку. И, конечно, Brunello Cucinelli славится кашемировой нитью высочайшего качества.

— Что будет отличать моду на обувь в наступающем сезоне? Что носят европейские женщины и что нравится нашим?

— Здесь мода решила сойти с ума: все направлено на эффект «WOW»! Поэтому популярны такие нестандартные решения, как огромные плато, тракторные подошвы, еще более броские в этом сезоне, отделка обуви мехом. Конечно, по большей степени это самовыражение дизайнеров, хотя в мегаполисе такие модели востребованы. Томск все-таки не так располагает к

дефилированию в мохнатых биркенштоках (это такая модель обуви, напоминающая шлёпки). Наши девушки, ровно, как и европейские, любят балетки, ботинки андрогинного типа, сликеры. На пике популярности также обувь с заостренным мысом, такие модели будут представлены в центре моды «Подружка невесты» в линейке бренда Casadei.

— Правда ли, что к нам мода приходит с опозданием?

— Да, мода к нам приходит немного позже. Но сейчас молодежь более прогрессивная, и стилистов личностей стало больше. Думаю, это связано с активным продвижением темы fashion в социальных сетях. Мы стараемся соблюдать эту тонкую грань между тем, что остроумно, и тем, что применимо к жизни. Подиумная мода задает лишь вектор. Для нас же важно, чтобы одежда не только украшала ее прекрасную обладательницу, но и радовала своей уместностью и практичностью.

— А что насчет аксессуаров? Чем порадуете модниц Томска?

— У нас широко представлена знаменитая модель сумки Dolce&Gabbana — Sicily. Считаю, что это бесспорно надежная инвестиция. Кожа действительно очень прочная, я называю эту сумку «неубивайка». А в этом сезоне популярны невероятно яркие и сочные цвета — хочется все и сразу! Помимо того, нашу коллекцию аксессуаров мы дополнили шелковыми платками Moschino. Их приятно и дарить, и самой носить.



Топ, юбка, сумка
Dolce&Gabbana,
обувь Casadei

— На дворе непростое время — приходится это признать. Отражается ли это на наших прекрасных женщинах и их стремлении быть красивыми?

— Настоящая женщина останется ею во все времена. Конечно, мы постарались учесть экономическую ситуацию и нашли альтернативные марки, которые — при достойном качестве — более доступны, уже в марте презентуем одну из них. Но наши люксовые бренды по-прежнему с нами, а новые коллекции уже ждут вас в центре «Подружка невесты».

Подружка
Невесты

ЦЕНТР МОДЫ
И КРАСОТЫ

г. Томск, ул. Гоголя, 55,
центр моды: тел. (3822) 777-444,
центр красоты: (3822) 444-777,
www.topnevesta.com;

instagram, vkontakte, facebook: topnevesta

ВЕСНА



В СТИЛЕ

Monnalisa



ДОМ ДЕТСКОЙ МОДЫ

LAPIN HOUSE

пр. Фрунзе, 90, тел. (3822) 24-98-47,
lapintomsk.ru   lapinhousetomsk



Солнечная Софа
с Daisy Duck
от Monnalisa



Обаятельный Дани
в стиле Casual
от Hugo Boss





Fashion-сказки

В детстве мир был ярким и загадочным, наполненным приятными сюрпризами и чудесами: как приятно было представлять себя прекрасной принцессой, одетой в роскошные наряды. Вспомнить о том замечательном времени поможет весенне-летняя коллекция от российского дизайнера Александра Богданова, чьи модные творения называются «Сказочные параллели».

В Томске бренд этого известного модельера эксклюзивно представляет салон «Хорошо», в котором уже можно приобрести модели из новой коллекции! Слоган бренда BGD-Bogdanov — «Одежда, которая делает женщину счастливой!». Российский дизайнер творит для утонченных, интеллигентных леди, предпочитающих не эпатировать, а очаровывать. В основе его коллекций обычно нежные, пастельно-акварельные вещи. Александр Богданов уделяет много внимания нюансам текстуры: в созданных им моделях виден рисунок волокон, строчка — все те чарующие мелочи, которые влюбляют в одежду.

Осень-зиму 2015–2016 бренд BGD-Bogdanov предлагал провести в «Театральных фантазиях»: модели впечатляли великолепием, роскошью, шиком, экспрессией.

Новая коллекция «Сказочные параллели» посвящена сочетанию сказки и реальности: в ней фантазийные модели адаптированы под реалии современной городской жизни. Таким образом, BGD-Bogdanov остается верен своим традициям: утонченный стиль, чарующие детали. Каждая вещь неповторима, она удивляет, завораживает, и при этом остается достаточно практичной.

Интересно, что в «Сказочных параллелях» не предполагается отдельной линии люкс: все модели соответствуют этому уровню. Создатели «Сказочных параллелей» уверены: каждая женщина индивидуальна и достойна уникальных вещей, поэтому принты и графические рисунки, украшающие ткани, созданы не на компьютере с помощью безликих программ, а представляют собой тщательную авторскую ручную работу. Коллекция бренда состоит из серии капсул, каждая из которых обладает своим настроением и решением. Такой подход призван помочь клиенткам создавать цельные образы, формировать гармоничный гардероб.

Идея «капсульности» встречалась и в предыдущих коллекциях бренда BGD-Bogdanov, но именно в «Сказочных параллелях» дизайнер провел четкую грань между цветовыми и конструктивными особенностями моделей. Известно, что

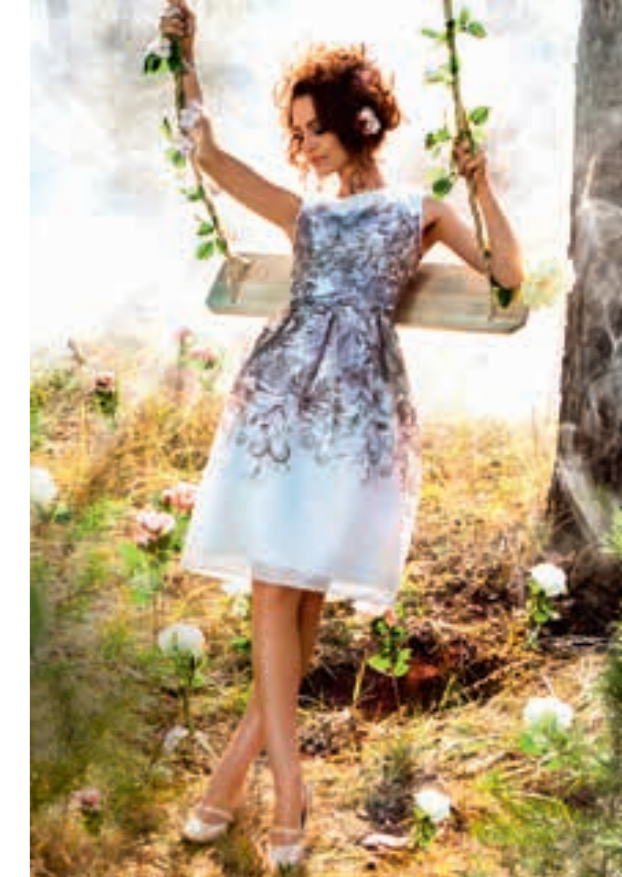
времена года влияют на предпочтения в одежде: зимой преобладают темные цвета, весной и летом хочется нарядов в светлой, пастельной гамме или ярких цветов, которые особенно эффектно смотрятся благодаря контрастному сочетанию с белым.

Капсула коллекции «Сказочные параллели» под названием «Лесное царство» построена на контрастах: здесь черный контур превращается в фантазийные цветы: с помощью жесткого цвета создается нежное растение на светлом пастельном фоне. Созданное вручную, оно словно «вырастает» на платьях и юбках.

Фантазийные растительные принты объединяют вещи из коллекции, модели дополняют друг друга, и в продолжение европейской традиции легко объединяются в комплект, как например, платье и тренкот «Цветочный замок». Эти изделия украшает асимметричный принт — причудливые цветы асимметрично распускаются на одном плече, что визуально позволяет создать эффект динамики. Другая особенность тренкота «Цветочный замок» — оригинальная фактура, представляющая собой необычную ткань из сетки и льна. Это одновременно эффектно и практично.

Часть моделей в капсуле «Лесное царство» создана из летящих материалов — невесомый шифон и тонкий шелк подчеркивают женственность и легкость одеяний. благородное цветовое сочетание, пастельные оттенки с теплыми золотыми искрами напоминают блики солнца, отраженные на водной глади. Невероятно воздушно и утонченно звучат и названия моделей — к примеру, юбка «Нежные грезы». Кстати, бренд BGD-Bogdanov всегда уделял много внимания названиям: если некоторые модные дома сначала создают коллекции, а потом придумывают им имена, то для этого бренда свойственно сначала разработать направление, концепцию, продумать все детали, и уже только потом начинать работу.

Уникальная тема, звучащая в капсуле «Лесное царство», — это «Ледяной жемчуг и сказочный лед». Для создания необычных моделей дизайнеры использовали французскую ткань известного производителя, жесткую по структуре, но мягких пастельных тонов. В этом матери-



ЛЕГКИЕ, струящиеся ПЛАТЬЯ И ЮБКИ, или модели из жестких тканей, великолепно подчеркивающие ЖЕНСТВЕННЫЕ силуэты

але завораживающе сталкиваются тепло и холод, горячие искры и холодный лед. С помощью жесткой фактуры авторам моделей удалось подчеркнуть линию талии, создать очень притягательный, женственный силуэт. Юбка «Сказочный лед» от бренда BGD-Bogdanov представлена в двух вариантах: первый классический, второй с завышенной талией. Такая версия идеально сочетается с укороченным жакетом, также выполненным из жесткой ткани.

Создатель бренда BGD-Bogdanov, Александр Богданов, рассказывая о своей новой коллекции «Сказочные параллели», признается:

— Мне хотелось бы, чтобы наши работы помогли каждой покупательнице ощутить себя немножко принцессой. Пусть девушка окунется в мир волшебства, вспомнит о том времени, когда она была совсем маленькой, слушала сказки в исполнении своей мамы, сама начинала их читать. Детские светлые грезы мы воплотили в реальные вещи в интерпре-

тации дизайнеров. Они объединили мир сказки и современность, мир сегодняшний. Наши модели из новой коллекции помогут каждой покупательнице ощущать, что сказка из счастливого детства до сих пор с ней рядом.

Легкие, струящиеся, развевающиеся на ветру платья и юбки, или модели из жестких тканей, великолепно подчеркивающие женственные силуэты, создающие утонченный образ — они так привлекательны! И невольно напоминают о любимых сказках, красивых фильмах и чудесных историях о счастливых принцессах.

САЛОН ЭЛЕГАНТНОЙ
Хорошо
ЖЕНСКОЙ ОДЕЖДЫ

ТЦ «ГУМ», «Новый ГУМ» (3-й этаж)
ост. пер. 1905 г.
тел.: 51-63-97, 51-55-78,
horosho.tomnet.ru

Пробуждайся!

С наступлением весны хочется строить планы, исполнять желания и, конечно же - поменять гардероб! Новая весенняя коллекция уже ждет модников и модниц в магазине одежды Fashion House. Актуальные сочетания цветов, трендовые фасоны, современные фактуры непременно заставят вас пробудиться от долгой зимы.



**FASHION
HOUSE**

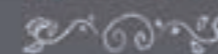
Магазин модной одежды,
пр. Ленина, 80 а (4-й этаж),
ТЦ «BIG CITY»

ДЕТСКАЯ БРЕНДОВАЯ ОДЕЖДА

**FASHION
HOUSE**
kids



ПР. ЛЕНИНА, 80 А
(4-Й ЭТАЖ),
ТЦ «BIG CITY»



Реальное отражение

Воспользуйтесь реальным шансом с легкостью менять свой образ — от раскованного городского стиля до классических и гламурных вариантов — и при этом всегда оставаться самой собой.



like & show
Mollis

MOLLIS, пр. Комсомольский, 13 б,
ТЦ «Изумрудный город» (3-й этаж)

*С Любовью
Ваша Нелли Смирнова*



Сумки Renato Angi

Сумка, косметичка и портмоне Dissona



Клатч Coccinelle



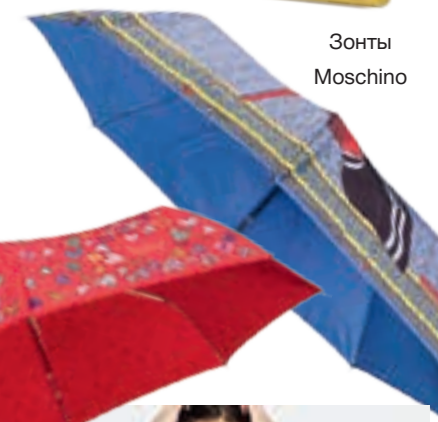
Сумка Dissona

Весенний формат

Весенняя коллекция сумок в «Глобусе» представлена вечными традиционными ценностями, которые нашли свое воплощение в классических формах и разнообразных размерах. Правда, привычные решения преподнесены в этом сезоне совсем в нескучном варианте: любимые женские аксессуары заиграли радужными цветами, окрасились нежными оттенками пастели, оживились за счет ярких флористических расцветок.



Портмоне Alessandro Beato



Зонты Moschino



Платок Venera

Сумка Tosca Blu

Сумка Kellen



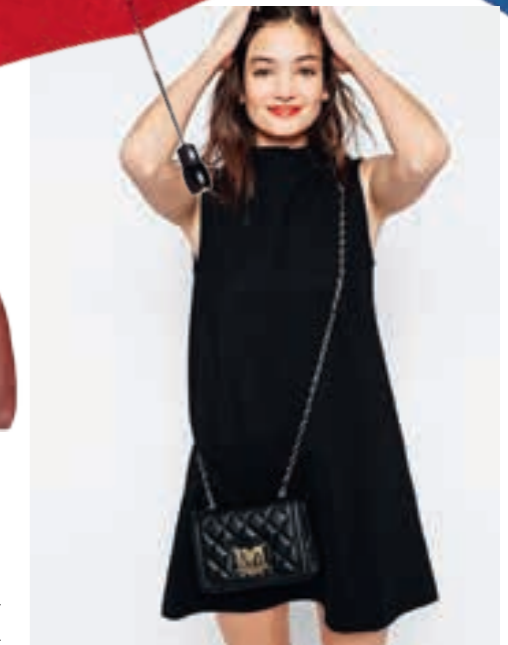
Сумки CROMIA



Сумка CROMIA



Сумка Coccinelle



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

**Новинки каждую неделю!
На дамские сумки,
поступившие в продажу
до 10.01.2016*,
скидки до 50%!**

* смотрите на ценниках

Весна в городе

Поздравляем сгаровательных
женщин с днем Весны и желаем
только яркого настроения, как
наша весенняя коллекция 2016!



АНДРЕЙ АЩЕУЛОВ, 5 ЛЕТ
«Желю,
чтобы и тебя
было здоровье,
счастье и
чтобы ты
всегда была
молодая!»



ЕЛИЗАВЕТА БОГУШЕВИЧ, 4 ГОДА
«Мама, желаю тебе
здоровья, счастья,
быть красивой,
чтобы папа всегда
любил и чтобы
мы поехали все на
море!»



МАТВЕЙ ПАВЛОВ,
4 ГОДА
«Здоровья, счастья
и привет тебе,
мама!»



детская дизайнерская одежда

Stilnyashka

by Designer


Магазин детской дизайнерской одежды

«Stilnyashka»,

ТЦ «Изумрудный город»,

пр. Комсомольский, 13 б (3-й этаж),

тел. 255-990, www.stilnyashka.com

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

АЛЕКСАНДРА ПИЧУГИНА, 6 ЛЕТ
«На 8 Марта
я желаю маме
здоровья и чтобы
сбывались все
ее мечты, чтобы
папа всегда был
рядом!»




 **BEAUTY**
Мастер-студия

Мастер-студия «Beauty»,


ул. Киевская, 15, тел. 24-99-13,

www.beautystudio.tomsk.ru

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

Студия цветов
Ларисы Балашовой

Студия цветов Ларисы Балашовой,
ул. Киевская, 13, тел.: 22-47-60, 25-36-09,

 [larisa.b](https://www.instagram.com/larisa.b)

детская дизайнерская одежда

Stilnyashka

by Designer

ЯРОСЛАВА ВОРОНИНА, 9 ЛЕТ

«Мама, я желаю тебе счастья, здоровья, чтобы ты была самая красивая и самая добрая, чтобы и тебя всегда было хорошее настроение!»



ДАРЬЯ МАРТЫНОВА, 6 ЛЕТ

«Я желаю маме, чтобы она была красивая и чтобы папа подарил ей большой букет цветов!»



БЛАГОДАРИМ ЗА ПОМОЩЬ В ПРОВЕДЕНИИ СЪЕМКИ ФОТОСТУДИЮ "6 ЭТАЖ", УЛ. А. БЕЛЕНЦА, 9/1

В ДУХЕ ВРЕМЕНИ

Фирменный стиль марки Chobi отражает линия Chic, каждая модель в которой навеяна впечатлениями от первого утра отпуска, когда в туманной дымке слышен шум прибоя, а на траве еще мерцают капельки росы, так похожие на стразы в шапочках Chobi. Для декора был выбран воздушный фатин, из которого мастерицы бренда сделали легких бабочек и крупные цветы. А маленьким принцессам придется по вкусу шапочки с невесомой вуалью, украшенной мини-атюрными розочками и стразами. www.chobi.ru



НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ

Во флагманском бутике DIEGO M в центре Милана и в магазинах марки по всему миру уже представлена коллекция осень-зима следующего сезона, которая насчитывает почти 200 моделей. Это легко узнаваемые пуховики с меховой отделкой или без нее, пальто из мягчайшей шерсти или кашемира, легчайшие дубленки и модные шубки. Но и к весне любители моды найдут здесь новинки — дизайнеры марки создали тренчи, легчайшие куртки с микропухом, а также изделия из мягкой кожи и замши самых актуальных расцветок. Все модели женственны и чувственны, оригинальны и практичны. www.diegom.it

ЯРКИЙ ВОСТОК

Дизайнер бренда «Ли-Лу» Оксана Бондаренко создала к весне яркую и женственную коллекцию из натуральных шелковых и полушелковых узбекских тканей. В нее входят халаты из адраса разной длины с черно-белыми, аутентичными бордовыми в золотистую рюмку и абстрактными орнаментами. Особое место занимает платье-халат из плотного бордового шелка с поясом, именно плотность материала делает форму платья структурной, как у кимоно. В базовой линии представлены модели из хлопка: бежевый удлиненный тренч с поясом, комбинезон и юбка-шорты цвета хаки, широкий выбор свитшотов с вышивкой, а также изделия из шелка — блузки и юбки разной длины. www.li-lu.ru



КОМФОРТ И СТИЛЬ

Легкая, комфортная, многогранная и привлекательная — коллекция Vicini-Tareet весна-лето, где кисти и лакированная кожа чередуются с ламинированным текстилем и металлизированной кожей. В коллекции преобладает сочная летняя палитра с акцентами металлик: красный, зеленый, синий, желтый и оранжевый — динамичная игра ярких сочетаний. В фокусе танкетки, платформы и сплошная подошва. Экстремально высокие или их мини-версии, они придают неповторимость сандалиям, слоперам и обуви на шнуровке, со скругленной компактной формой и отсутствием угловатых деталей. Дополняют коллекцию устойчивые каблуки разной высоты и флэты. www.vicinishoes.com/ru/



Как по маслу

1. В основе масла для восстанавливающего антивозрастного ухода **Prodigy Sacred Oil** от **Helena Rubinstein** — уникальные свойства дерева такамака, которое растет на островах Океании. Кожа мгновенно наполняется влагой и становится более упругой.

2. Масло для снятия макияжа **Caudalie** нового поколения на 100% состоит из натуральных компонентов, действует нежно, при этом растворяет самый стойкий макияж и, конечно, содержит масло косточек винограда.

3. **Dove Advanced Hair Series** — новая линия премиального ухода от известного бренда. Обратите внимание на сухое масло для волос «Преображающий уход»: оно глубоко питает тусклые локоны, не делая их жирными, и содержит живительное масло африканской макадамии.

4. Кератин плюс масла арганы, макадамии, жожоба и авокадо — рецепт от профессионального парикмахерского бренда из Италии **Lisap Milano**: встречайте новинку, масло для выпрямления выющихся волос **Lisap Ultimate Keratin Oil**.

5. Масло для губ «Aevitum» от **Librederm** с повышенным содержанием витаминов А и Е создано для специального ухода за нежной кожей губ: мгновенное восстановление гарантировано!



BODY & Beauty*

СТРАТЕГИЯ ГЛОБАЛЬНОГО ОМОЛОЖЕНИЯ

В линии Derm Acte французской лаборатории Academie воплощены все самые передовые anti-age решения профессиональной косметологии. Микросферы гиалуроновой кислоты низкой молекулярной массы являются удивительными «молекулярными губками». Проникая через эпидермис, они быстро увеличиваются в объеме, наполняя и тем самым сокращая мелкие и глубокие морщины. Saxifraga sarmentosa (саксифрага сарментоза) в модифицированной липосоме защищает и восстанавливает ДНК клетки.



* «ТЕЛО И КРАСОТА»

ВЫБОР РЕДАКТОРА

Туалетная вода, похожая на кутюрные платья из шелкового шифона — это про новый женский аромат **Mademoiselle Azzaro** от бренда Azzaro. Аромат — воплощение классического парижского шика. Легкая и воздушная формула создана как будто специально для парижанок, но понравится и вам.



Цветы мандарина, бархатная свежесть персика, ирис и сирень.



2

МАРТ – МЕСЯЦ КОНФЕТ, БУКЕТОВ И ДУХОВ. В СВЕТ ВЫХОДИТ БОЛЬШЕ ДВУХ ДЕСЯТКОВ НОВЫХ ЖЕНСКИХ АРОМАТОВ. ДИРЕКТОР ОТДЕЛА КРАСОТЫ МАРИНА ДИВИЧ ВЫБРАЛА ПЯТЬ САМЫХ ГРОМКИХ ПРЕМЬЕР.



1



1. Если в жизни — острый дефицит романтики, обратите внимание на новый **Lilac Love** от **Amouage**. В центре формулы — сирень, дополненная актуальными анималистичными и пудровыми нотами. Экстракт сирени невозможно получить естественным путем, но в лаборатории Amouage постарались воссоздать запах цветка с максимальной точностью.

2. Узнаваемый, как подпись, и дерзкий, как любительница вечеринок, — вот что говорят про **Poison Girl** от **Dior**. Новая версия легендарного аромата Poison — для молодых, прямолинейных и соблазнительных. Цветочный аромат имеет гурманский характер, но без приторных сахарных нот. За соблюдение баланса горьких и сладких аккордов отвечают горький апельсин, насыщенная роза, бобы тонка и ваниль.

3. Все еще считаете ароматы с розой несколько старомодными? Это заблуждение развеет парфюмерная вода **Dolce Rosa Excelsa** от **Dolce & Gabbana**. К дамасской розе добавили редкий для парфюмерии африканский шиповник, который сделал формулу свежей и современной. Нота африканского шиповника получена с помощью новой технологии, которая позволяет с точностью до молекулы повторить запах цветка.

Некоторая склонность в скандалу — признак артистичных натур, которые умеют производить впечатление. Таким подойдет аромат **Scandal** от **Jeanne Lanvin** — неотразимый нектар с нотами абрикоса, груши, апельсина и засахаренной розы.



Современная версия культового аромата 1933 года.



Иногда форма важна не меньше, чем содержание: флакон для нового аромата **Trussardi My Scent** создан архитектором Антонио Читтерио, что заметно по чистым линиям, выверенным пропорциям и вниманию к деталям.



Рекламный фильм для **Dolce Rosa Excelsa** объединил трех оscarоносных итальянцев: актрису Софию Лорен, режиссера Джузеппе Торнаторе и композитора Эннио Морриконе.

3

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

САЛОН «VIP-ТРИУМФ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ АБСОЛЮТНУЮ НОВИНКУ В НАПРАВЛЕНИИ «КОРРЕКЦИЯ ФИГУРЫ, ЛЕЧЕНИЕ ЦЕЛЛЮЛИТА»



FULLSKIN

Весенняя акция!

При покупке абонемента на 12 процедур – скидка **10%!**



*Успехи андрологии в управлении

ВОПЛОЩЕННОЕ ПОНЯТИЕ «ИДЕАЛЬНОЙ ДЕРМОТОНИИ»

- Стройные бедра
- Подтянутые ягодицы
- Тонус мышц
- Уменьшение целлюлита

СОБСТВЕННЫЕ КЛИНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ



УЛ. ГОГОЛЯ, 30/1
ТЕЛ.: 52-92-48, 58-69-90
WWW.VIP-TRIUMF.TOMSK.RU

Пови́те на себе только восхищенные взгляды!



Рецепт крема

1. Лифтинг-крем **Babor HSR Lifting Cream Rich** борется с пятью типами морщин — мимическими, гравитационными и вызванными недостатком влаги. А вы знали про морщинки-плиссе, возникающие от недостатка упругости, или морщинки, возникающие от микронапряжения в тканях?

2. Sisley обновляет культовый крем Sisleya. Формула нового **Sisleya L'Integral Anti-Age** в два раза сильнее. Средство не только воздействует на генетические причины старения, но и восстанавливает здоровый жизненный цикл клеток. Теперь клетки кожи живут дольше — несмотря на стрессы и вредные привычки.

3. Омолаживающий крем-корректор **Advanced Perfecting Shield SPF 30** от **Teoxane Laboratories** — это

полноценный уход за кожей в виде CC-крема: коррекция цвета и текстуры кожи плюс защита молекул коллагена и гиалуроновой кислоты в клетках кожи.

4. **La Roche-Posay** создала антивозрастной уход для кожи лица с направленным действием против морщин, потери упругости и тусклого цвета **Redermic C10**. Формула содержит витамин С в концентрации 10%, но при этом средство подходит даже для чувствительной кожи.

5. В России появилась испанская косметика **Sesderma**. Средства Sesderma получают международные награды, их выбирают лучшие клиники и салоны красоты. Одна из инноваций марки — помещать активные ингредиенты в капсулы-липосомы, аналогичные по составу мембране клеток.



Erdem



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



«Живая аптека» года!



По итогам 2015 года «Живая аптека» на Красноармейской, 103 вновь завоевала почетное звание «Аптека года», а две сотрудницы взяли золотую и серебряную награды конкурса «Провизор года». В чем же секрет одной из самых награждаемых в городе аптек?

«Живая аптека», одна из крупнейших аптечных сетей Томской области, берет свое начало именно с аптеки на Красноармейской. Здесь, восемнадцать лет назад началась история холдинга, и эта аптека остается хедлайнером сети. Но не только солидный возраст определяет популярность аптеки у многочисленных посетителей. Уникальное сочетание аптеки, оптики с врачом офтальмологом, ортопедического салона и центра красоты в едином торговом пространстве, позволило «Живой аптеке» на Красноармейской стать настоящим многофункциональным центром красоты и здоровья.

Ортопедический салон специализируется на индивидуальном подборе товаров для сохранения и укрепления здоровья, для лечения заболеваний и травм позвоночника и суставов, варикоза и плоскостопия, для реабилитации после травм и операций. Среди постоянных покупателей не только томики.

Центр красоты — тоже в своем роде уникальное явление, ассортимент торговых марок включает в себя не только аптечную косметику, но и профессиональную салонную косметику. Здесь можно найти высокотехнологическую корейскую косметичку Dermaheal (Дермахил), французскую фитокосметику Yon-ka (Йон-ка), Gehwol (Геволь) из Германии, IMAGE Skincare (Имидж) из США и другие высококачественные бренды.

Медицинское образование, а также постоянное повышение квалификации позволяют провизорам и фармацевтам в полном объеме владеть знаниями о косметической продукции, благодаря чему они могут максимально грамотно подобрать подходящее средство.

Отдельного внимания заслуживает **оптика**. Подбор очков и линз осуществляется опытными врачами-офтальмологами — в наши дни такой подход является обязательным требованием сервиса. А вот ассортимент товаров не может не удивлять! Всемирно известные модные марки оправ и дизайнерские солнцезащитные очки, представленные здесь, не только соответствуют мировым трендам, но и появляются в Томске почти одновременно с европейским рынком!

Аптечное подразделение славится высоким уровнем сервиса — неслучайно более 6 000 покупателей каждый месяц выбирают именно «Живую аптеку» на Красноармейской. В ассортиментном ряду насчитывается 12 300 единиц товара, а 24 человек коллектива обеспечивают постоянную первоклассную работу аптеки.



Елена Александровна Бирюлина, директор холдинга, с гордостью отмечает заслуги аптеки на Красноармейской: «Эта победа очень важна и почетна! В аптеке работают люди, которые с нами уже 18 лет, и это большая ценность».

Требование к персоналу этой аптеки всегда были самыми высокими, пожалуй, именно это позволило сделать ее особенной. Это отражение нашего видения, какой должна быть Аптека!



Анна Курашина, лучший провизор 2015 года по Томску и Томской области, о любимой работе рассказывает так: «С детства даже не мыслила себе кем-то другим. Моя мама тоже провизор, и я часто бывала у нее на работе в аптеке».

Поэтому когда у меня спрашивают нравится ли мне работать в аптеке, всегда уверенно отвечаю: «Да, я уверена, это мое призвание!». Думаю, я счастливый человек! У меня любимая работа, прекрасная семья, которая поддерживает и помогает мне во всем. И я даже ни на секунду не могу себе представить, чтобы я работала в другой аптеке!



Из Германии — в Томск!

Наверное, нет ни одного клиента клиники «Cher ami», кто бы ни попробовал и не оценил достоинство профессиональной немецкой косметики JANSSEN. Никакие раскрученные мировые бренды не сравнятся по действенности и эффективности с тем, что используют профессиональные косметологи в своей ежедневной работе.

В чем же отличие профессиональной от иной косметики, которой в огромных количествах заполнены разного уровня магазины и аптеки?

На этот вопрос мы попросили ответить Елену Владимировну Романюк, врача-косметолога, тренера по профессиональной косметике.

— Прежде всего, составом. Минимум отдушек, консервантов, различных нагрузочных химических компонентов, которые пленят нежным ароматом, делают крем приятным на ощупь, но абсолютно пустым, бесполезным, неэффективным, а порой даже вредным, «засоряющим» нашу кожу десятками консервантов. В профессиональном же креме в состав входят необходимые для кожи микроэле-

менты, аминокислоты и белки (коллаген, эластин), витамины природного (зачастую, растительного) происхождения и используется минимум натуральных консервантов. Вот почему баночки с профессиональной косметикой сохраняют свой уникальный состав и действие всего несколько месяцев после их вскрытия.

Как правило, в профессиональную косметику входит множество линеек и направлений. И косметолог может назначить оптимальный крем именно для вашего индивидуального набора проблем кожи. Существуют концентраты, сыворотки и кремы с сосудукрепляющими компонентами, для кожи с пигментными пятнами, для чувствительной, подростковой кожи, для кожи с выраженными возрастными признаками. Совершенно разные наборы для ухода за кожей требуются и в разное время года: весной и летом необходим более сильный солнцезащитный фактор и более легкие текстуры. Наши врачи-консультанты сделают назначение ежедневного ухода за кожей так, чтобы затем крема пошли не «на пятки и на руки, или в дар любимой подруге», как это порой бывает и с очень дорогими брендовыми кремами, а с успехом выполнили бы поставленную для них задачу: содержать кожу ухоженной!



А нашим клиентам мы дарим новинки JANSSEN, экспресс-программы по уходу за кожей лица, шеи, декольте **ВСЕГДА МАРТ** с 20% скидками! Предварительная запись у администраторов клиники по тел. 55-63-55. Кодовое слово для получения волшебной программы **НОВИНКА — ЯНСОН!** Также весь месяц для наших клиентов — бесплатные консультации по домашнему уходу и 20% скидка на все позиции домашней линейки JANSSEN! **МЫ ПРЕДЛАГАЕМ ЛУЧШЕЕ!**

JANSSEN
COSMETICS

У НАС ЗАМЕЧАТЕЛЬНАЯ НОВОСТЬ!

22-23 марта в Томске будет проходить форум косметики JANSSEN с участием международных тренеров, наших московских коллег, где будут представлены новинки, как для домашнего, так и для салонного применения для лица и тела. Безусловно, это знаковое событие для косметологического сообщества Томска: интересные знания, восхитительные эмоции и замечательные подарки ждут каждого специалиста!

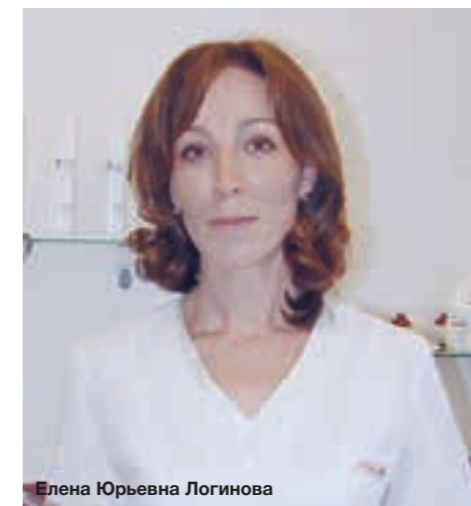


Елена Владимировна Романюк

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Дина Алексеевна Лежнева



Елена Юрьевна Логинова

В КЛИНИКЕ сосредоточен один из самых ОПЫТНЫХ коллективов врачей Томска в области медицинской КОСМЕТОЛОГИИ.

Клиника эстетической медицины «Cher ami» небезосновательно считается экспертом в области инъекционных методик и современных аппаратных технологий. И это объяснимо, так как врачи клиники ежемесячно проводят различные обучающие мероприятия для других коллег, а также сами активно повышают свой профессиональный уровень. В клинике сосредоточен один из самых опытных коллективов врачей Томска в области медицинской косметологии.

Какие же процедуры являются самыми популярными весной?

Мы попросили рассказать ведущего врача-косметолога клиники Дину Алексеевну Лежневу.

— Безусловно, мои клиенты, как правило, в плановом порядке в марте-апреле заканчивают курс пилингов, которых у нас множество. Иногда я их чередую с биоревитализацией, что дает более выраженный эффект увлажнения и выравнивания кожи. Март — начало весны, и конечно, без подготовки к солнечному сезону не обойтись! Ботулинотерапия мимических морщин, а затем контурная пластика крупных и мелких складок. Также следим за руками, мочками ушек, зоной вокруг глаз. Ибо из мелочей складывается общий облик!

Кстати, про ботулинотерапию. У моих пациентов весной популярна коррекция повышенного потоотделения. Это я делаю не только ботулинотерапией, но и при помощи поистине волшебного аппарата Ulthera system (сфокусированного ультразвукового воздействия).

Какие инъекционные методики предпочитают использовать в клинике для коррекции возрастных изменений кожи и какими новинками порадуют своих клиентов этой весной?

Этот вопрос мы задали ведущему врачу-косметологу клиники Елене Юрьевне Логиновой.

— По направлению инъекционной косметологии я работаю уже более 15 лет. За этот период я, как ни странно, стала более осторожна и взвешена в проведении этих процедур. Смотришь, как иногда смело и рискованно обрабатываются «новые методики» или используются дешевые несертифицированные препараты, и диву даешься! За последние 10-15 лет появилось огромное количество различных препаратов. Я же для себя решила, что основное правило, которым я буду руководствоваться, — это безопасность. В нашем арсенале французские, швейцарские и немецкие препараты. Они эффективны и проверены временем и моим опытом. Я



никогда не использую шаблонные схемы введения, стараюсь учесть индивидуальные особенности строения и архитектонику лица. Лучше не доделать, чем переделать! Добавить всегда можно, а вот убавить — сложнее во сто крат! «Накачанное» лицо, даже если оно без единой морщинки, не гармонично и смехотворно! Так что жду своих постоянных клиентов за весенней красотой!

А что касается новинок, они у нас появляются постоянно. Например, совсем недавно в нашей клинике стали применяться совершенно новые, инновационные итальянские нити для лифтинга кожи, прежде всего, лица. В марте же на нашей базе планируется долгожданное мероприятие по обучению своих коллег по применению этих уникальных нитей с приглашением для обмена опытом московских коллег. Аналогов этим нитям, по моему мнению, на сегодняшний день нет! Ни по качеству, ни по эффективности!

И кстати, весь март у нас в клинике приятные предложения по качественной контурной пластике и ботулинотерапии! Вся информация — на нашем сайте и у администраторов клиники.

Клиника эстетической
медицины

«Cher ami»

ул. Красноармейская, 122/1,
тел.: 55-63-55, 56-25-25
cherami.tomsk.ru,
cherami.tomsk@yandex.ru

Лицензия № ЛО-77-01-007109 от 21.11.2013 г.

МАРТ 2016 ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ ТОМСК 93



Новый взгляд на улыбку и красоту

В современной медицине технологии не стоят на месте: одними из самых прогрессивных ее направлений являются, бесспорно, стоматология и косметология. Объединив все самые современные технологические разработки и достижения, в Томске открылась авторская клиника эстетической стоматологии и косметологии «Cosmodent».



Посещение стоматолога для многих остается неким стрессом и сопряжено с детскими фобиями. Однако открывая дверь «Cosmodent», вы попадаете в стоматологическую клинику, где даже интерьер выполнен с учетом ультрасовременных тенденций комфортного дома. Никаких намеков на стандартное медицинское учреждение. Сверкающие полы, затейливые принты на обоях, мягкая мебель, в которой словно утопаешь, «французские» окна и репродукции картин в местах отдыха пациентов создают атмосферу домашнего уюта, отвлекают ваше внимание и располагают к комфортному пребыванию. На ресепшн вас встречает доброжелательный администратор, готовый сделать ваше пребывание в клинике максимально удобным и быстрым.

О том, как современные технологии позволяют сделать лечение зубов до-

ступным, безболезненным и максимально открытым для человека, а также об уникальном для Томска оборудовании мы беседуем с Гургеном Хачатряном, главным врачом клиники «Cosmodent».

Диагностика от «А» до «Я»

— Преимущество «Cosmodent» заключается в том, что мы предоставляем нашим пациентам комплексный вид услуг по стоматологии и косметологии, рассказывает Гурген Вачикович.

На сегодняшний день мы располагаем самым совершенным диагностическим оборудованием, не имеющим аналогов в Томске — высокоточный 3D-томограф (Gendex, KaVo, Германия) позволяет быстро выявить истинные причины заболеваний. Каждый врач имеет доступ к централизованной базе пациентов клиники. Все это значительно ускоряет



ГУРГЕН ХАЧАТРЯН,
главный врач клиники

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

работу с пациентами, они в курсе всех нюансов лечения: это максимально искренний и точный подход к работе. Мы используем стоматологическое оборудование и инструменты от компании KaVo (Германия). Это один из крупнейших производителей подобного рода продукции, множество стандартов стоматологической отрасли появились именно благодаря их разработкам.

В «Cosmodent» представлен уникальный для Томска интероральный сканер iTero, в котором применяется лазерное и оптическое сканирование, сверхточно определяющее контуры зубов, структуру десен и особенности прикуса. Данное оборудование позволяет смоделировать будущее решение различных стоматологических задач, спланировав этапы долгосрочного лечения в наглядных и понятных пациенту 3D моделях. Таким образом, мы не применяем силиконовые массы для снятия слепков и долгий процесс воссоздания модели в гипсе. Полученные снимки мы просто отправляем в Москву и получаем уже готовую индивидуальную конструкцию (винир или коронку).

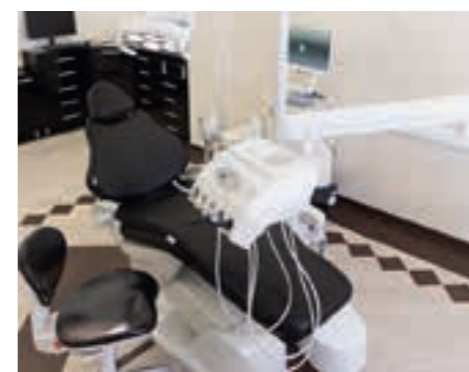
Современные технологии в «Cosmodent» используются на каждом этапе лечения: в клинике для всех

СТОМАТОЛОГИЯ:

- безболезненное лечение
- имплантация зубов
- исправление прикуса
- комплексная диагностика
- отбеливание зубов
- эстетическое протезирование
- профессиональная гигиена

КОСМЕТОЛОГИЯ

- омолаживание кожи
- коррекция морщин
- лифтинг
- моделирование лица
- моделирование губ
- лечение угревой сыпи
- устранение пигментных пятен
- послеоперационное восстановление
- эпиляция
- массаж



специалистов предусмотрены отдельные кабинеты с самым высокотехнологичным оборудованием. Кресла оснащены матрасами с памятью формы, каждый пациент при очередном посещении чувствует себя комфортно. Врачи используют электронную анестезию и общий наркоз — лечение является абсолютно безболезненным даже в самых непростых случаях.

Авторский комплекс

— Широкий спектр услуг — еще одна сильная сторона клиники «Cosmodent». На сегодняшний день в ней представлены все актуальные направления стоматологии и косметологии, — продолжает Гурген Хачатрян.

Наши специалисты — это опытные профессионалы, которые постоянно проходят переподготовку и повышение квалификации, совершенствуя свое мастерство. Результаты работы клиники по праву можно назвать авторскими.

Идея создать комплексно направленную клинику не случайна: стандарты красоты и здоровья с каждым годом становятся все выше. Без красивой и здоровой улыбки нет молодого и ухоженного лица. Поэтому, для удобства наших клиентов мы объединили стоматологические и косметические услуги в одном месте, создав неповторимый по своей оснащенности и уровню специалистов комплекс Cosmo&Dent.

Косметология клиники «Cosmodent» — это два полностью оборудованных кабинета, разделенные по направлению ухода за лицом и телом; широкий выбор косметических линий европейских марок по уходу, лечению и омоложению; штат врачей-косметологов, обладающих высоким уровнем компетенций и самым важным для пациентов — опытом.

В итоге по своим услугам клиника «Cosmodent» уникальна и неповторима в своем исполнении. Мы сделали для удобства наших клиентов всё и даже больше.

— Наша философия — в осознании того, что нет предела совершенству. Мы уверены, когда человек «надевает» на себя красивую улыбку, он снимает с себя множество комплексов, — заключает главный врач. — Создавая здоровые улыбки и красивые лица, мы стараемся делать жизнь наших пациентов комфортнее и открывать им новые горизонты.

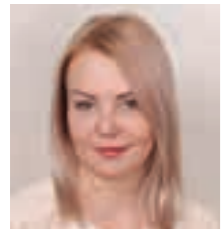


Иркутский тракт, 5,
тел. 202-332, cosmodent.su

Молодость за 4 шага

Сегодня среди невероятных возможностей современной косметологии в сфере омоложения любой женщины можно подобрать процедуру, которая, подойдет ей по всем основным параметрам. Эффективность, неинвазивность, безопасность, комфорт, а также минимальный период реабилитации — все эти качества соединяет в себе поистине уникальная и революционная лазерная система Fotona.

Совсем недавно аппарат последнего поколения Fotona пополнил арсенал современного оборудования медицинской SPA-клиники «Живой стиль». Fotona SP Dynamis дает возможность проведения более 50 видов эксклюзивных лазерных процедур по лицу и телу. Теперь томичкам стала доступна и новая технология Fotona 4D, объединившая в себе комбинацию четырех лазерных методик в рамках одной процедуры для получения максимального эффекта омоложения лица. Специалисты клиники пригласили нас не просто познакомиться с действием Fotona, но и дали возможность проследить за процессом работы этого лазера, пригласив в качестве модели своего постоянного клиента, томского дизайнера одежды Яну Колесникову.



ЯНА КОЛЕСНИКОВА:

— Как любая женщина я достаточно много времени уделяю уходу за собой, стараюсь

следить за всеми новинками косметологии. Считаю, что выглядеть достойно в наше время должна и может каждая из нас, поэтому всегда нахожу время, чтобы зайти в клинику «Живой стиль» — иногда прямо с процедур отправляюсь на работу.



ВАЛЕРИЯ СОЛЯТОВА,
врач-косметолог
клиники «Живой стиль»:

— Прежде чем пойти навстречу пожеланиям клиентов или дать им медицинские рекомендации, мы считаем необходимым обязательное проведение диагностики кожи лица. На основании полученных результатов даются комплексные рекомендации. У Яны очень хорошее состояние кожи, но есть некоторые заметные возрастные изменения, которые легко можно исправить. И в этом нам поможет наш новый универсальный лазер.

На сегодняшний день технология 4D — лучшая альтернатива операционному вмешательству. Четырехэтапное послойное омоложение дает возможность максимального воздействия на всех уровнях дермы, подкожно-жировой клетчатки, связочного аппарата. Для достижения идеального результата мы рекомендуем выполнить три процедуры (по одной в месяц). Перед процедурой всегда успокаиваем клиентов, которые имели неприятный опыт знакомства с прежними поколениями лазеров, предупреждая, что на этот раз они не испытают никаких болезненных

или дискомфортных ощущений — на нашем оборудовании установлена отличная система охлаждения и обдува.

Хочу добавить, что это одна из процедур, которая имеет минимальное количество противопоказаний для ее применения. Ни «уколы красоты», ни филлеры, ни мезонити, ни другие аппаратные методики не являются препятствием для ее проведения.

Очень важно, что технология Fotona 4D обладает ярко выраженным пролонгированным действием. Первые результаты, конечно, видны уже сразу после процедуры, но ее эффект идет



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



На сегодняшний день **ТЕХНОЛОГИЯ 4D** — это лучшая **АЛЬТЕРНАТИВА ОПЕРАЦИОННОМУ** вмешательству.

по нарастающей еще в течение месяца. Значительным позитивным изменениям подвергнется средняя и нижняя трети лица: приподнимется овал лица, вернется обратно «треугольник молодости». Эффект лифтинга, плотная сияющая кожа, сужение пор, исчезновение сосудов — это далеко не все уникальные anti-age возможности лазера нового поколения.

ЯНА КОЛЕСНИКОВА:

— Признаюсь честно, испытывала некоторые сомнения, когда мне пред-

ложили пройти омоложение на лазере Fotona. Раньше я уже сталкивалась с лазерной терапией — были болезненные ощущения во время процедуры, а после ее окончания лицо покраснело и горело в течение двух часов, а отек спадал в течение четырех последующих дней. Да, эффект потом был, но чего мне это стоило! А сейчас я не испытывала никакого дискомфорта, и лицо лишь слегка порозовело. С нетерпением буду ждать первых результатов!

1. После предварительного очищения мы приступаем к первому этапу. Он заключается в воздействии лазером через слизистую полости рта. Прогревая связки, которые укрепляют ткани, мы делаем их более короткими и плотными, что позволяет вернуть опустившиеся ткани на место и восстановить овал лица.

2. Начиная со второго этапа, мы работаем по поверхности кожи, а необходимый эффект достигается при помощи смены насадок. На данной стадии идет работа над дермальным омоложением, восстанавливая коллагеновый каркас: в результате процедуры восстанавливается тонус и плотность тканей.

3. На третьем этапе мы воздействуем на все слои кожи вплоть до подкожно-жировой клетчатки, активируя путем прогрева обменные процессы. Также возможно локальное липолитическое воздействие на область второго подбородка.

4. На финальном, четвертом, этапе работаем с эпидермисом, достигая эффекта гладкой, ровной и сияющей кожи.

В заключение лицо обрабатывается восстанавливающим кремом. Отдохнув несколько минут, наша пациентка вполне может отправиться по своим делам — легкое покраснение и небольшая отечность спадают буквально в течение ближайших полутора часов.

Спустя неделю:

Невероятный эффект от этой лазерной процедуры превзошел все мои ожидания! Абсолютно гладкая матовая кожа, идеальный цвет лица! В зеркале я вижу совершенно иное отражение: уже сейчас заметно, как изменился и подтянулся овал лица. Договорилась с врачом, что обязательно сделаю полный курс на Fotona — пройду еще 2 процедуры!



г. Томск, ул. Гоголя, 55 (район Буфф-сада), тел. 468-468, живоистиль.рф



КРИСТОФ РОБЭН — О СОЗДАНИИ ЛИНИИ
ДЛЯ ПРИДАНИЯ ОБЪЕМА ВОЛОСАМ
С ЭКСТРАКТОМ РОЗЫ

Я больше года тестировал лучшие варианты формул на волосах моих самых требовательных клиентов, собирал их беспристрастные отзывы и мнения, чтобы в конечном счете получить тот самый высокий результат, который можно сформулировать одним словом — «великолепно». При создании Gamme Rose моей целью был идеальный баланс между уходом за волосами и защитой цвета. Я верю в полезные свойства натуральных ингредиентов и их новые качества, которые открываются благодаря научным исследованиям.

Орден розы

Новые средства для придания объема волосам Gamme Rose от французского бренда Christophe Robin, который выбирают Катрин Денев, Натали Портман и Леа Сейду.



Часто шампуни и кондиционеры для придания объема содержат спирт и другие ингредиенты, которые быстро придают волосам объем, но при этом разрушают цвет, вымывают пигмент. Со средствами из новой коллекции для придания объема волосам с экстрактом розы от Christophe Robin с вашими волосами точно ничего подобного не случится. Марка специализируется на уходе за окрашенными волосами. Ее основатель — колорист с 20-летним стажем Кристоф Робэн: ему доверяют уход за своими волосами звезды Натали Портман, Леа Сейду, Катрин Денев и Кайли Миноуг. Кристоф делает ставку на растительные ингредиенты, которые эффективно ухаживают за локонами, но бережно воздействуют на цветные пигменты в структуре волос. Три розовых экстракта — главные ингредиенты новой Gamme Rose. Масло шиповника, полученное методом холодного отжима семян, богато жирными кислотами Омега-3, 6, 9, витаминами E и K. Розовая вода из розы центифолии (для 1 литра нужен 1 килограмм лепестков!) обладает увлажняющими и успокаивающими свойствами. Глицериновый экстракт из розы галлики, полученный методом дистилляции цветка с растительным глицерином, отвечает за восстановление и питание. В линию продуктов входят шампунь, кондиционер и дымка для волос. Средства придают волосам продолжительный объем, но не пересушивают, сохраняют свежесть цвета, а также успокаивают кожу головы. Бонус — восхитительный аромат роз.

ЛАЗЕРНАЯ ЭПИЛЯЦИЯ

гладкая кожа без усилий



-30%

на абонементы

до 26.03.2016



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

- ✓ Без боли
- ✓ Безопасно
- ✓ Быстро
- ✓ Навсегда



запись по телефону:
22-95-65

г. Томск, ул. Советская, 69, www.medicalg.ru

Главный день

Прическа: Ксения Копылова, студия красоты «КУКЛА»
Make-up: Юлия Верховская, студия красоты «КУКЛА»
Платье: Студия свадебного стиля «Платье Невесты»
Букеты: Цветочная мастерская «Лейка»
Фотограф: Кристина Гореликова



Студия свадебного стиля
«Платье Невесты»,
ул. Сибирская, 56, тел. 50-06-56



Студия красоты
КУКЛА
ул. Сибирская, 56,
тел.: 71-33-22, 22-66-28,
kukla.tomsk.ru



Dream-team профессионалов

Подобно тому, как скульптор создает из мрамора шедевр, отсекая все лишнее и доводя до совершенства, так современная косметология позволяет найти и сгладить изъяны, изменить несовершенства, «вылепить» настоящую красоту.

О новом томском Центре клинической и реконструктивной косметологии «Пластика», а также о том, как создается идеальная внешность, рассказывает ее директор, ведущий специалист, врач-косметолог Ксения Варлачёва.

— В нашем медицинском центре собрались одни из самых лучших специалистов, универсальные врачи-косметологи, каждый из которых может предложить пациенту весь спектр косметологических услуг, — говорит Ксения Анатольевна. — Мы часто сталкиваемся с тем, что пациент сам «знает», что ему нужно. Но, как правило, он ошибается, так как видит только поверхностные изменения. Мы предлагаем клиенту не услугу, а комплексную программу, в которую будет включено все необходимое

— от консультации и диагностики до лечения и реабилитации. В зависимости от возрастной категории (например, 15 лет или 60+) мы с коллегами — врачами-косметологами, дерматологами, гинекологами-эндокринологами и хирургами разработали программы омоложения, которые считаются наиболее безопасными и в то же время эффективными. Привожу пример: 15+ Диагностика и лечения акне, химические пилинги, мезотерапия, плазмолифтинг, микродермобразия, шлифовка пост-акне. Или 60+ Инъекционные методики: контурная пластика носогубных складок, ботулинотерапия, омоложение на клеточном уровне пептидными препаратами, объемное моделирование, нитевой лифтинг Artos и т.д.

Мы готовы предложить своим клиентам всю линейку представленных на рынке методик, исходя из его индивидуальных особенностей.

Исключение в этом вопросе, пожалуй, только одно: принципиальной позицией косметологов «Пластика» является использование косметики HydroPeptide (США) — профессиональной антивозрастной марки премиум-класса. Она благодаря сложным комби-

нациям пептидов позволяет добиваться уникальных возможностей в управлении процессами, протекающими в коже.

Главный акцент в своей деятельности специалисты «Пластика» планируют делать на лифтинговые процедуры, и здесь стараюсь работать на опережение:

— В марте впервые в Томске на нашей площадке будет проходить обучение работе на нитях Artos, — рассказывает Ксения, — Нити Artos в косметологии — это редкость, в Томске сегодня с ними работают в основном хирурги, а наши специалисты уже обучены данной методике и проводят эти процедуры. Мы стараемся идти на шаг впереди аппаратных и инъекционных методик, хотим, чтобы наши пациенты получали только лучшее. И в нашем Центре на сегодняшний день работает команда отличных профессионалов-косметологов, поэтому я уверена, что намеченные нами цели удастся осуществить.

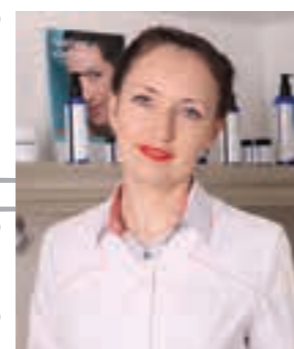
Еще мне бы хотелось от имени своих коллег и от своего тоже поблагодарить всех учителей, которые помогали нам в нашем профессиональном становлении: и преподавателей, и тех замечательных томских специалистов, с кем начинали работать в сфере косметологии.

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



ИННА АЛЕКСАНДРОВНА ПУРЛИК,
главный врач, ведущий специалист Центра «Пластика»

Опыт работы в косметологии более 10 лет
Неоднократный участник международных конгрессов в области эстетической медицины.
Основной принцип работы: лечебный и высокопрофессиональный подход к решению эстетических и возрастных изменений. Кредо: «Внешняя красота и ухоженный вид — это открытое рекомендательное письмо, заранее завоевывающее сердца».



НАТАЛЬЯ ГЕОРГИЕВНА МАЙЕР,
врач-дерматовенеролог, косметолог Центра «Пластика»

Опыт работы более 7 лет
Считает, что прекраснее естественной красоты ничего нет! Кредо: «Красота — как драгоценный камень, чем она проще, тем драгоценнее» (Фрэнсис Бэкон).

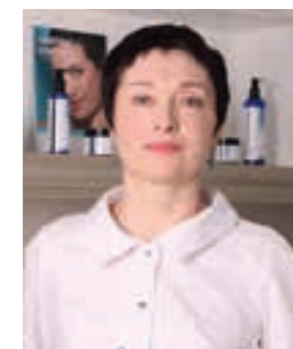


ВАСИЛИСА ВЛАДИМИРОВНА ЖДАНОВА,
главный менеджер Центра «Пластика»

Окончила экономический факультет ТГУ. Кредо: «Красота, как эстетически совершенная категория, не нуждаясь в жесткой регламентации, требует соблюдения принципов гарантий, поддержки и гармонии».



МАРИНА КОСТИНА,
визажист-бровист, мастер по прическам, визажист участников проекта «Голос» (3-й сезон)



ИРАИДА ЛЕОНИДОВНА ПОПОВА,
ведущий специалист Центра «Пластика»

Опыт работы в косметологии более 15 лет
Окончила СибГМУ, работала терапевтом и эндокринологом Оймяконской ЦРБ, затем в поликлинике ТНЦ СО РАН. В работе — интересы клиента на первом месте, стремится постоянно совершенствоваться профессионально и личностно. Кредо: «Я стараюсь относиться к людям так, как хотела бы, чтобы относились к ней мне».



ДАРЬЯ ИГОРЕВНА КВАЧ,
врач-дерматокосметолог Центра «Пластика»

Молодой специалист
Окончила лечебный факультет СибГМУ
Цель ее жизни — дарить женщинам красоту. Кредо: «Профессионализм, саморазвитие и кропотливый труд важны во всем».



МАРИЯ ПОТАПОВА,
администратор Центра «Пластика»

Кредо: «Все свое тепло и заботу я с удовольствием дарю нашим пациентам и коллегам».

В марте впервые в Томске на нашей площадке будет проходить обучение работе на нитях Artos

Пластика
центр клинической и реконструктивной косметологии

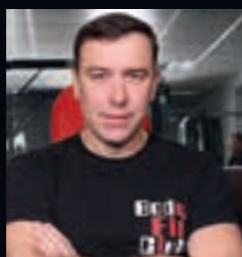
ул. Учебная, 7,
тел.: 23-55-66, 8-909-543-55-66



Клуб чемпионов

В этом тренажерном зале постоянное оживление: заряжающие своей энергией тренеры, довольные посетители, уходящие с занятий только с позитивным настроением. Однако клиенты Body Fit Club приходят сюда совсем не для развлечения. Одни готовятся к чемпионатам, другие совершенствуют свои формы и укрепляют здоровье.

Мы узнали у его руководства и ведущих тренеров, как клубу удается в течение многих лет быть среди лидеров томского фитнес-движения.



СЕРГЕЙ ЛЕНОК,
управляющий
Body Fit Club

— Осенью 2015-го нашему клубу исполнилось 12 лет, так что он по праву

считается одним из старейших в Томске! У нас много поводов для гордости за Body Fit Club: в первую очередь это наши преподаватели, чемпионы всевозможных турниров — томских, российских, мирового Первенства, «Мисс Вселенная», а также, конечно, установленные у нас современные тренажеры высокого уровня. Естественно, наличие медалей и призов для большинства — это не главное, для них

занятия в Body Fit Club — просто неотъемлемая часть жизни. Люди все чаще приходят к убеждению, что в любом возрасте надо постоянно поддерживать себя в тонусе, а регулярные тренировки помогают сохранять хорошую форму и бодрость как можно дольше. Моя цель как руководителя клуба — собрать в Body Fit Club именно тех клиентов, которым интересно заниматься в зале, тех, кто мыслит с нами одинаково, кому у нас будет комфортно. Поэтому стремимся сохранять здесь домашнюю и уютную атмосферу: люди друг друга знают и с удовольствием общаются.

Сегодня основными направлениями Body Fit Club стали фитнес и бодибилдинг. Теперь заметна новая интересная тенденция: раньше в зал в основном приходили мужчины, сегодня на тренировках все больше девушек. У нас многие клиенты занимаются с персональными тренерами — в этом случае результат приходит значительно быстрее. Тем, кому хочется добиться красивых мышц и более тонкой талии, без помощи тренера очень тяжело. Именно он обратит внимание на правильное питание и подберет эффективные упражнения.

У нас нет цели создать «мегапрестижный», модный зал. Мы просто постоянно развиваемся, радуем своих давних клиентов, привлекаем новых. Новичкам, прежде не занимавшимся в зале, мы рады не меньше, чем спортсменам с серьезными целями. Наши двери открыты для всех!



ВИТАЛИЙ ВАСИЛЕНКО,
персональный тренер,
трехкратный чемпион России,
абсолютный чемпион Томской области

— Я помогаю людям стать красивыми. Задачи у каждого свои: кто-то хочет похудеть, кто-то накачаться. В первом случае эффект будет виден уже через 2-3 недели. Если надо нарастить мышцы, то ждать придется дольше — от 3 до 6 месяцев.

Сегодня пожелания клиентов изменились: иметь «огромные» мышцы, массивное тело уже никто не хочет, в моде сухое, подкачанное тело. Есть и те, кто приходит целенаправленно заниматься ради своего здоровья.

Я работаю в Body Fit Club с самого открытия. Здесь я вырос как тренер, состоялся как чемпион. Для меня лучше, чем Body Fit Club, нет места, ведь здесь собраны лучшие тренеры. И хотя в Body Fit Club много чемпионов, никто никогда не страдал звездной болезнью. У нас замечательный коллектив!



АРТЕМ НЕГРЕЙ,
тренер,
чемпион Томской области

— Мои направления — это силовые виды спорта: бодибилдинг, русский жим. Моя задача адаптировать людей к тренажерному залу, обучить правильной технике, подобрать нужную нагрузку, продумать питание. Важно также, чтобы у моих клиентов было хорошее настроение, и спорт здесь — незаменимый помощник: при тренировках выделяется гормон удовольствия эндорфин. Уверен, когда человек хорошо выглядит, когда он подтянут, он в себе уверен, у него больше шансов добиться своей цели

СПОРТСМЕНОВ мы успешно ТРЕНИРУЕМ благодаря своей большой наработанной БАЗЕ, собранной ИНФОРМАЦИИ, опыту.

в любой сфере. В нашем виде спорта нет ограничений по возрасту: с 14 лет и примерно до 65 можно интенсивно тренироваться с отягощением. У людей постарше другие программы, на износ никто не работает, главное, чтобы мышцы были в тонусе, а давление нормальным. Актуальные для клиента задачи помогают решать и тренеры с большим опытом работы, и современное оборудование.



ЛИЛИЯ КОХМАН,
персональный тренер,
мисс Вселенная

— Поскольку я работаю только с девушками, одно из основ-

ных направлений моей деятельности — тренировки участниц соревнований фитнес-бикини по позированию, где они могут показать сильные стороны своей фигуры. Важная часть моей работы — решение проблем со здоровьем у моих клиентов. Неправильная осанка, сформированная в детстве, часто со временем приводит к развитию сколиоза. Если закачивать нужные мышцы, то удастся добиться красивой спины. Другие страдают от ожирения, вызванного неправильным питанием в юности, и отправляются в зал, только став постарше. С тренером-девушкой «пышкам» более комфортно заниматься, они не так сильно комплексуют и стесняются. Меня саму в Body Fit Club привлекает атмосфера уюта, сплоченность тренеров, дружеское общение. Так же считают и наши клиенты.



ВЛАДИМИР ВОРОБЬЕВ
тренер,
многократный призер Чемпионата России,
двукратный

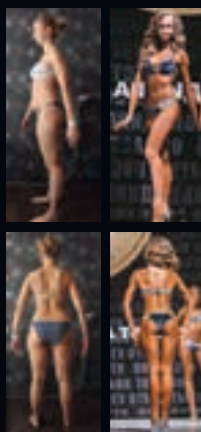
абсолютный чемпион России и Восточной Европы, трехкратный абсолютный чемпион Томской области

— Цели у каждого клиента свои. Спортсменов мы успешно тренируем благодаря своей большой наработанной базе, собранной информации, опыту. Если человек хочет стать чемпионом, он уже подготовлен и в какой-то степени мотивирован заниматься. Наша задача — помочь ему скорректировать недостатки, убрать определенные проблемы. С некоторыми особенно легко: говоришь, что надо делать, и порой даже приходится их останавливать. Спортсменам приятно заниматься в клубе, где самая титулованная команда тренеров в Томске. Те, кто приходит к нам готовиться к турнирам, потом обязательно начинают побеждать на соревнованиях.

Если человек пришел в Body Fit Club, он никогда не останется разочарованным. Главное — это следовать нашим рекомендациям!

Body Fit Club

ул. Белинского, 15 а, тел. 53-40-84,
www.bodyfitclub.ru



АЛЕКСАНДРА ЛЕСНИКОВА

Я пришла в Body Fit Club за полгода до свадьбы с целью сбросить вес. Но моей задачей было не только похудение, но и формирование красивого, спортивного тела. Для большего стимула мы с моим личным тренером Дмитрием Бакранем решили поставить меня в максимально жесткие рамки, поэтому и стали готовиться к соревнованиям по фитнес-бикини. Через 8 месяцев после начала тренировок я уже выступала на Открытом чемпионате в Омске — к тому времени мной было сброшено 20 кг: с 68 до 48. Сейчас я увлекаюсь спортом всерьез и продолжаю участвовать в соревнованиях, а Body Fit Club стал моим вторым домом: здесь я тренируюсь 5-6 раз в неделю, а перед выступлениями на турнирах — по два раза в день. Занимаюсь с большим удовольствием, спорт — это эндорфин! Меня часто знакомые спрашивают: «У тебя много работы, как же ты находишь время на постоянные тренировки?» Отвечаю, что в Body Fit Club я отдыхаю, погружаясь в атмосферу спорта, и все остальное кажется неважным!

ВАША ВНЕШНОСТЬ — ЛУЧШИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ УСПЕХА!

ДЛЯ НЕГО

Лайф-коучинг
Жизнь эффективнее (за 1 сеанс)

Восстановление молодого лица

- естественный результат
- порционное сходство с молодым лицом
- эффект на годы
- без операций и реабилитации
- не имеет аналогов

Аппаратные и инъекционные методики премиального класса

- Эффективное решение всех косметологических проблем:
- частого бритья
- повышенного потоотделения
- ЦУХЕ-программа ухода и омоложения лица
- без реабилитации и боли
- уменьшение объема живота до 12 см за сеанс

Эндокринология

- лечение и контроль сахарного диабета, заболеваний щитовидной железы
- заместительная гормональная терапия

Дерматовенерология

- под контролем ведущих специалистов города

Диетология

- эффективное снижение и контроль веса
- без подсчета калорий
- без голодания
- только индивидуальный подход

Анти-age терапия

- обследование организма
- восстановительные капельницы

Склеротерапия

- удаление сосудистых звездочек без операции на ногах

ДЛЯ НЕЕ

Лайф-коучинг
• порядок в мыслях и жизни за 2 часа
• семейная психотерапия

Восстановление молодого лица

- порционное сходство с молодым лицом
- эффект на годы
- без операций и реабилитации
- не имеет аналогов

Аппаратные и инъекционные методики премиального класса

- эффективное решение всех косметологических проблем
- ЦУХЕ-программа ухода и омоложения лица и тела

Эндокринология

- лечение и контроль сахарного диабета, заболеваний щитовидной железы
- заместительная гормональная терапия

Дерматовенерология

- под контролем ведущих специалистов города

Диетология

- эффективное снижение и контроль веса
- без подсчета калорий
- без голодания
- только индивидуальный подход
- программы для беременных

Анти-age терапия

- обследование организма
- восстановительные капельницы

Элитная платформа VIP LINE

- уменьшение объема до 12 см за 20 минут
- коррекция до 6 зон одновременно
- подтяжка груди до 15 см
- образцовая попка
- плоский живот

Эстетическая гинекология

- без операций
- быстрое восстановление после родов
- усиление оргазма
- увеличение чувствительности точки G
- гормональная зона ИФВ

Склеротерапия

- удаление сосудистых звездочек без операции на ногах

**ПОДАРОЧНЫЕ
СЕРТИФИКАТЫ
НА ЛЮБУЮ
СУММУ**

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

IV (INTRA VENOUS) ТЕРАПИЯ

ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ КАПЕЛЬНИЦЫ В КЛИНИКЕ «ИДЕАЛЕ»

ТРЕНД
2016!

Успешные люди крупнейших мегаполисов мира научились жить на 100%, не теряя времени на усталость, снижение активности, восстановление после физических и психологических нагрузок, авиаперелетов, депрессию. А инстаграм Мадонны, Рианны, Кары Делевинь, Келли Осборн, Кристины Орбакайте и других звездных селебрити все чаще пестрит фотографиями с восстановительными капельницами.

Такой бум на восстановительные капельницы объяснить достаточно легко: за короткий срок можно не только насытить организм витаминами, микроэлементами, антиоксидантами и другими активными веществами (которые при приеме внутрь попросту не усваиваются или разрушаются), но и «отмыть» организм от накопившихся токсинов. Благодаря чему происходит мгновенное оздоровление и омоложение всего организма.

Клиника «Идеале» впервые представила восстановительные капельницы в Томске!

■ КАПЕЛЬНИЦЫ С ГЛУТАТИОНОМ

Глутатион является мощнейшим антиоксидантом в нашем организме, он защищает каждую клетку организма от свободных радикалов. Именно от него зависит, с какой скоростью мы с вами стареем и сколько еще мы проживем здоровыми. Американскими учеными давно доказано, что недостаток глутатиона в клетках — это главная причина быстрого старения. Капельницы с глутатионом позволяют не только оздоровить и омолодить организм, но и значительно улучшить внешний вид, восстанавливая кожу и устраняя пигментацию.

■ DETOX-КАПЕЛЬНИЦЫ

Для быстрого восстановления сил, лечения синдрома хронической усталости, депрессии, снятия различных видов интоксикации после болезней, приема алкоголя, курения, авиаперелета и смены часовых поясов.

■ БЬЮТИ-КАПЕЛЬНИЦЫ

Комплексное насыщение организма витаминами, пептидами для сияния кожи, роста волос и ногтей.

■ LAENNES-КАПЕЛЬНИЦЫ

Мощнейшее омоложение организма препаратом экстракта плаценты.

■ COMPLEX-КАПЕЛЬНИЦЫ

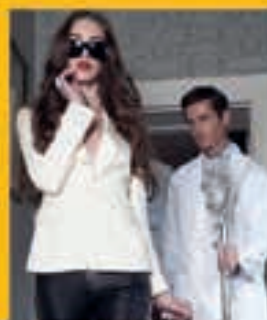
Насыщение организма витаминами, укрепление сосудов головного мозга и сердца, детоксикация.

■ COMPLEX + ГИРУДО

Комплексное оздоровление сосудов головного мозга и сердца, детоксикация, насыщение витаминами в сочетании с гирудотерапией.

**Сколько стоит один день твоей жизни,
чтобы терять его?**

Будь всегда в форме! ЖИВИ НА 100%!



**Курс от 2 до 6
сеансов, состав
капельницы подбира-
ется строго индиви-
дуально специали-
стами Клиники!
Всю весну
СКИДКА 15%
на все восстанови-
тельные капельницы!**

Одна моя знакомая борется с бессонницей и стрессом, посещая раз в неделю спеца из Пекина, который почти не владеет русским, зато в совершенстве владеет техникой массажа кунье. Другая модному соковому детоксу предпочла китайские фиточаи. Третья больше не ходит на бизнес-ланч в кафе, а приносит в офис контейнер с макробитическим питанием по системе «инь и ян». Сегодня для того, чтобы достичь того самого равновесия, к которому стремятся и китайские мудрецы, и жители мегаполи-

совмещать с травяными настоями для снижения аппетита, а лучше — с акупунктурой: воздействие на точку чжунь-вань (на животе) и на точку тай-си (на лодыжке) из любого сделает малоежку. А если вам досталась конституция под названием «Недостаток энергии инь», то для быстрого снижения веса вам просто необходимо снизить уровень стресса и нормализовать сон — для этого тоже существуют и фитопрепараты, и акупунктурные точки. Об этом мне рассказывает доктор **Юй Бо, специалист клиники китайской медицины «Природа жизни»**, имеющий

таний основных типов. Будьте уверены: ваш личный конституционный тип будет описан максимально точно, а названия типов очень конкретны и домыслов не предполагают (то есть к стихии ветра вас здесь точно не припишут). Например, если ваш диагноз — «Недостаток энергии» плюс «Застой крови» (свойственный обычно людям худощавого сложения), то доктор объяснит, что от «пары килограммов к лету» вам нужно избавляться очень осторожно, во время детокса пить больше горячих напитков со специями и имбирем, а усиленные занятия спортом

Скажи детоксу «Дао»

Детокс и диета по системе «инь и ян» поможет обрести не только физиологический баланс, но и душевное равновесие.

Текст: Марина Дивич

сов, вовсе не обязательно читать мантры по утрам или постигать основы даосизма. Нам предлагают новый путь к балансу, простой и понятный: через детокс и диету, которые помогут восстановить гармонию на физиологическом уровне. А там уж и до душевного равновесия — рукой подать: вот уже и журнал «Американской медицинской ассоциации» подтверждает, что скопление токсинов в печени заставляет раздражаться по пустякам. Китайские доктора, опиравшиеся на собственный опыт и даосское учение о балансе инь и ян, догадались об этом много веков назад.

ДЕТОКС И БАЛАНС

Если ваш тип конституции — «Жар в желудке», то любые диеты вам следует

научную степень Чанчуньского Университета традиционной китайской медицины, где изучал лечение заболеваний обмена веществ с методами акупунктуры и массажа. «В последние годы проблема снижения веса стала очень актуальна в Китае, — говорит Юй Бо. — Китайская медицина предлагает здоровый способ снижения веса, который параллельно оздоравливает организм, нормализует психическое и эмоциональное состояние пациентов».

Итак, китайский детокс начинается с определения типа вашей конституции. Это немного похоже на аюрведу с ее ватой, питтой и капхкой, но в китайской медицине все намного подробнее. Китайцы выделяют 9 основных типов конституции — плюс промежуточные, которые складываются из разных соче-

так и вовсе исключить из расписания — займитесь йогой, пилатесом или, скажем, китайской ходьбой спиной вперед. Для упомянутого типа «Жар в желудке» главное — справиться с перееданием: в этом случае гиперфункция желудка провоцирует постоянное чувство голода, жажды да и вообще природную любовь к гастрономии. Тип «Застой в печени» должен при повышении веса обращать внимание на эндокринные сбои, а тип «Сырость и слизь» — на скопления жидкости, внутренние отеки.

Главный помощник доктора при определении конституции — вовсе не ваши внешние данные, а пульсовая диагностика. Как объясняет Юй Бо, опытные доктора китайской медицины умеют выявлять 28 характеристик пульса. Ока-



зывается, пульс может быть не просто «120 ударов в минуту в аэробной зоне», а еще и поверхностным, тонким, мягким, лукообразным, рассеивающимся и даже липнущим. Врач исследует пульс на каждой руке и на обеих руках одновременно.

Тем, кто хочет больше понять про китайскую медицину, пригодятся понятия «ци», а также «инь и ян». Никакой эзотерики: в последние годы официальная наука подтвердила достижения ученых древнего Китая. Энергия ци (которая, как говорят китайские ученые, циркулирует в теле по каналам меридианов) — ни что иное, как биоэлектричество: сегодня всем известно, что электрические импульсы передаются от рецепторов к нейронам мозга и от нейронов мозга — к мышцам. Китайская рефлексотерапия воздействует как раз на точки, где скапливаются нервные окончания, чтобы восстановить «электроцепи» тела — и стимулировать движение ци. А инь и ян — это про гомеостаз и взаимосвязь всех систем организма, о которой китайцы догадались много веков назад.

В каждом случае доктор делает свои назначения: кому-то — фитосбор с китайскими растениями (компоненты имеют максимальную биологическую совместимость с организмом человека!), кому-то — пилюли «Шесть вкусов земли желтой», кому-то — иглоукалывание, а кому-то — прогревание акупунктурных точек. А еще, конечно, рекомендации по диете: здесь тоже есть свои особенности. Все продукты делят на теплые и холодные, на их выбор влияет время суток и время года, а принцип «лечение через питание» подразумевает добавление в пищу специй, прописанных врачом. К освежающим или холодным продуктам относят, например, рис, огурцы и манго, а к теплым — овес, базилик и персики. Говорят, что с помощью правильно подобранной «холодной» диеты можно даже успокоить чересчур активных детей. А вот взрослым, которые хотят меньше уставать и больше успевать, стоит себя в них ограничивать. Впрочем, доктор Юй Бо предостерегает от самостоятельного составления диет-плана, а тем более — подбора фитосборов: «И систему питания, и фитопрепараты должен подбирать врач, — подчеркивает он. — В Китае мето-

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

Чистовье

качество в чистом виде



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ

ОБЪЕДИНЕННАЯ СИСТЕМА ДЛЯ ПРОЦЕДУР

ОДНОРАЗОВЫЕ РАСХОДНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Российский производитель
 одноразовых расходных материалов,
 а также представитель известных брендов
 для индустрии красоты и здоровья.
 Опыт работы более 10 лет.

г. Томск, пр. Мира, 13/3
 тел.: 32-05-56, 22-83-60

www.chistovie.ru

дами традиционной медицины успешно излечивают довольно сложные заболевания, это сильная система, и это работает. Но для должного эффекта назначения должны быть предельно точными и включать диагностику». К тому же, доктор пропишет приятное дополнение к диете — фитованны и массаж кунье с маслами, подобранными по конституциональному типу.

МАКРОБИОТИКА: ИНЬ И ЯН

Логичное продолжение истории про равновесие инь и ян — макробиотическая диета, которая появилась в Японии почти сто лет назад, но корни имеет китайские: за основу взяли пришедший из Китая даосизм. Сегодня одна из самых знаменитых сторонниц макробиотического питания — Мадонна: у нее даже есть повар, специализирующийся на макробиотической кухне (и издавший на эту тему не одну книжку — ищите в

сети Маюми Нишимуру). В России среди сторонников макробиотики — редактора журналов, фитнес-блогеры и телеведущая Юлия Бордовских: она даже провела неделю в международном центре, где обучают правильному питанию по системе известного пропагандиста макробиотики Митио Куси.

Цель макробиотического питания — баланс между кислотной (инь) и щелочной (ян) средой в организме. Поэтому все продукты делятся на те, которые обладают инь-свойствами, и на те, которые — Ян. К лагерю «инь» приписываются продукты с высоким содержанием калия, к лагерю «ян» — с высоким содержанием натрия. Для того, чтобы поддерживать в организме нужный баланс, нужно, во-первых, составлять рацион с учетом равновесия инь и ян составляющих, а во-вторых — избегать сильных инь и ян продуктов.

Вот как это выглядит на практике. Основу рациона (40–70%) составляют злаки — конечно, цельные: от бурого

риса или гречки до киноа и булгура. К ним не возбраняется добавлять овощи (20–30% рациона), супы (10%) и иногда — мясо птицы. Фрукты, десерты, мясо, рыба и сыры под запретом: это продукты с сильно выраженными кислотными и щелочными свойствами, которые, как считают приверженцы макробиотики, вносят в организм дисбаланс.

Джордж Осава — японец, который сделал из макробиотики культ и привез эту систему питания в США, — искренне верил, что при помощи правильного сочетания инь-ян продуктов можно вылечить все болезни (сам он утверждал, что макробиотика помогла ему победить туберкулез). Мадонна считает, что макробиотическое питание помогает ей поддерживать идеальный микробный баланс в ЖКТ. А новый всплеск интереса к макробиотике связан с окислительной теорией старения, которая доказывает: идеальное кислотно-щелочное равновесие в организме — ключ к долгой молодости. ♡

Сила Токио

Японский подход к красоте — это новаторские технологии плюс тщательно подобранные ингредиенты, которых не найдешь в составе европейских средств. И неважно, идет речь о кремах, сыворотках или биодобавках.

- Средства **MT Metatron** относятся к категории "космецевтика", а значит — содержат активные компоненты в высокой концентрации и должны подбираться дерматологом. Увлажняющий крем с эффектом лифтинга MT Metatron ускоряет синтез коллагена благодаря DMAE и карнозину, а регенерации кожи помогает масло рисовых отрубей.
- Сыворотка **Japan Gals Pure beau essence** от бренда **Japonica** содержит золото, которое встраивается между клетками и становится проводником питательных веществ. Также в составе — гиалуроновая кислота, витамин С и эффективный отбеливающий компонент арбутин, ведь японки помешаны на светлой коже.
- В состав биологически активной добавки **KWC «Морские водоросли»** входят самые популярные в Японии водоросли: японская ламинария, мэкабу и аунори. Средство не просто поставяет в организм витамины и микроэлементы, но и выводит радионуклиды, тяжелые металлы, а также защищает от свободных радикалов, замедляя процесс старения.



ДАННЫЙ ПРОДУКТ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



КУПИТЕ МОЛОДОСТЬ ВМЕСТО ОЧЕРЕДНОГО ПЛАТЬЯ

Как и в fashion индустрии, в косметологии каждый сезон появляются новинки с уникальным составом и универсальными формулами.

Мы предлагаем вашему вниманию самый модный и самый эффективный препарат для биоревитализации и омоложения дермы. Препарат RENOVA разработан в Италии, в лаборатории OPTIMA AESTHETIC LABORATORIES.



В составе препарата RENOVA - высокомолекулярная обогащенная гиалуроновая кислота и уникальный пептидный комплекс

RENOVA HA EYES

биоревитализант для применения в периорбитальной зоне.

Действие: выравнивание рельефа кожи (устранение мелких и сглаживание глубоких морщин), устранение избытка кожных покровов, ускорение процессов репарации.

RENOVA HA FACE

биоревитализант для применения на участке овала лица.

Действие: удаление мелких морщин, уменьшение глубины выраженных морщин. Восстановление контуров овала лица. Сужение пор, устранение воспалительных процессов.

RENOVA HA NECK&DECOLLETE

биоревитализант для применения на участке шеи - декольте.

Действие: устранение горизонтальных морщин на шее, мелких морщин в зоне декольте, восстановление тонуса и упругости кожи.

Результат: подтянутый овал лица, упругая и гладкая кожа шеи и зоны декольте, отсутствие отеков под глазами. Как бонус – отличная профилактика возрастной пигментации.

Спрашивайте у вашего косметолога!

Томская ассоциация косметологов
ТАК.ЗДОРОВО, www.takzdorovo.club
Контактный телефон: 8-913-811-31-63

г. Томск, ул. К. Маркса, 7,
тел.: (3822) 942-482, 8-903-915-69-70,
сайт: www.doctorgavr.in.ru

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

УПРАВЛЯЯ КАПИЛЛЯРАМИ

Исследования, проведенные учеными японской марки Shiseido, показали, что важную роль в глубинном восстановлении и обновлении дермы играют капилляры. Результатом стали сразу две новинки в линейке средств Bio-Performance — многофункциональный корректирующий крем для лица и многофункциональный корректирующий крем для глаз. В этих средствах реализована уникальная технология управления капиллярами. Как результат — регенерация кожи на клеточном уровне, повышение тонуса, выравнивание тона, минимизация видимости морщин и покраснений. Сияющая и наполненная жизненной силой — ваша кожа умеет быть такой, стоит только ей помочь!

www.shiseido.ru



НОЧНАЯ СМЕНА

Пока вы спите, он работает. В разработке восстанавливающего ночного крема Swissclinical принимали участие лучшие врачи-дерматологи Швейцарии. Добавьте сюда последние технологии в области косметологии, и получите передовое средство, насыщенное активными компонентами. Липосомальный карнозин и антиоксидантный комплекс — для упругости и сокращения морщин, гиалуроновая кислота — для сохранения гладкости кожи, кофермент Q10 — для отражения атаки свободных радикалов. И полное отсутствие парабенов, красителей и аллергенов в составе крема.

www.swissclinicalrus.ru



В АРОМАТНОМ ОКРУЖЕНИИ

Свежий и многослойный цитрусовый аккорд в сочетании с элегантной нотой белой орхидеи — аромат Нероли & Орхидея, выпущенный маркой L'Occitane, стал настоящим бестселлером. Полюбившееся парфюмерное сочетание теперь можно найти и в лимитированной линии средств, созданной в дополнение к парфюму. Масло для тела подарит коже изысканное благоухание, одновременно питая и восстанавливая ее, ароматный блеск для губ нежно-розового оттенка позаботится о коже губ, а молочко для ванны напомнит о знаменитых молочных ваннах Клеопатры.

www.loccitane.ru



ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ТРИО

Сделать прическу стильной, сохранив при этом естественность волос — для решения этой задачи были созданы средства линии ALWAYS ON-LINE от ESTEL. Мусс для создания локонов с сильной фиксацией позволяет сформировать красивые кудри или волны, придав завиткам живость и дополнительный блеск. Для создания пышной прически — спрей-мусс для прикорневого объема волос сильной фиксации, способный защитить также и от негативных факторов внешней среды. А для того, чтобы волосы сияли и выглядели ухоженными, инновационный спрей-вуаль для придания бриллиантового блеска.

www.estel.pro

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Центр косметологии и коррекции фигуры

Melagrano

Попробуй красоту на вкус!

Долгожданная весна не за горами! Мы все находимся в предвкушении того момента, когда можно будет снять зимние одежды и нарядиться в платья — а это всегда повод посмотреть на себя со стороны и... избавиться от лишних килограммов. Предлагаем начать действовать прямо сейчас!



Весенняя акция! Все по 1000 рублей!

- **Гидромассаж (1 час)**
Это самый быстрый способ похудения и формирования красивой фигуры путем стимуляции расщепления жиров и активизации обмена веществ.
- **Вакуумный массаж (45 мин.)**
Антицеллюлитная программа избавляет от целлюлита, растяжек, избыточного веса, возвращая упругость кожи.
- **Ручной массаж антицеллюлитный (45 мин.)**
Помогает справиться с отложениями в области живота, ягодиц, галифе.
- **Хаммам (1 час)**
Оказывает очищающее и релаксирующее воздействие, ускоряет обменные процессы, прогревает мышцы и суставы.

Готовимся к весне!

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



Открытие
парикмахерской
студии
в «Мелаграно»!

ВСЬ МАРТ
СКИДКА 20%
НА ВСЕ ВИДЫ
ПАРИКМАХЕРСКИХ
УСЛУГ

* Действительно
до 31.03.2016 г.



По заданию редакции журналистка попробовала себя в индустрии прямых продаж и рассказала, что из этого получилось.

Текст: Наталья Иванова

«Я похудела за три месяца на 8 кг», — рассказывала подруга, показывая баночку питьевого геля «Алоэ Вера» и коктейль «Слим Актив». Так я узнала о немецкой компании LR Health & Beauty. Поэтому, получив от редакции задание испытать себя в прямых продажах, даже обрадовалась. Может быть, именно из-за такого настроения мой опыт новичка получился таким удачным. Но обо всем по порядку.

День 1: Свое дело

Свободный график, никаких начальников и будильников, — так описывают свое дело партнеры LR Health & Beauty. Но главное не это. Прямые продажи — это возможность воплотить в жизнь мечту о своем бизнесе без больших инвестиций. Я вложила примерно 2000 рублей, просто выбрав продукцию по каталогу.

День 6: С любовью от Брюса

Нравится, что у компании много ароматов от селебрити: их очень просто запомнить, а еще работает правило — нравится звезда, понравится и парфюм. В общем, парфюмерный набор «От Брюса Уиллиса» взяла для мужа, а аромат, созданный его женой Эммой — для себя. И всем своим дорогим-любимым выбрала отличные подарки: маме — витамины для хорошего самочувствия, брату — средства для бритья, подругам — лаки-помады-шампуню...

Дарить подарки оказалось выгодно! — сразу последовали вопросы: «Где это можно купить?».

День 12: Личная история

У меня скидка на продукцию 28%! А с учетом «прибыли» с продаж на работе — и вовсе бесплатно. Теперь начинаю

Качественный доход

Косметика без воды — реально! В серии Алоэ Вера вместо воды — чистойшей гель Алоэ Вера, про целебные свойства которого мне еще бабушка рассказывала.

День 2: «Порше» или «Мерседес»?

Кстати, активные партнеры могут получить автомобиль, а его стоимость оплачивает компания. Есть о чем помечтать: девушка, от которой я узнала про LR, красовалась на новеньком «Фольксваген Поло» через 4 месяца после старта. А в перспективе — «Мерседес» и «Порше».

День 4: Первая продажа

Не могу поверить: первая продажа! Даже моя заготовленная «продающая» речь не пригодилась. Просто рассказала девочкам на работе о своем эксперименте, раздала наборы тестеров — и на следующий день ко мне выстроилась очередь. Себе, подруге, маме... Весенние праздники помогают!

утро с тех самых напитков «Алоэ Вера», а на работе попиваю Mind Master против стресса — чувствую себя намного бодрее. На перекус — батончик, который заменяет полноценный прием пищи и помогает контролировать вес.

День 14: Итоги

На первом тренинге нам рассказывали, что при активных продажах можно зарабатывать около 80 000 рублей в месяц. Мой результат — 15 000 за две недели без особых усилий и отрыва от основной работы. Бонус — множество новых знаний о косметике, о питании, постоянная скидка на отличную продукцию, новые знакомства... Считаю, эксперимент удался и подумываю его продолжить!



КУПИТЕ МОЛОДОСТЬ ВМЕСТО ОЧЕРЕДНОГО ПЛАТЬЯ



RENOVA REVITAL –

высокомолекулярная гиалуроновая кислота, обогащенная пептидами и аминокислотами. Препарат показан для пациентов с возрастными изменениями кожи.

RENOVA REVITAL –

уникальный ревитализант и реструктуризатор для коррекции всех признаков старения кожи. Область применения: морщины, гравитационный птоз, потеря тонуса и эластичности кожи, подготовка кожи к инвазивным методам терапии (пластические операции, лазерные и химические трипинги), реабилитация после них.

- увлажнение кожи, уменьшение глубины морщин (ревитализация)
- уплотнение, укрепление, лифтинг кожи (реструктуризация кожи и подкожных структур)
- устранение воспалительных элементов на коже
- осветление пигментных пятен (обновление эпидермиса)
- защита от УФО (антиоксидантная защита)

RENOVA REVITAL –

единственный ревитализант-реструктуризатор, рекомендованный для работы вокруг глаз. Корректирует самые delicate зоны, не поддающиеся anti age воздействию

RENOVA REVITAL курс из 3 процедур обеспечит выраженный лифтинг, питание и упругость

Спрашивайте у вашего косметолога!

Томская ассоциация косметологов
ТАК.ЗДОРОВО, www.takzdorovo.club
Контактный телефон: 8-913-811-31-63

г. Томск, ул. К. Маркса, 7,
тел.: (3822) 942-482, 8-903-915-69-70,
сайт: www.doctorgavrln.ru

ИННОВАЦИИ В УХОДЕ

Максимально индивидуальный подход к уходу за кожей продемонстрировали ученые Nu Skin, разработавшие инновационную систему ageLOC Me. На основе результатов дерматологического онлайн-тестирования кожи, а также ваших предпочтений к текстуре и аромату создается персонализированный уход, состоящий из дневного и ночного увлажняющих средств, а также специальной сыворотки. Она готовится непосредственно перед использованием: вы просто подносите руку, и прибор сочетает в нужной пропорции натуральные ингредиенты, эффективные именно для вашей кожи и воздействующие на самые глубокие причины возрастных изменений.

www.nuskin.com/ru



ВЕЛИКОЛЕПНОЕ СИЯНИЕ

Новая линия средств Splendissime от французского бренда натуральной косметики Nuxe призвана бороться с пигментацией всех видов, от веснушек до возрастных пятен. Специальная формула, в основе которой — натуральные экстракты этлингеры («фарфоровой розы»), лилии, белого крокуса, а также витамин С, отвечает за блокировку выработки меланина, вместе с тем уничтожая все виды пигментных пятен и делая кожу более тонизированной и по-настоящему сияющей. В линейке средств — интенсивная сыворотка, эмульсия, крем и маска.

www.nuxe.ru



БЛАГОУХАНИЕ РОМАНТИКИ

Французский дизайнер Олимпия Ле-Тан и парфюмерный Дом Dirтуque представили плод совместного творчества — новую парфюмерную линию Rosaviola. Ароматические свечи и диски для дома, а также твердые духи — все их объединяет не только тонкий аромат розы и фиалки, но и поцелуев в качестве главного символа. Лимитированная коллекция ароматических свечей с подчеркнuto женственным ароматом может стать весьма красноречивым признанием в День всех влюбленных.

www.molecule.su



ГЕН МОЛОДОСТИ

При создании новой anti-age линии Estessimo Pleacert, представленной профессиональной японской косметикой Lebel и корпорацией Takara Belmont, на вооружение были взяты последние разработки нобелевских лауреатов. В запатентованном инновационном комплексе впервые использованы механизмы восстановления ДНК-клеток и активации гена молодости. Они позволяют эффективно бороться с первопричинами старения на самых ранних стадиях, а также устранять индивидуальные особенности возрастных изменений.

www.lebel.ru

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

АЭРО ЙОГА

ЙОГА В ВОЗДУХЕ

ТОМСК, УЛ. ГЕРЦЕНА, 44,
ТЕЛ. 8-913-801-91-42

Сила, ловкость,
гибкость, расслабление
и незабываемое
чувство полета...



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

ПОЧУВСТВУЙ АЭРОЙОГА-ЭФФЕКТ!



vk.com/airyoga.tomsk



facebook.com/airyoga.tomsk



airyoga.tomsk

ШЕЙНЫЙ ОСТЕОХОНДРОЗ И ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ – ЕСТЬ ЛИ СВЯЗЬ?

Когда возникает головокружение при шейном остеохондрозе, человек может даже не догадываться о наличии у него шейного остеохондроза. От этого лечение, направленное на устранение головокружения, идет в неправильное русло. А между тем шейный остеохондроз прогрессирует, что создает угрозу возникновения инсульта, инфаркта, слабоумия и других серьезных последствий...

ПЕЧУ КРУЖИТСЯ ГОЛОВА?

Через область шейного отдела проходят жизненно важные, крупные сосуды, снабжающие мозг кислородом и питательными веществами. Шейные позвонки имеют намного меньшие размеры в отличие от позвонков других отделов. Поэтому даже незначительное смещение позвонков провоцирует ущемление сосудов, сдавливание нервных окончаний в шее. Вследствие сдавливания артерии снижается кровообращение в мозжечке и стволе спинного мозга: в центр, отвечающий за вестибулярный аппарат, не поступает кровь, возникает кислородное голодание. Собственно, из-за нехватки кислорода и возникает головокружение.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ СИМПТОМЫ

На сегодня медики выделяют несколько симптомов головокружения, которое возникает именно при шейном остеохондрозе:

- Тошнота вплоть до появления рвоты, нежелание принимать пищу.
- Бледность и проблемы с артериальным давлением.
- Появляются проблемы со зрением. Они могут носить характер цветных кругов или ярких вспышек, белых мушек или затемнения в глазах.
- Человек не ощущает устойчивую почву под ногами. Кажется, что вся земля плывет, а предметы вокруг вращаются по орбитальной траектории.
- Шум в ушах, иногда до появления глухоты.
- Повышенная потливость.
- Жгучая пульсирующая головная боль.

ЛЕЧЕНИЕ

Лечение может проходить как на стационаре, так и в домашних условиях, но в любом случае врач пропишет комплексный подход: таблетки, гимнастика и обязательно магнитотерапия. Она необходима в первую очередь для того, чтобы восстановить нормальное кровообращение. Кроме этого магнитное поле снимает на пораженных участках боль, воспаление и отечность. В результате значительно уменьшается сдавливание нервных корешков, артерий, нормализуется обмен веществ и «питание» головного мозга. А самое главное магнитотерапия останавливает дальнейшее разрушение межпозвоночных дисков и возвращает подвижность шейному отделу позвоночника.



УПРАЖНЕНИЯ ПРИ ШЕЙНОМ ОСТЕОХОНДРОЗЕ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ГОЛОВОКРУЖЕНИЯ

- Постепенно и медленно вытягивать вверх шею, смотря вперед перед собой. Зафиксировать положение на пару секунд и расслабиться. Повторить 10 раз.
- Медленно, на выдохе повернуть голову до упора влево, зафиксировать на две секунды, повернуть голову вправо таким же образом. Поворачиваться по 5 раз.
- Опустить голову, коснувшись подбородком груди (медленно), через несколько секунд расслабиться. Повторить около 10 раз.
- Глядя перед собой, опустить не спеша голову вправо (ухо к плечу). Вернувшись в исходное положение, выполняют наклон влево. Повторить по 10 раз.
- Еще одно эффективное упражнение – «писать» носом буквы или цифры в воздухе. Повторять по несколько раз за день. Во время острого приступа боли выполнять гимнастику нельзя.

Мучают проблемы с шеей? Появилось головокружение? Есть подозрения, что это ШЕЙНЫЙ ОСТЕОХОНДРОЗ – тот страшный диагноз, о котором так много разговоров?

Приобретайте ДИАМАГ в аптеках Томска:

- «Центральная» пр. Ленина, 137, тел. 51-60-99
- «Воскресенская» ул. Р. Люксембург, 4в (ост. «Пл. Ленина, ЦУМ»), тел. 51-28-64
- «Аптека ВИТА» пр. Фрунзе, 224 (ост. «Кулагина»), тел. 24-52-11
- ул. Киевская, 13, тел. 24-92-56
- ул. Учебная, 20, тел. 42-73-96
- «Первая социальная аптека» пр. Мира, 19 (ост. «10-я поликлиника»), тел. 76-59-29
- ул. Пушкина, 25а, тел. 65-48-67
- «Авиценна» ул. Пушкина, 57, тел. 66-07-77
- «Томсфармация» Аптека №10 ул. Герцена, 55, тел. 52-10-67
- Губернская пр. Ленина, 54, тел. 906-803 (доб. 1)
- Аптека «Лена» Ул. Дальне-Ключевская, 5, тел. 46-95-90

Всего 20 минут в день, чтобы болезни – как не бывало!

ДИАМАГ (АЛМАГ-02)

считают настоящим прорывом в лечении шейного остеохондроза.



ДИАМАГ дает возможность:

- снять боль в позвоночнике и головную боль;
- убрать головокружение и шум в ушах;
- остановить дальнейшее разрушение межпозвоночных дисков;
- стабилизировать давление;
- восстановить нормальный сон.

ДИАМАГ – это отличный способ решения проблем со здоровьем!

3 ПРАВИЛА, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ КОКСАРТРОЗ

Коксартроз – это деформирующий артроз тазобедренного сустава, который характеризуется прогрессирующим течением и нарушением двигательной функции человека.

КОВАРНЫЙ КОКСАРТРОЗ

Коварство этого вида артроза заключается в том, что боль появляется только на поздних стадиях развития болезни. И пациент, в первый раз придя на прием к ортопеду, нередко сразу получает диагноз – коксартроз III степени. А это уже очень серьезно! Ведь коксартроз на этих стадиях вылечить практически невозможно. При этом коксартроз I и II степени возможно вылечить, если своевременно поставить правильный диагноз и назначить лечение.

Тем не менее на этих стадиях можно и нужно остановить прогрессирование коксартроза, чтобы прожить оставшуюся жизнь нормально и не допустить

ПРАВИЛА ЛЕЧЕНИЯ

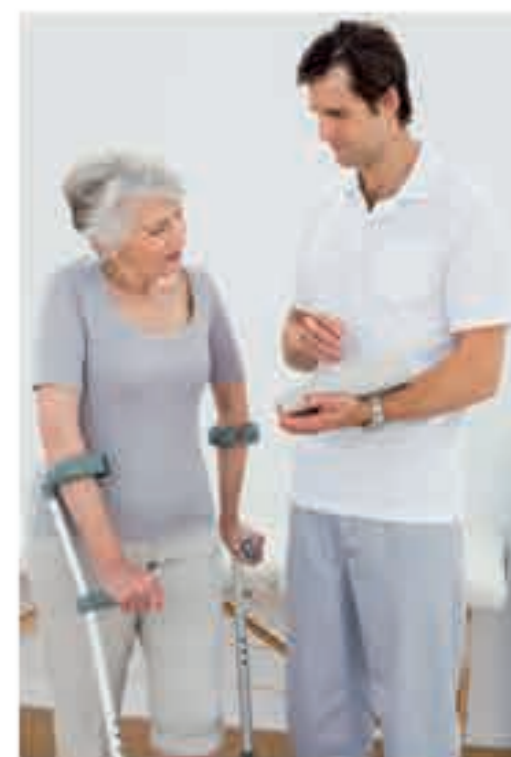
1. Проводить магнитотерапию для восстановления кровоснабжения сустава. Вокруг больного сустава образовывается отек и спазм мышц, что приводит к нарушению нормального кровообращения суставной сумки, в результате чего ухудшается образование синовиальной жидкости. Вот почему при коксартрозе нужно сначала снять отечность и восстановить кровообращение сустава. Для этого рекомендуют проводить магнитотерапию. Она восстанавливает

нормальную жизнедеятельность в суставах, снимает отек, воспаление и мышечный спазм. Такую болезнь, как коксартроз быстро не победишь. Поэтому курсы магнитотерапии нужно будет проводить регулярно: 3–4 в год.

2. Выполнять упражнения и больше двигаться. Сустав должен двигаться, только тогда синовиальная жидкость будет активно омывать хрящ, а его клетки будут хорошо питаться и размножаться. Но не все упражнения полезны при коксартрозе, движения во время острой стадии болезни должны быть очень бережными. Нельзя выполнять любые движения, преодолевать боль через силу! При невыполнении этого правила сустав еще сильнее заболит, а разрушение его ускорится.

3. Изменить образ жизни и рацион питания. Нельзя поднимать тяжелые вещи, сидеть и стоять на ногах длительное время. В пище должны присутствовать продукты, обеспечивающие хрящ всеми необходимыми элементами (фтор, магний, фосфор и витамины).

При соблюдении этих правил восстановить хрящ и вылечить коксартроз I и II степени обычно удается. При коксартрозе III степени реальность выздоровления или улучшения самочувствия пациента зависит от его упорства и пунктуальности. Хороших результатов можно достичь только в том случае, если сам больной настроен на



серьезную работу. Главная задача – сохранить родной сустав. Физиотерапия с ней успешно справляется.

Н. А. СТИЦЕНКО,
к.м.н, врач-ортопед

Как избавиться от коксартроза за 15 минут в день?

Для лечения коксартроза предназначен магнитотерапевтический аппарат АЛМАГ-02

Его применяют, чтобы снять боль, вернуть радость движения, а иногда и для того, чтобы избежать операции. И нужно для этого всего 15 минут в день! Конечно, не за один раз! С этим диагнозом надо регулярно проходить двухнедельный лечебный курс по 15 – 20 минут ежедневно. АЛМАГ-02 дает возможность облегчить страдания больного и затормозить дальнейшее разрушение опорно-двигательного аппарата.

Показания АЛМАГ-02:

- Коксартроз
- Полиартрит
- Атеросклероз
- Лимфидема



Только до 25 марта АЛМАГ-02 по сниженной цене в аптеках Томска:

- «Центральная» пр. Ленина, 137, тел. 51-60-99
- «Воскресенская» ул. Р. Люксембург, 4в (ост. «Пл. Ленина, ЦУМ»), тел. 51-28-64
- «Аптека ВИТА» пр. Фрунзе, 224 (ост. «Кулагина») тел. 24-52-11
- ул. Киевская, 13, тел. 24-92-56
- ул. Учебная, 20, тел. 42-73-96
- «Первая социальная аптека» пр. Мира, 19 (ост. «10-я поликлиника») тел. 76-59-29
- ул. Пушкина, 25а, тел. 65-48-67
- «Авиценна» ул. Пушкина, 57, тел. 66-07-77
- «Томсфармация» Аптека №10 ул. Герцена, 55, тел. 52-10-67
- «Губернская» пр. Ленина, 54, тел. 906-803 (доб. 1)

Бесплатный телефон горячей линии завода 8-800-200-01-13

Так же заказать аппараты можно у производителя по адресу: 391351 Рязанская обл. Касимовский р-н, р.п. Елатьма, ул. Янина 25. АО «Елатомский приборный завод» ОГРН 1026200861620. Сайт завода: www.elamed.com.

Реклама 16-

Бесплатный телефон горячей линии завода 8-800-200-01-13

Так же заказать аппараты можно у производителя по адресу: 391351 Рязанская обл. Касимовский р-н, р.п. Елатьма, ул. Янина 25. АО «Елатомский приборный завод» ОГРН 1026200861620.

Сайт завода: www.elamed.com

Реклама 16-

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Французский штрих

Французский пластический хирург с мировым именем рассказал, что такое French Touch и как сохранить не только молодость, но и индивидуальность. Помогут лифтинг лица шаг за шагом, увеличение груди по технике «Композит» и революционная ринопластика.

Текст: Марина Дивич

Ехать на подтяжку за границу или делать дома? В последнее время этот вопрос, кажется, перестал стоять так остро. В своем отечестве достаточно золотых рук, которые вернут скулам былую форму, подтянут грудь на импланте и без, точно введут филлеры и умело закрепят мышцу нитью. Но кажущееся спокойствие в одночасье нарушил хирург Эрик Оклер, светило мировой эстетики, парижанин до мозга костей и один из основоположников эстетического направления French Touch — «французский штрих».

Доктор Оклер приехал в Москву из парижской клиники **Nescence Paris Spontini**, чтобы лично рассказать о новом подходе к пластике. Дамы, сидевшие в конференц-зале одного из столичных отелей, не на шутку впечатлились: долго не хотели отпускать хирурга, задавали вопросы и с глазу на глаз, и в микрофон. «Франжуженки ни в коем случае не хотят, чтобы все поняли,

что они были прооперированы, — объяснял Оклер. — Вот американки — те не против сделать окружающим визуальный намек на то, что их красота — дело рук хирурга. Пусть понимают, что у них есть на это деньги! Франжуженки устроены по-другому. И русские в этом

на них похожи, насколько я могу судить из общения с моими пациентками».

Французская школа эстетической хирургии считается одной из лучших в мире: во Франции пластические хирурги учатся 14 лет, и 3 из них — специализируются исключительно в своей области. Французские хирурги чаще, чем их заокеанские коллеги, повторяют мантру «если со стороны видно, что пациент прооперирован — это плохой результат». И в клиниках Парижа или Лиона пациенток с гипертрофированными губами встретишь в среднем реже, чем в LA или Майами, а тренд на увеличение ягодич с помощью имплантов и вовсе не поддерживается: эта процедура во Франции запрещена. Самые передовые хирурги Парижа, по свидетельствам очевидцев, даже в 1980-х выступали против жидкого силикона и ломали голову над тем, как бы заменить его введением очищенных жировых клеток.

А сегодня во Франции на пике то самое направление French Touch, совершенно противоположное тренду, который задает с обложек американского глянца Ким Кардашьян. Эрик Оклер объяснил, что особенного в лифтинге лица, скульптурировании тела и ринопластике по технике French Touch, и почему его красавицы-пациентки выглядят так, словно никогда не переступали порог клиники эстетической хирургии.

ПАРИЖ — МОСКВА: НИТЕВАЯ ПОДТЯЖКА

В клинике **Belle Allure** для подтяжки используют сертифицированные в России французские нити Resorblift, которые гарантируют безопасность благодаря своему составу и обеспечивают механическую фиксацию тканей за счет микронасечек. Нити Resorblift на 100% состоят из полимолочной кислоты, которая присутствует в организме человека. Это полностью биосовместимый материал: в течение 12-15 месяцев он постепенно распадается до углекислого газа и воды. Полимолочная кислота стимулирует образование коллагена, эластина и гиалуроновой кислоты.

Результат виден сразу после процедуры и нарастает со временем.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОЛОЖАНИИ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

РЕКЛАМА

РАСТЯЖИ МОЛОДОСТЬ!



БЕЗОПАСНО

Кожа не нагревается и не повреждается

ЭФФЕКТИВНО

Результат заметен уже после первой процедуры

КОМФОРТНО

Нет боли и других неприятных ощущений

КОРОТКИЙ ПЕРИОД ВОССТАНОВЛЕНИЯ

Уже через несколько дней можно вести привычный образ жизни. В том числе, загорать

ЛАЗЕРНАЯ
НАНОПЕРФОРАЦИЯ
ПРОФИЛАКТИКА
СТАРЕНИЯ
для девушек
от 25 лет

Запишитесь на бесплатную тестовую процедуру! Протестируйте наноперфорацию и убедитесь в ее эффективности!

ООО «ЛИНЛАЙН»
ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО В РОССИИ
И ПРИБЛИЖЕННОСТИ

проспект Ленина, 113

ЛИНЛАЙН

WWW.LINLINE.RU



(3822)28-35-35

СЕТЬ КЛИНИК ЛАЗЕРНОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

ЛИЦО: ШАГ ЗА ШАГОМ

«Гораздо лучше оставаться молодой, чем стареть и потом омолаживаться, — говорит Оклер. — Идея проста: мы идем шаг за шагом». Доктор придерживается принципа «оперировать, не дожидаясь серьезных изменений» и в качестве примера приводит простой timeline. В 40-45 лет — внимание на зону щек: зону подтягивают при первых признаках птоза, не дожидаясь, когда щеки заметно обвиснут. Между 45-ю и 50-ю — блефаропластика и пластика шеи. После 50-ти можно снова что-то подправить на лице. В результате в 45 можно выглядеть на 35, в 50 — на 40, а в 60 — на 50, как будто для вас лично время идет значительно медленнее. При этом удастся обойтись малым вмешательством и коротким сроком реабилитации. Доктор уточняет: из активной жизни пациентки выпадают максимум на неделю. Никаких послеоперационных дренажей или снятия швов (тут помогают рассасывающиеся нитки). Эрик Оклер рассказывает о пациентке — подруге семьи — которая прилетает в Париж ровно на неделю. За эту неделю она успевает не только посетить операционную доктора, но и после всех процедур поужинать с ним же в одном из ресторанов Трокадеро, неподалеку от клиники.

В дополнение к хирургии идут, конечно, ботокс и пилинги. А вот филлеры с гиалуроновой кислотой Оклер практически не использует. «Липофиллинг дает гораздо более естественный и стойкий результат», — говорит он. Старение лица — это не только птоз, объясняет доктор. Есть еще пара важных проблем, решить которые помогает только липофиллинг: раз — постепенное исчезание жирового слоя (настигает нас в 30-40 лет), два — потемнение кожи и синяки вокруг глаз (после 40). Оклер вводит жир по особой технике микроинъекций: благодаря этому он не рассасывается, а результат выглядит совершенно натурально. «Это тот же самый человек, просто его лицо становится живым и свежим, — уточняет доктор. — Таким же, как на фото

десятилетней давности». А как же губы? Нет, и в губы колоть гиалуронку доктор не советует. «Мы используем дермабразио и все те же микроинъекции жира», — говорит он. Потом признается: если пациентка очень настаивает, могут вколоть чуть-чуть гиалуронки, чтобы приподнять верхнюю губу. Что тоже очень по-французски.

ГРУДЬ: СОЧЕТАНИЕ НЕСОЧЕТАЕМОГО

Скульптурирование груди — главная специализация Оклера. Он разработал комбинированную методику увеличения груди под названием «Композит», в которой использует и импланты, и

липофиллинг. Результат превосходит ожидания: никто никогда не догадается, что ваши богатства — не природные.

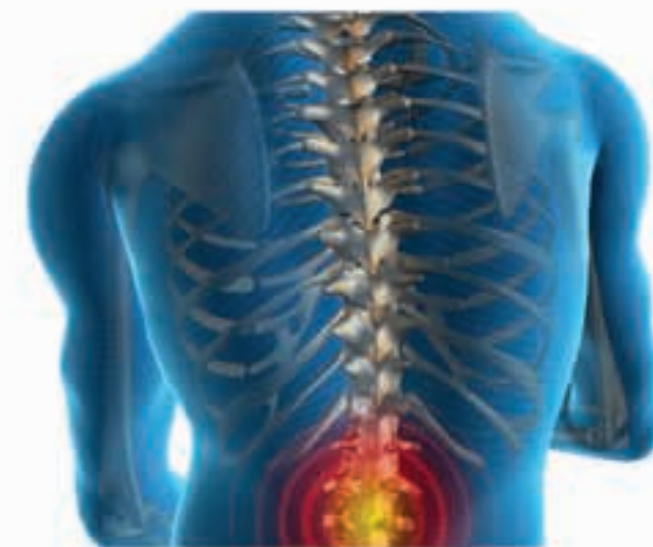
Во-первых, доктор ставит импланты не под мышцу груди, а под железу. Это делает грудь подвижной и естественной. «Грудные мышцы, сдавливая имплант, могут способствовать его смещению, — говорит Оклер. — А при напряжении грудных мышц импланты могут расходиться в разные стороны. Поэтому я всегда устанавливаю импланты под железу». Во-вторых, берет импланты чуть меньшего размера, чем нужно. Недостающий объем — и это в-третьих — дополняет инъекциями жира, которые надежно маскируют имплант. Те же инъекции жира помогают скрыть края



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Удалить грыжу позвоночника без операции!

Жителям Томска стала доступна роботизированная технология лечения болей в спине и суставах от ученых НАСА (Национальное управление по аэронавтике США), представленная в центре здоровья «Аксиома».



Ученые НАСА обратили внимание, что после длительных полетов позвоночник астронавтов обретал практически идеальное состояние. Отсутствие гравитационной нагрузки максимально расслабляло мышцы, устраняя спазмы и зажимы, позвонки без силы земного притяжения возвращались в анатомически правильное положение.

Такое наблюдение подтолкнуло ученых к идее создания условий невесомости в медицинских целях. На свет появилась уникальная технология DRX для безоперационного восстановления здоровья позвоночника, значительно расширившая возможности врачей.

Роботизированная установка обладает рядом неоспоримых преимуществ:

- За счет глубокого расслабления удалось преодолеть сопротивление мышц и создать условия для безопасной и эффективной работы со смещенными позвонками.
 - Оказывается локальное воздействие: вытягивается не весь позвоночный столб, а только его поврежденный сегмент, при этом здоровые участки позвоночника не подвергаются нагрузке.
 - Компьютер рассчитывает строго индивидуальную программу лечения и непрерывно контролирует заданные параметры воздействия, что значительно увеличивает эффективность и безопасность процедуры.
 - Положительная динамика более чем в 90% случаев. Полная ликвидация остеохондроза, протрузии и небольших грыж, существенное сокращение крупных, что значительно облегчает самочувствие больного.
- Практика показывает: малейшего смещения бывает достаточно, чтобы уже в ходе первого сеанса, при котором высвобождаются пережатые нерв и кровеносные сосуды, значительно улучшилось самочувствие пациента. Как результат — уходит боль, возвращается двигательная активность, нормализуется питание тканей.



А современный реабилитационный комплекс тренажеров «DAVID BACK CONCEPT» не только индивидуально лечит заболевания всех отделов позвоночника, но и проводит объективную диагностику состояния позвоночника до и после курса лечения.

Для сохранения здоровья томичей в центре здоровья «Аксиома» также представлены направления:

- неврологии
- восточной иглорефлексотерапии
- остеопатии и мануальной терапии
- травматологии и ортопедии
- спортивной медицины и ЛФК
- высокоэффективные методики массажа

Болит спина? Ответ один — «АКСИОМА»!

ул. К. Маркса, 36, тел.: 51-08-29, 25-28-28, axioma-center.tomsk.ru



импланта и заполнить зону декольте, что тоже очень важно: слишком худощавая грудная клетка плохо сочетается с грудью третьего размера. Всего хирургу требуется 300 мл жира — этот объем, говорит он, можно найти даже у самой стройной девушки. Бонус — улучшение качества кожи в зоне декольте. И, конечно, липосакция, которая в этом случае делается бесплатно.

«Можно использовать только липофиллинг, но мы всегда предупреждаем пациенток, что этот метод не может значительно поднять грудь», — говорит доктор.

А вот насчет рассасывания жира можно не беспокоиться. При похудении на 10% — что для девушек весом до 60 кг, которые обычно и хотят увеличить грудь, очень немало — грудь похудеет примерно на 30 г. Кроме того, сберечь жир помогает уже упомянутая технология микроинъекций и обработка нежной субстанции перед введением.

ЯГОДИЦЫ: БЕЗ ПРЕУВЕЛИЧЕНИЙ

Липосакция подходит даже для худых пациенток, утверждает Оклер. А он знает, о чем говорит: в его операционной побывало немало моделей. В доказательство нам демонстрируют фото: худощавая девушка до и после

ПАРИЖ — МОСКВА: МАССАЖ

Модная техника скульптурирования лица — буккальный массаж — тоже родом из Парижа. Ее автор — косметолог Жозель Сиокко. Массаж проводится, как объясняют косметологи, сублингвально, а проще говоря — через ротовую полость. Релаксирующей технику не назовешь, но зато она на самом деле работает. Сеанс длится около 15 минут, после которых лицо становится более подтянутым уже после первой процедуры, уменьшаются носогубные складки. Цель массажа — «зацепить» мышцу, вернув ее в «молодое» положение. Регулярные процедуры профессионально выполненного буккального массажа могут стать альтернативой пластике.

легкой липосакции на бедрах и подъягодичной области. Оказывается, у этой девушки ростом 175 см и весом 55 кг удалось убрать литр лишнего жира. Такой значительный объем может помочь увеличить не только грудь: в фокусе появляются ягодичы. Доктор Оклер признает, что скульптурирование ягодич — рынок будущего. Но и тут предлагает свои методы.

Оклер категорически против установки ягодичных имплантов. «Когда мы садимся, протез, хотя и находится несколько выше, все равно подвергается большой нагрузке. Он может быть

поврежден или инфицирован, это небезопасно и уже запрещено во Франции», — говорит он. Риски снижаются, если у вас природная «латинская попа» — в этом случае имплант защищен окружающими тканями, признает доктор. А вот худым девушкам носить ягодичные импланты опасно, — так, по крайней мере, считает Минздрав Франции. Оклер предлагает выход: инъекции собственного жира плюс филлеры на основе гиалуроновой кислоты. Это, конечно, не позволит тягаться с Ким или Дженнифер, но сделает контур ягодич гораздо более интересным, а фигуру — более спортивной.

НОС: МЕНЬШЕ — НЕ ЛУЧШЕ

«Ринопластика в последние годы пережила революцию», — этими словами Оклер заставляет встрепенуться всех обладательниц характерного носа. Да, хорошие новости ждут именно таких девушек: «Вкусы поменялись, — утверждает хирург. — Если вы откроете модный журнал и посмотрите на самых известных манекенщиц, то увидите, что большая часть из них имеет довольно большой нос, а часто и горбинку». Горбинка — это не плохо, — резюмирует Оклер. А маленький хорошенький носик для всех — несовременно. Делая ринопластику, Оклер зачастую советует оставить небольшую горбинку в 1–2 мм: это позволяет сохранить индивидуальность лица, а еще — обойтись более легкой операцией. «Мы скульптурируем горбинку, деликатно «стирая» кость. Если нос широкий, мы его сужаем тем же методом.

Можем немного выдвинуть вперед кончик носа для улучшения пропорций», — объясняет Оклер. После операции пациентка сохраняет индивидуальность, получает более аккуратный нос — и пластырь на переносице, который нужно носить всего 3–4 дня. Каждый, кто когда-либо задумывался о ринопластике, поймет, что это — и правда, практически революция. ◊

ПАРИЖ — МОСКВА: МЕЗОТЕРАПИЯ

Мезотерапия появилась во Франции более 50 лет назад, и уже оттуда отправилась покорять мир. Может быть, именно поэтому французская школа мезотерапии считается сегодня одной из самых сильных в мире (в затылок дышат только итальянцы и испанцы). Правда, в отличие от южных соседей, французы добавляют в мезококтейли анестетики, заботясь о комфорте пациента. Одни из лучших мезококтейлей — те, на которых написано Fabrique en France: в них может быть более 50 компонентов, качество которых проверено, а пропорции — тщательно рассчитаны. Никакого самостоятельного смешивания: только высокоочищенная гиалуроновая кислота, сбалансированные дозировки витаминов и аминокислот плюс последние anti-age разработки.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

HOME & Design*

ТЕХНИКА НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

Смелый дизайн, стильные детали, удобство и простота в использовании — фирменные черты популярной серии встраиваемой кухонной техники Generation 6000 компании Miele легко можно обнаружить и в их дизайнерской линии ContourLine.

Она выполнена из нержавеющей стали с покрытием CleanSteel, на котором не остается даже следов от пальцев.

Модели линии прекрасно вписываются как в ультрасовременный, так и в классический интерьер, придавая изящество и шик любой кухне. www.miele.ru

* «ДОМ И ДИЗАЙН»





Настенное украшение, Howard Elliott

Стул, Christopher Guy

Стул-качалка Stog, Kenneth Cobonpue

Светильник, Feenbo

Зеркало и комод, Howard Elliott

Кресло New Panse, VG New trends

Диванная подушка Arden, Company C

Ваза, Mozer

Табулеты Chiquita, Kenneth Cobonpue



НОВЫЕ ТАУНХАУСЫ В АКАДЕМГОРОДКЕ

ПРЕСТИЖНО. ЭЛИТНО. КОМФОРТНО

- **Городские коммуникации**
 - Городские сети водоснабжения, канализации, электроснабжения
 - Индивидуальный газовый котел
 - Оптоволоконная сеть для доступа к быстрому интернету и цифровому ТВ
- **Собственный теплый гараж** с отдельным въездом и индивидуальное парковочное место перед домом
- **Высокая светлая мансарда** площадью от 30 до 50 кв. м. — в подарок
- **Месторасположение и транспортная доступность**
 - Микрорайон с доступной инфраструктурой расположен по проспекту Академическому
 - Городская магистраль
 - Близкое расположение остановок общественного транспорта
 - Хорошо развитая транспортная сеть

- **Экологичность**
 - Экологически чистое место, вдали от городского шума и дорог
 - Комфорт и удобство
 - Сочетание преимуществ городской и загородной жизни
 - Современные, экологически чистые и безопасные строительные материалы
 - В шаговой доступности — лесные зеленые зоны, река, строящийся Академпарк
- **Лужайка на заднем дворе**
 - Уютный зеленый уголок среди городской суеты в любом стиле
 - Пространство для размещения беседки, организации зоны барбекю, установки детской площадки
- **Охраняемая территория с видеонаблюдением**
 - Контрольный пункт доступа на территорию со шлагбаумом для обеспечения максимального уровня безопасности



Проектная декларация на сайте academ.tomsk.ru



Жилая площадь от 157 до 385 кв. м
 Стоимость квартиры от 6 500 000 руб.
 Возможность заказать проект под индивидуальную планировку

Застройщик ООО «Торговый дом "Кристалл"»
 ул. Косарева, 33,
 тел.: 305-000, 561-830, факс 561-898,
 e-mail: 3822561898@mail.ru



НОВЫЙ ВЗГЛЯД

Хипповские коммуны, сквоты, художественные мастерские, клубы и кафе для богемы: в 1960-70-х годах бывшие промздания стали преемниками парижских мансард конца XIX века. Здесь рождалось новое искусство и новый постмодернистский взгляд на жизнь. Главным и самым знаменитым лофтом того времени стала «Фабрика» — арт-студия Энди Уорхола, расположенная на 5-м этаже бывшей фабрики по производству серебряных изделий на 47-й

несса Редгрейв, не только был удостоен Золотой пальмовой ветви, но и создал массовый спрос на квартиры в бывших фабричных зданиях. Обеспеченные покупатели, мечтавшие почувствовать себя юными, творческими и бесшабашными, готовы были платить солидные суммы за недвижимость, которая прежде отдавалась за бросовую цену.

Этот процесс стал массовым и получил название «джентрификация». Вытеснение малообеспеченных арендаторов из прежде непрестижных промышленных районов сопровождал рост цен на недвижимость и повышение уровня инфраструктуры и благоустройства. Тут нашлось много работы для интерьерных дизайнеров: важно было сохранить богемную атмосферу в стилистике лофтов, но при этом превратить их в дорогое качественное жилье.



Правила лофта

Стиль лофт – странное дитя, возникшее на свет в результате вынужденного и непредсказуемого брака художников и риелтеров. Но в таких мезальянсах порой рождаются прекрасные дети.

Текст: Павел Жаворонков



Архитектор-постмодернист Рикардо Бофилл превратил заброшенный цементный завод в роскошную резиденцию площадью 3000 кв. метров

В середине прошлого века начался процесс деиндустриализации мировых столиц, а затем и всех крупных городов Европы и США. Заводы и фабрики, которые составляли основу их процветания в течение многих десятилетий, становились все менее рентабельны. А горожане все меньше готовы были мириться с их ядовитыми выбросами. Промышленные производства начали переносить за город, а потом, с началом

глобализации, еще дальше — в Китай и другие страны Юго-Восточной Азии.

Пустующие фабричные цеха были вписаны в плотную городскую застройку, где каждый квадратный метр на счету, но консервативно настроенные собственники долгое время не могли придумать, как ими распорядиться. Природа не терпит пустоты, и в цехах начали селиться те, кто не мог себе позволить даже минимальную арендную плату: студенты, молодые художники, фотографы, журналисты и просто тусовщики, не имевшие регулярного дохода.

улице Манхэттена. Основатель поп-арта, сохранив некрашенные стены из старого кирпича, заполнил огромное пространство бывшего цеха с 6-метровыми потолками концептуальной мебелью и арт-объектами, выкрашенными в серебряный цвет.

Стиль лофт стал невероятно популярен после выхода в 1967 году фильма Микеланджело Антониони «Фотоувеличение». Притча о жизни модного лондонского фотографа, живущего в бывшем цеху на Поттери-лейн, куда однажды приходит очаровательная Ва-

Сегодня ЛОФТЫ не только располагаются в бывших ФАБРИЧНЫХ зданиях, но и строятся с нуля, это так называемые НЕОЛОФТЫ.

ЗАКОНЫ ЖАНРА

По умолчанию лофт — это однообъемное пространство с очень высоким потолком и огромными окнами, но вариации с разделением на зоны с помощью перегородок и антресолей приветствуются и все чаще встречаются. Loft переводится с английского как «чердак» — чаще всего это верхний этаж бывшего здания промышленного назначения, который переоборудован под офис, студию или частное жилье. Сами собой здесь напрашиваются стереотипные «индустриальные» элементы отделки: кирпичные или стеклочлочные стены, кафельный

или бетонный пол, выступающая арматура и решетки, открытые воздуховоды, трубы водоснабжения и электропроводка. Последняя — желательно витая из проводов в толстой оплетке с максимально брутальными переключателями, розетками и светильниками. Уместны здесь будут стальные или деревянные опорные балки под крышей, чугунная лестница и радиаторы с патиной.

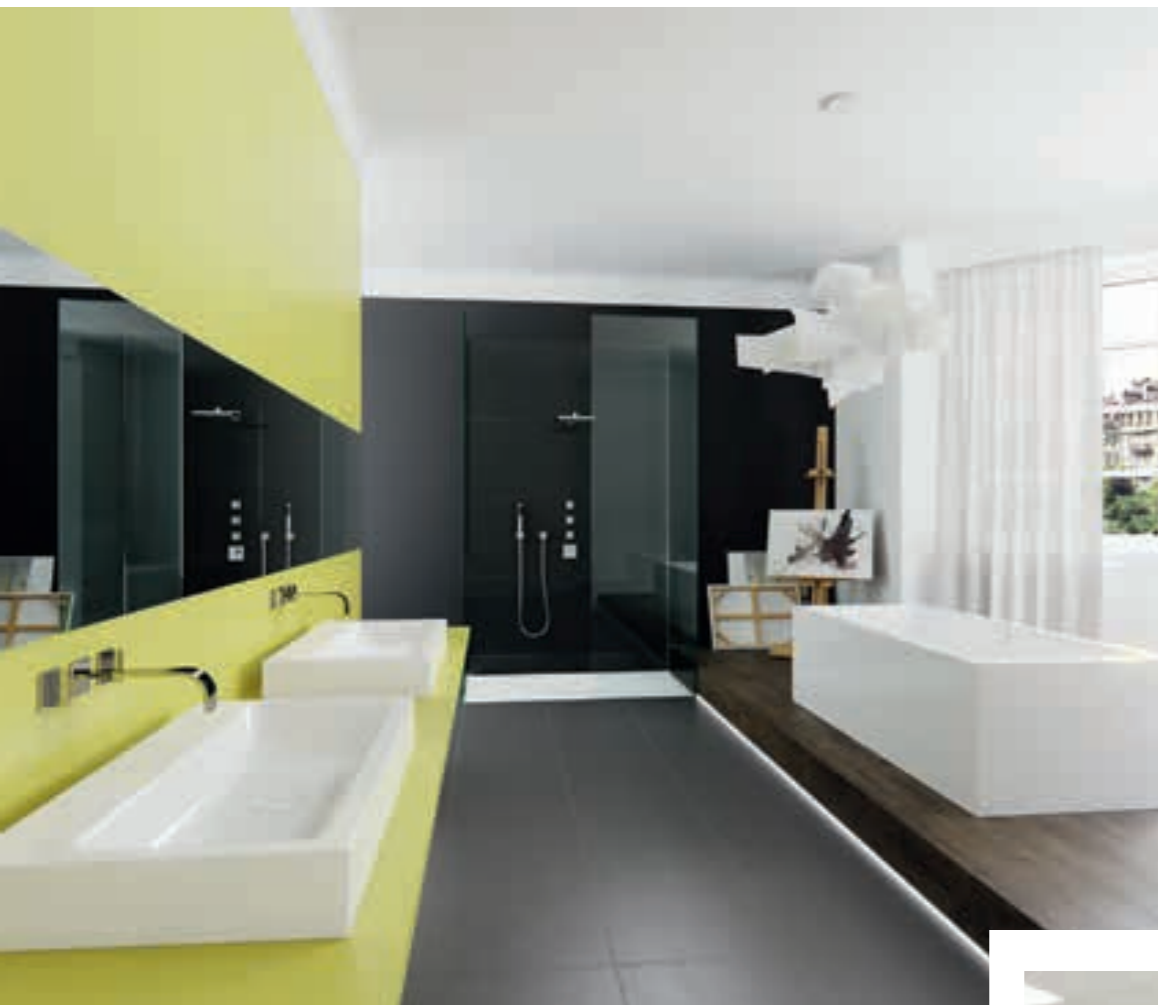
В обстановке лофта может комбинироваться винтажная и современная дизайнерская мебель. Цвета, как правило, используются темные, практичные, холодные: приглушенные синий и зеленый, темные оттенки серого, коричнево-

го и бордо. Если используется белый, он должен выглядеть чуть «закопченным», словно бы в этом помещении долгое время работал промышленный агрегат. Самые уместные материалы — сталь, кожа, темное или окрашенное дерево. Общую депрессивность и технологичность фона можно разбавить яркими акцентами красного или оранжевого. Но в целом позитивная декоративность в лофте совершенно неуместна: так что — минимум текстиля, декоративных аксессуаров, бежевых, нежно-розовых и голубых оттенков. Категорически неуместны в лофте классическая резьба и лепнина, дорогие породы камня и дерева, позолота и пышные шторы. Впрочем, большинство престижных европейских и американских производителей мебели давно оседлали волну увлечения лофтами и выпускают коллекции дорогих предметов, которые идеально вписываются в интерьер в этом стиле. ◊



Диван Koinor

Галерея сантехники



инженерных систем и сантехнического оборудования. Особое внимание мы стали уделять поставкам именно качественной сантехники. Вот так и появилась мысль открыть в Томске магазин европейской сантехники.

— **В чем заключалось принципиальное различие между этими организациями?**

— Есть два разных понятия: «инженерная сантехника» и «белая сантехника». Первое понятие включает в себя коммуникации, трубы, арматуру и прочее — все, что скрыто от глаз. Занимаясь ее установкой, мы и заработали авторитет своей компании. Некоторые технологии приходилось осваивать интуитивно, изучали и внедряли их в процессе работы. «Белая сантехника» (ванны, душевые кабины, унитазы и т.д.) стала нашим новым направлением деятельности. Мы задались вопросом: что именно

Ванная комната — это особое личное пространство, в котором все должно быть идеально. Идеальный дизайн, удобство и безопасность в эксплуатации, гигиеничность.

О том, почему нельзя экономить на сантехнике, почему тем, кто задумывается о новой ванной комнате, стоит обязательно посетить галерею сантехники «AQUA Престиж», рассказывает ее директор Юрий Чепкасов.

— **Юрий Алексеевич, какая причина побудила вас открыть специализированный магазин сантехники?**

— Открытие магазина сантехники

стало естественным продолжением нашего развития: долгое время мы были сервисной компанией, занимались монтажом и обслуживанием внутренних инженерных систем. У нас был солидный опыт обслуживания клиентов, мы работали на разных объектах, работали и в маленьких квартирах, и в огромных коттеджах, и в общественных зданиях разного назначения. Постепенно мы почувствовали, что можем предлагать клиентам не только наши технические навыки, но и весь спектр услуг, связанных с проектированием, комплектацией и монтажом внутренних



предлагать на рынке, довольно многообразном, насыщенном красивыми и интересными товарами, как грамотно работать с клиентом. Важную роль на этом этапе сыграло сотрудничество с профессиональными дизайнерами. Были выстроены деловые и доверительные отношения с известными томскими специалистами, и покупатели при при-

ным контрактам с производителями, а также нашему многолетнему опыту и профессионализму.

— **Клиенты оценили ваш подход?**

— Наше предложение сразу получило со стороны рынка хороший отклик. Мы, конечно, были не единственной сантехнической компанией в городе, но, пожалуй, первыми стали уделять столько внимания именно технической составляющей. Эксплуатационные характеристики изделия напрямую зависят от профессионализма монтажников. Мы стали выстраивать отношения таким образом: у клиента свои потребности и пожела-



обретении нашего товара теперь могли воспользоваться современными дизайнерскими решениями.

— **Получается, вы стали работать сразу по двум направлениям?**

— Да, предлагая клиентам и качественный товар по адекватным ценам, и сервисные услуги по его установке. Уверен, это одна из наших сильных сторон — не просто продать красивое изделие, но и максимально быстро ввести его в эксплуатацию, смонтировать, а в дальнейшем обслуживать. Наши гарантии распространяются не только на само изделие, но и на его установку: мы в любом случае всегда на стороне клиента и стараемся найти возможные пути решения проблемы, если она вдруг возникла. Это осуществимо благодаря выстроенным отношениям и долгосроч-



ния, а у нас технические знания и опыт. В тот момент европейские компании как раз начали уделять внимание развитию российского рынка, вкладывать в это средства. Мы проходили у них обучение, посещали фабрики производителей, налаживали прямые контакты, чтобы предоставить нашим покупателям продукцию самого высочайшего качества, с минимальной торговой наценкой.

— **В последнее время стала активно развиваться интернет-торговля, чувствуете ли конкуренцию со стороны интернет-магазинов в вашей сфере?**

— Некоторые люди предпочитают покупать сантехнику в интернет-магазинах. Возможно, им удастся немного сэкономить, но при этом они очень рискуют. Кто будет устанавливать этот товар? Кто будет за него отвечать? Кто поможет решить проблемы во время эксплуатации? Такой выбор достаточно часто оборачивается негативными последствиями и потерей средств. У нас сильное сервисное звено, мы решаем сложные задачи и всегда сможем помочь клиентам, которые не останутся со своей проблемой один на один. А прямые контракты с ведущими производителями и грамотно выстроенная логистика позволили нам оставаться конкурентноспособными и в плане цены

предлагаемого оборудования. К тому же наличие товара на складе в Томске дает существенное преимущество перед покупкой «кота в мешке» в непонятном интернет-магазине.

— **Как строятся взаимоотношения с европейскими производителями в современных экономических условиях?**

— Они адекватно реагируют на из-

менения наших экономических условий, адаптируя свой ассортимент под возможности рынка, открывают свои производственные площадки у нас в стране. Европейские производители заинтересованы в российском потребителе и по-прежнему считают наш рынок крайне перспективным. Ведь несмотря на некоторые временные проблемы, жизнь идет: люди не перестали обустраивать новые дома и квартиры, не хотят отказываться от красивых и качественных вещей, просто некоторым приходится немного отложить эту задачу, чтобы потом обязательно к ней вернуться.

— Что можно сказать о ценовой политике вашей компании?

— Надо понимать: ценовая политика — это не просто дорого или дешево. Мы пытались предлагать и более доступный по стоимости товар, но сами быстро убедились, что чудес не бывает, мы обязаны нести ответственность за то, что продаем. Планка, заданная нами, очень высока: что ей не соответствует, у нас просто не представлено. Это не значит, что у нас только дорогое оборудование — мы всегда стараемся найти компромисс, у каждого производителя есть линейка приемлемых сантехнических изделий. Наша позиция заключается в том, что даже товар по сдержанным ценам непременно должен соответствовать высокому уровню. Просто мы даем нашим клиентам выбор — это наша основная генеральная линия на протяжении уже почти 10 лет работы: донести до клиентов, что в нашем магазине нет плохого товара, а



есть товар разной ценовой категории, но он в любом случае качественный. Галерея работает только с такими производителями, для которых качество превыше всего.

— Поговорка «Скупой платит дважды» — это о любителях недорогой сантехники?

— Простая математика: если ежегодно тратить тысячу на смеситель, эта сумма выйдет дороже, чем однажды приобрести качественный за пять тысяч и больше к этому вопросу не возвращаться. Конечно, приоритеты у всех разные, но качество жизни всех привлекает высокое, а мы как раз можем его предложить. Есть смесители дизайнерских серий из высокого ценового сегмента — да, это дорого, зато это уникальная вещь, которая позволит выделиться, осуществив какую-то экстравагантную задумку. Каждый выбирает свое, а наше дело предложить такие варианты, которые позволят клиентам реализовать свои потребности.

— Кто сегодня ваш клиент, каким вы его видите?

— Конечно, наш покупатель — это человек определенного уровня достатка, что влияет на его жизненные приоритеты и потребности. Он уже состоялся как личность и всерьез задумывается о своем быте, хочет так обустроить свой дом, чтобы чувствовать себя комфортно, уделяет много внимания каждому нюансу. Причем такой подход не зависит от возраста, речь идет о какой-то внутренней зрелости, состоятельности. Люди хотят повысить качество своей жизни, в том числе для них важно, чтобы их жизнь была максимально красивой и комфортной: мебель была современная и удобная, «умные» бытовые приборы облегчали жизнь, а работа современной и стильной сантехники доставляла только удовольствие. Мы стараемся, чтобы эти потребности наших клиентов были удовлетворены, чтобы они ни о чем не беспокоились, не переживали. Все проблемы решаются, если что-то будет работать не идеально, то мы всегда готовы прийти и это исправить. Для нас потребитель — это не просто какое-то безликое лицо. Мы выстраиваем отношения с клиентами, и они убеждаются, что наш уровень соответствует заявленному. Суметь завоевать доверие — это и есть основа нашего успеха.

— Удобный выставочный зал вашего магазина помогает клиентам делать выбор?

— В нашем магазине всегда большая экспозиция, она часто меняется и обновляется. Это «конек» нашей компании:

мы не строим помпезные шоурумы, а считаем, что правильно показать товар лицом, не прятать его за ширмой чьих-то визуальных концепций. Ведь у каждого человека свое видение комфорта. «Свой» предмет можно не рассмотреть в «чужом» интерьере. Это на самом деле не нами изобретенная точка зрения. Мы видим, как европейские производители презентуют свою продукцию: в каталогах акцент именно на товар, а не на интерьер. В нашей экспозиции мы сделали так же: у человека должна быть возможность увидеть и выбрать необходимый ему предмет, самому создать в своем воображении идеальную картину своей ванной комнаты.

— А как же сотрудничество с дизайнерами?

— Специалисты помогают человеку реализовать, воплотить, «высказать» именно его пожелания. Профессионалы отталкиваются от задач, потребностей и пожеланий клиента, а также от технических возможностей объекта. Иногда люди приобретают сантехнику, которую установить в их квартирах и домах просто невозможно. А наш тандем профессионалов-инженеров и дизайнеров позволяет продумать и реализовать именно тот проект, который человек хочет получить. Такая концепция нашей работы и привела нас к успеху.

Мы всегда рады видеть вас в нашем новом выставочном зале и уверены, что ассортимент, качество, приемлемые цены и наш профессионализм помогут вам реализовать все самые сокровенные мечты об уютной, комфортной и современной ванной комнате.



г. Томск, ул. Никитина, 76,
тел.: 44-77-16, 44-77-17,
www.aquashopper.ru



Галерея европейской сантехники «AQUA Престиж» — это проводник в современный мир сантехнического дизайна, который представляет покупателям самые востребованные европейские бренды сантехники и аксессуаров для ванных комнат. Взвешенная ценовая политика, высочайшее качество продукции и наличие товара на складе — главные приоритеты галереи. Мы всегда стараемся максимально удовлетворить любые потребности наших клиентов.



AQUA ПРЕСТИЖ
галерея сантехники
www.aquashopper.ru

г. Томск, ул. Никитина, 76

44-77-16, 44-77-17

СТИЛЬ BOGASHO

*или индивидуальность
в каждой детали*

Каждая вещь, которая выпускается под маркой BOGASHO, обладает своей изюминкой, своим определенным характером и неповторимостью. Все изделия не рождаются на пустом месте. Дизайнеры и скульпторы перед началом разработки эскиза изучают архивы, исторические материалы, биографии великих мастеров, обращаются к истории ремесел, и все для того, чтобы найти очередной бесценный «бриллиант» - идею, которая позволит воссоздать что-то новое, самобытное, оригинальное. И затем эта идея находит воплощение в виде уникальной коллекционной куклы или статуэтки, которая украсит любой дом!



BOGASHO
бутик предметов интерьера

В интерьер от BOGASHO влюбляешься с первого взгляда. Роскошь и великолепие оригинальных и утонченных предметов восхищает на все 100%, а все потому, что каждое изделие - это отдельное произведение искусства со своим смыслом и назначением.

Окружая себя энергетикой благородного классического стиля, Вы создаете в своем доме прочную платформу семейных ценностей и традиций, формируете собственное семейное наследие для будущего поколения, которое понимает, что такое «любовь с первого взгляда».

салон Интерьерных решений «Галерея Света»,
г. Томск, Красноармейская 122, тел/факс 8 (3822) 46-90-35
www.gallery-svet.ru; www.bogascho.ru

магазин "Фарадей", г. Томск, Комсомольский пр-т 15 а,
тел/факс 8 (3822) 28-93-88



скульптура
"Архангел Михаил"

В мире людей Архангел Михаил символизирует сильную защиту Всевышнего, мужество и доблесть.

В мире интерьерного дизайна есть несколько женских имен, которые произносятся с восхищенным придыханием. Каждая из этих художниц интерьера сумела создать собственный стиль, ставший популярным среди самых обеспеченных заказчиков. У этих женщин очень разные судьбы, они работают в разных странах мира, но объединяет их утонченный авторский почерк и то, что их проекты становятся мировыми сенсациями.

Текст: Павел Жаворонков

Женский ВЗГЛЯД



КЕЛЛИ ХОППЕН

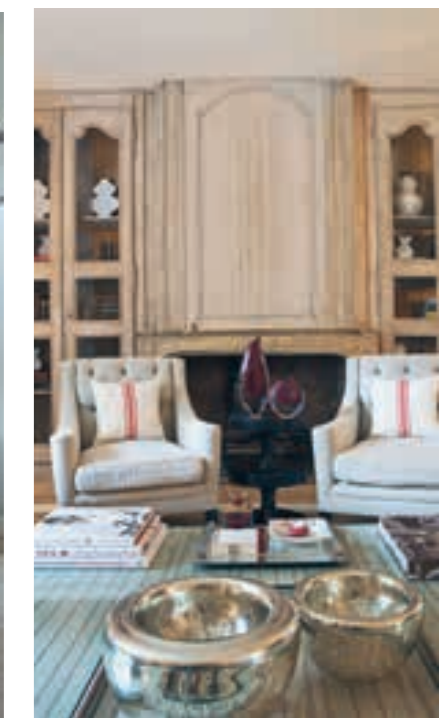
Ее величество сдержанность

Основательница дизайн-студии *Kelly Hoppen Interiors* и ключевой партнер Филиппа Старка в его глобальном дизайн-проекте *Yoo*, кавалер Почетного ордена Британской империи и лауреат бесчисленного множества дизайнерских и бизнес-премий, автор семи бестселлеров о дизайне и сотен проектов резиденций, отелей, домов, яхт и самолетов.

Она родилась в 1959 году в Кейптауне, в Южной Африке, в два года вместе с родителями переехала в Лондон. В 16 лет Келли начала работать дизайнером, и за 50 лет работы ни разу не изменила своему безупречному чувству стиля. Основа ее авторского почерка — выверенные сочетания оттенков и фактур, сдержанные формы, благородство линий, изысканная и очень точная подборка арт-объектов. Среди ее клиентов — Дональд Трамп, Элтон Джон, Хилари Клинтон, Гвинет Пэлтроу, семья Бекхемов. В отличие от многих знаменитых дизайнеров, которые, по сути, сдают свои имена корпорациям в коммерческую аренду, Келли индивидуально курирует каждый проект, подписанный ее именем: от коллекции фарфоровой посуды *Wedgewood* до салонов первого класса *British Airways*, суперяхт и многоквартирных клубных домов.



«Понятие СТИЛЯ и ВКУСА довольно условно. Дело не в том, что у ОДНИХ вкус хороший, а у других нет, а в том, что именно ПОДХОДИТ каждому отдельному человеку».



КЕЛЛИ УИСТЛЕР

Девушка с обложки

Келли Уистлер входит в десятку самых стильных людей Америки по версии журнала *Vogue*, ведет популярное телешоу *Top Design*, разрабатывает эскизы тканей, ковров и светильников по заказу *The Rug Company*, *Bergdorf Goodman* и других ведущих производителей. Строит и декорирует десятки люксовых отелей, ресторанов и частных домов. Наиболее известные ее проекты сосредоточены в Голливуде, Санта-Монике, Палм-Стрингс и Майами.



В начале 1990-х будущая королева американского дизайна носила имя Келли Галлахер и делала карьеру фотомодели. В 1994 году редакция журнала *Playboy* выбрала ее девушкой месяца и поместила ее фото на обложку. Для большинства фотомоделей это стало бы венцом карьеры. Но для амбициозной Келли, обладающей не только роскошным телом, но и незаурядным талантом художника, это послужило лишь трамплином. Ее модельная карьера завершилась браком с крупным флоридским девелопером. После этого Келли решила заняться интерьерным дизайном и достигла в этом головокружительных успехов.

Интерьеры, созданные Келли Уистлер, никого не оставляют равнодушными: в них люкс сочетается с хулиганским панком, а дорогие материалы применяются в самых неожиданных местах. Келли смело и задорно смешивает в своих работах неоклассицизм, ар-деко, готику и модерн, и при этом получаются стильные, гармоничные пространства.

«К своим интерьерам я отношусь как к СКУЛЬПТУРАМ. Играю текстурами, пропорциями и ИЗМЕРЕНИЯМИ, чтобы СОЗДАТЬ драматический эффект. Это мой способ РАССКАЗЫВАТЬ истории».



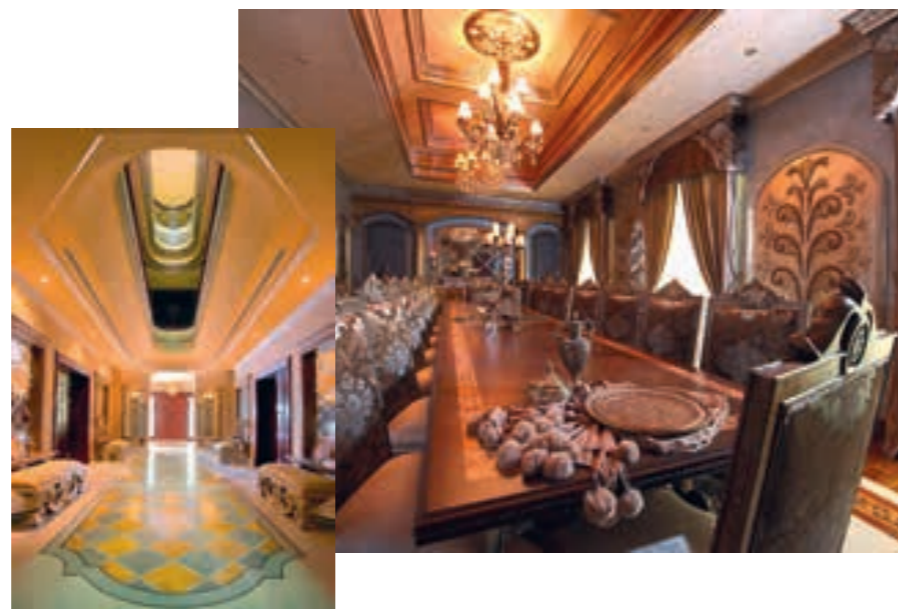
Рекламный баннер для Светомаркет. На нем изображена женщина в морской форме, держащая в руке люстру. Вверху баннера написано «АВРОРА СВЕТИЛЬНИКИ РОССИЯ». В центре баннера написано «Сделано в России, Сделано красиво!». Внизу баннера написано «СВЕТОМАРКЕТ ул. Лермонтова, 32, тел.: 53-45-65, 52-81-09, www.tomsnab.ru».



ПЕРЛА ЛИЧИ

Хозяйка золотой горы

Самые благодарные и платежеспособные заказчики Перлы Личи живут в Голливуде и на Ближнем Востоке. Несколько лет назад по личному приглашению эмира Абу-Даби дизайнер переехала в Арабские Эмираты, где возглавила Королевский институт дизайна.



«Когда меня спрашивают, почему Я ВЫБРАЛА интерьерный дизайн делом своей жизни, я отвечаю, что все было **НАОБОРОТ**: это **ИНТЕРЬЕРНЫЙ ДИЗАЙН** выбрал меня».

УЛ. А. БЕЛЕНЦА, 9/1, 3-й ВХОД, ОФ. 301,
ТЕЛ. 340-400, СНЫ-ФОТОСТУДИЯ.РФ

snry_fotostudio snry_fotostudio



Сладкий сон невесты



КСЕНИЯ ШИЛЬНИКОВА,
владелица интерьерной
фотостудии «Сны»

Студийная фотография — это нечто большее, чем просто картинка. Вы смотрите и вспоминаете все то, что создавало ваше настроение в эту минуту. А ведь мало кто задумывается, что долгое ожидание, теснота, неудобное помещение, отсутствие места, где можно переодеться, влияют на качество фотографии и воспоминаний, связанных с ней. И мы, Интерьерная фотостудия «Сны», понимаем это. У нас в студии вы сможете с комфортом провести время перед съемкой, воспользоваться гримеркой и выпить вкусный кофе, а процесс съемки порадует вас разнообразием интерьеров.

Сегодня мы хотим показать вам часть нашего классического зала, которая идеально подойдет для съемок сборов невесты, вторая часть этого зала — прекрасное пространство для совместных съемок молодоженов. Мы считаем, что съемки в студии должны стать приятным времяпрепровождением, так как фотография начинается не с работы перед камерой, а с хорошего настроения, внутренней уверенности в итогах работы, идеального интерьера и абсолютного комфорта.



Фотограф: Анастасия Токмакова
Образ невесты: Ольга Муратова
Образ подружек: инди-студия «LOOK» рп-
Платье невесты: салон свадебной моды «Амбассадор»
Платье подружек: аренда текстиля и декора «Fashionventures»
Украшения для девушек: студия дизайна «Элен Вэн»
Холодильник для девушек: «ЦАЖИОНА Спайс»
Декор и полиграфия: студия декора «Визит»
Фуршетная: свадебная мастерская «Лилия»
Координатор: Людмила Петрова «Свадьба? Легко!»



Поэзия итальянского дизайна



Дом — это особое место, где мы не просто отдыхаем и укрываемся от внешнего мира, а черпаем силы и вдохновение, восстанавливаем нашу энергию и набираемся сил, где расслабляемся и ощущаем внутреннюю гармонию.

Не судите о человеке, пока не побываете в его жилище. Именно дом — отражение нашего внутреннего мира,

нашей сущности и индивидуальности. Современные технологии позволяют в полной мере выразить себя в интерьере своего дома, сделать его не только красивым, но и комфортным, изысканным, авторским.

Салон «Verona Mobili. Кухни & Двери» неслучайно гармонично сочетает в себе и мебельный салон, и дизайн-студию. Команда профессионалов под руководством директора салона Елены Дмитриевой помогает томичам в создании удивительных — и даже уникальных — интерьеров, отражающих индивидуальные особенности своих клиентов.

Одним из главных достоинств этого салона является возможность полной реализации дизайн-проекта, начиная от идеи, разработки концепции и до его воплощения в интерьере. Помимо этого, опытные дизайнеры помогут подобрать

не только мебель, а также элементы декора, которые придают особый шарм, делают интерьер уютным, особенным. Это зеркала, картины, светильники и, конечно, текстиль. Нестандартные дизайнерские решения специалисты салона могут изобразить не только в эскизах. Сотрудничество с различными фабриками и мастерскими, специализирующимися на работе с коваными изделиями, деревом и освещением, позволяют воплотить эти эскизы в готовых изделиях, гармонично сочетать несочетаемое, создавая вещи, которых нет больше ни у кого.

Салон «Verona Mobili. Кухни & Двери» получил свое название неслучайно. Он является эксклюзивным представителем итальянской фабрики VERONA, которая готова предложить томичам разнообразные модели мебели для кухни, столовой и гостиной, и единственным в сибирском регионе представителем ита-



Елена Дмитриева, директор

льянской фабрики дверей BARAUSSE. Также в салоне предлагается большой выбор мебели многих других фабрик Италии, Испании. Помимо этого в свете экономических событий дизайнеры готовы предложить и качественные российские аналоги итальянской мебели.

— Чтобы оставаться в курсе последних тенденций в мире мебельной моды, я стараюсь посещать все громкие и значительные выставки мебели, как в России, так и в Европе, — рассказывает Елена Дмитриева, директор салона «Verona Mobili. Кухни & Двери». — Не так давно я побывала на московской выставке, осенью посетила выставку в Париже. Но особое впечатление произвела на меня выставка в Милане, которая проходила прошлой весной. Именно там я открыла для себя удивительную мебель марки



EDRA. У этой мебели нет аналогов! Она действительно невероятна! Ее секрет в уникальной запатентованной технологии «Умные подушки»: диваны марки EDRA с помощью специально встроенных механизмов могут быть адаптированы под положение тела, удобное человеку, так как подлокотники и элементы спинки фиксируются в абсолютно любом положении, в котором их захочется оставить.

Располагаясь на диване, вы создаете свой индивидуальный комфорт. Кроме того, модульный принцип позволяет комплектовать мягкую мебель различных размеров и форм, иногда кажущихся немислимыми, например, цветка или звезды. Большой выбор тканей позволяет вписать эти диваны в любой интерьер: классический, ультрасовременный или лофт. Жители города имеют возможность

не просто познакомиться с этой удивительной мебелью в каталогах, но и на себе ощутить эргономику диванов марки EDRA, посетив наш салон.

Если ваша душа требует эксперимента и свежих решений — дизайн-студия «Verona Mobili. Кухни & Двери» поможет создать особенный дизайн, в котором ваши идеи зазвучат по-особенному.



EDRA — известная итальянская компания, занимающаяся производством мебели. Марка громко заявила о себе, представив миру смелую коллекцию от молодых прогрессивных дизайнеров в 1989 году. За сравнительно короткий период своего существования на рынке итальянской мебели EDRA смогла завоевать прочную репутацию передовика и звание одной из наиболее эпатажных компаний мира, потенциальными клиентами которой являются, прежде всего, люди, стремящиеся стать обладателем эксклюзивных и потрясающих дизайнерских решений. Фабрика создает вещи, в которых уживаются роскошь и простота, грация и грубость. Сложные формы, применение и сочетание совершенно неожиданных фактур, современность, смелость решений, использование самых неожиданных материалов, многие из которых разрабатываются на самой фабрике, — в этом уникальность произведений EDRA, достойных занять свое место даже в музеях современного искусства.



Салон «Verona Mobili. Кухни & Двери»,
пер. Типографский, 1 а, тел. 535-800,
e-mail: verona.tomsk@gmail.com,
www.veronatomsk.ru



Экологичное решение

Чем чаще томищи интересуются строительством домов по «канадской технологии» из СИП-панелей, тем больше вопросов и мифов разного уровня достоверности возникает вокруг этого прогрессивного и современного вида возведения домов. Одна из самых распространенных тем — экологическая безопасность «канадских домов».

Максимально полную и достоверную информацию по данному вопросу нам предоставил руководитель «ECOTHERMGROUP» Юрий Ваколов.

— Юрий Сергеевич, наверное, главный аргумент противников домов

из СИП-панелей — это утверждение об опасности проживания в них из-за высокого содержания в материалах вредных веществ: фенола, формальдегида и др. Насколько оно соответствует действительности?

— Предлагаю наш разговор сразу начать с одного важного тезиса: современные СИП- или, как их еще называют — сэндвич-панели, представляют собой абсолютно экологически чистый и безопасный строительный материал. А чтобы наш разговор был построен на серьезной доказательной базе, мы должны вспомнить, что прежде чем появиться на российском строительном рынке, дома по канадской технологии более полувека с успехом возводились (и стоят до сих пор) на североамериканском континенте и в Западной Европе. Их огромная популярность в том числе как раз и связана с их экологичностью. А мы ведь говорим о тех странах, где десятилетиями действуют

высокие стандарты в сфере экологической безопасности, а потребители привыкли делать осознанный выбор. Помимо жилищного строительства в США, Канаде и Европе СИП-панели часто используют при строительстве сооружений, к которым предъявляются особые требования: больницы, детских и культурных учреждений. Важно отметить и то, что за рубежом многие люди, страдающие астмой и аллергией, предпочитают жить в этих домах. За последние десятилетия и в России экологическая безопасность все чаще становится одним из главных критериев при оценке материалов.

— Но ведь вы не станете отрицать, что вредные вещества там все же присутствуют?

— Опять же хочу прибегнуть к фактам. Чтобы убедиться в том, что СИП-панели экологически безопасны, рассмотрим с этой точки зрения материалы, из которых



ЮРИЙ СЕРГЕЕВИЧ ВАКОЛОВ,
руководитель
«ECOTHERMGROUP»

их делают. Сэндвич-панели называются так, потому что состоят из трех слоев: между двух ОСП (ориентированная стружечная плита) как «начинка» размещается слой пенополистирола. Из чего состоит ОСП? Это 90 % древесной стружки, а остальные 10 % составляют натуральные смолы, наполнители и отвердители, синтетический воск и соль борной кислоты для усиления защитных свойств ОСП.

На самом деле такие явно не полезные для здоровья вещества, как фенол и формальдегид, содержали как раз хорошо известные ДСП советских времен. Однако с тех пор изготовители стройматериалов научились изготавливать древесно-стружечные плиты, не опасные для здоровья человека. Не будем спорить: формальдегид и сейчас имеется в составе многих природных материалов, даже такого эталона экологичности, как древесина. Но есть одно «но»! Количество формальдегида, который испаряет современная плита ОСП, используемая в производстве СИП-панелей, не достигает 0,1 частей на миллион. Кстати, это значительно ниже уровня, допустимого российскими стандартами при изготовлении детской мебели. Это настолько мало, что следы формальдегида не могут обнаружить даже многие измерительные приборы.

— Хорошо, но пенополистирол, как известно, это все же «чистая химия»...

— Действительно, вторым компонентом, входящим в конструкцию СИП-панели, является пенополистирол, одно из достижений современной химической промышленности. И снова употреблю емкую частицу «но»! Сегодня во многих странах мира пенополистирол признается одним из наиболее экологичных материалов, используемых в малоэтажном строительстве. Данный материал имеет высокий экологический рейтинг, а утепление 8 из 10 европейских домов производится с его помощью. В Японии



ФАКТОРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЛИЩНОГО СТРОИТЕЛЬСТВА

Пожарная безопасность. Достигается с помощью покрытия огнезащитным составом несущих конструкций дома (каркаса, перекрытий, стропил и пр.).

Физическая безопасность. Предполагает наличие высоких эксплуатационных параметров. **Материал должен быть надежным, долговечным, не скапливать статическое электричество.** **Экологическая безопасность.** Включает химическую и биологическую безопасность используемых материалов. Все материалы, используемые при строительстве и отделке, не должны выделять в воздух вредных веществ. **Биологическая безопасность предполагает отсутствие биологической угрозы здоровью и жизни человека — материал должен препятствовать образованию плесени, грибков и размножению болезнетворных микроорганизмов.**

пенополистирол даже считают «четвертым поколением конструктивных материалов», применяемых в строительстве жилых домов, наравне с деревом, бетоном и металлом. Пенополистирол широко используется во всем мире при изготовлении игрушек, упаковки продуктов питания, медицинских материалов и т. д. То есть в тех областях, где просто невозмож-

но использование материалов, безопасность которых вызывает сомнения.

— Если достоверные факты о СИП-панелях не являются закрытой или секретной информацией, откуда же берутся недостоверные слухи и догадки о них?

— К сожалению, в жизни мы часто сталкиваемся с неграмотностью: правовой, медицинской, финансовой... И когда речь идет о строительстве, квалифицированное заключение вы можете получить только от специалиста с большим опытом, который сможет объяснить вам назначение любой детали или элемента дома, предоставить полную документацию о материалах для строительства, в том числе и на ее экологическую безопасность. Еще очень полезно пообщаться с теми, кто уже живет в СИП-домах: как правило, такие люди с удовольствием делятся всеми плюсами и минусами своего жилья.

Считаю нужным донести до тех, кто хочет обладать полной информацией о безопасности своего будущего дома, еще одну важную мысль: механизм экологичности достигается также и контуром — закрытием внутренней поверхности дома за счет пароизоляции и слоя гипсокартона. Даже если предположить, что в СИП-панелях есть какие-нибудь вредные вещества, контакт с ними будет абсолютно ограничен. К тому же внутренний контур параллельно решает вопросы шумоизоляции, пожаростойкости, влагорегуляции, то есть создает идеальные и комфортные условия жизни.

 **ЭКОТЕРМСИП**

Завод по производству готовых домокомплектов,
ул. Кулева, 12, оф. 36,
тел.: 94-22-33, 779-778,
ecothermsip.ru

Современные СИП-ПАНЕЛИ
представляют собой абсолютно
экологически **ЧИСТЫЙ** и безопасный
строительный **МАТЕРИАЛ**





РАБОТА СОЛНЦА

Основание декоративного столика Driftwood создано из лесоматериала, который собирают у берегов Индонезии. Каждая коряга имеет уникальный вид: дерево выжжено на солнце и пропитано водой. Древесина сушится в печи и обрабатывается лучшими мастерами. Столешница изготовлена из прозрачного стекла и позволяет сверху любоваться на рельефное основание. Каждый стол уникален благодаря использованию природных материалов с необычной текстурой.
www.crateandbarrel.com.ru



ШИК И БЛЕСК

Окунуться в мир ослепительных французских кабре и насладиться роскошью и блеском у себя дома поможет консоль Burlesque от фабрики Koket. Столешница и ящички консоли обиты натуральной кожей рептилии, в черных хрустальных ручках играют тысячи огней, а металлическое основание из полированной латуни или нержавеющей стали напоминает изящными формами плавные изгибы тела.
www.bykoket.com



ДОН ДЖОВАННИ

Элегантные линии нового дивана Don Giovanni коллекции Natuzzi Italia очаровывают с первого взгляда. Это Клаудио Беллини силой своего таланта переосмыслил в современном ключе стиль Charles-of-London. Яркий и легкий дизайн Don Giovanni расположен в горизонтальной плоскости, что делает его подходящим как для классических, так и для ультрасовременных интерьеров. Необычный по своим размерам и пропорциям, этот решительно низкий и глубокий диван выглядит привлекательным и роскошным местом для отдыха.
www.natuzzi.ru



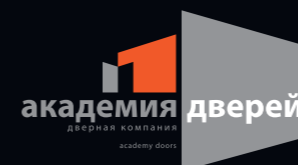
ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Приготовить у себя на кухне буйабес, курицу в вине или лосось, запеченный в папилютках, теперь просто — кулинарный процессор KitchenAid Artisan превращает создание сложных блюд в легкое и увлекательное занятие. Он оснащен 12 различными функциями. По нажатию одной кнопки прибор взбивает, делает пюре, готовит на пару, варит, тушит и жарит. Удивить домашних поможет кулинарная книга с рецептами, где даны пошаговые инструкции и точные настройки меню.
www.kitchenaid.ru

Поздравляю всех женщин нашего замечательного города с праздником! Желаю женского счастья, душевного спокойствия, интересных путешествий и приятных открытий, позитивного взгляда на жизнь и простых человеческих радостей, искренней и взаимной любви, которая делает нас счастливыми!

Женщина всегда была символом красоты, милосердия, чуткости и доброты: мы оберегаем мир и покой своих семей, воспитываем детей, согреваем близких теплом сердец и нежностью рук, вдохновляем на подвиги, укрепляем веру в силы наших родных, поддерживаем в новых начинаниях. Пусть вас никогда не оставят здоровье и терпение, пусть в домах царит душевное тепло и семейная гармония, бесконечное счастье и верность. Пусть солнце всегда освещает ваш путь, а цветы, дружеские улыбки и комплименты радуют как можно чаще!

Татьяна Зубова, директор



КОЛЛЕКЦИИ ДВЕРЕЙ ОТ «АКАДЕМИИ ДВЕРЕЙ»



ВХОДНЫЕ ДВЕРИ



Стальные двери от производителя ООО «ПИЛАР»
(г. Новосибирск) — завоевавшие звание «Лидер России 2015»

МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ



Межкомнатные двери Lidman, Россия

пер. Карповский, 3, тел.: 25-86-23, 8-953-921-51-33;
пер. 1905 г., 5 а, тел.: 99-41-33, 8-952-175-97-75



Удовольствие по немецкому рецепту

Чем известна немецкая кухня? Тем, что она простая, вкусная, сытная и разнообразная. В различных областях Германии существуют свои любимые блюда и традиции, зачастую не похожие друг на друга. Но в любом регионе обед считается временем основного приема пищи, а суп является неотъемлемым элементом этой трапезы.

Первые блюда в Германии готовятся по-своему и имеют они свои отличительные особенности. Немецкий суп Айнтопф прославился разными вариациями ингредиентов в блюде, создающими особый неповторимый вкус. Считается, что этот наваристый суп имеет крестьянское происхождение: Айнтопф был создан немецкими хозяйками с определенной целью — вкусно и сытно накормить свою семью. Этот суп стал популярен и за пределами Германии, его готовят во многих европейских странах, а читатели «Дорогое удовольствие» теперь смогут приготовить это блюдо у себя на кухне.



Кайзерхоф

— бар-ресторан —

ул. Красноармейская, 122, тел. 905-905



ВЛАДИМИР КАРЯКИН,
шеф-повар ресторана
«Кайзерхоф»

КЛАССИЧЕСКИЙ РЕЦЕПТ СУПА АЙНТОПФ

Свинная шея — 250 г
Говядина — 250 г
Куриное филе — 200 г
Морковь — 200 г
Картофель — 500 г
Горошек зеленый консервированный — 250 г
Фасоль сухая — 250 г
Вода — 2 л
Масло растительное — 50 г
Лук репчатый — 150 г
Чеснок — 20 г
Соль, перец по вкусу

1. Предварительно замачиваем фасоль (1 — 1,5 часа).
2. Мясо и картофель нарезаем небольшими кубиками.
3. На дно кастрюли выливаем растительное масло и обжариваем мясо до появления золотистой корочки, вынимаем мясо и в это же масло добавляем нашинкованную морковь и лук.
4. Засыпаем и обжариваем фасоль, заливаем водой, доводим до кипения.
5. Варим 10 — 15 минут, добавляем мясо, горох, картофель, солим, перчим и тушим до готовности. При подаче посыпаем рубленой зеленью.

Приятного аппетита!

FUN & Toys*

ВСЕ ЛУЧШЕЕ В ОДНОМ МЕСТЕ

Пятизвездочный бутик-отель RODINA Grand Hotel & SPA, расположенный на берегу Черного моря в самом сердце Сочи, встретит вас роскошным субтропическим парком, величественной архитектурой, 60 дизайнерскими номерами и инфраструктурой, которая делает любой отдых разнообразным и запоминающимся. Один из крупнейших SPA-центров в Европе, спортивные площадки и бассейны, 3D кинозал и библиотека, бары и рестораны — RODINA Grand Hotel & SPA неоднократно и совершенно заслуженно побеждал в номинациях «Лучший отель России» по мнению экспертов Ростуризма, CN Traveller, World Travel Awards, TripAdvisor.



**В ПОИСКАХ НЕМО
МАЛЬДИВСКИЕ ОСТРОВА**

На сафари — не только в Африку, но и на Мальдивские острова! Специально для юных натуралистов и любителей экзотических приключений на курорте Shangri-La's Villingili Resort & Spa придумали увлекательное развлечение «Тропическое сафари». Его участникам будет предложен собственный справочник «Сафари на острове» в комплекте с картой — это поможет определить среду обитания наземных и морских животных. Следуя по маршруту, дети познакомятся с летучими скатами, черепахами, черными рифовыми акулами, летучими лисицами, гекконами и другой экзотической фауной.



Кто куда...

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

Fun&Toys МАЛЬДИВЫ Fun&Toys НЬЮ ЙОРК Fun&Toys ИЗРАИЛЬ Fun&Toys МАВРИКИЙ Fun&Toys ДОМИНИКАНСКАЯ РЕСПУБЛИКА

**ХРУСТАЛЬНЫЙ УХОД
НЬЮ-ЙОРК, США**

Первый в мире СПА открыл известный дом хрустала Vassarat совместно с косметическим брендом La Mer в отеле Vassarat Hotel & Residences в Нью-Йорке. Наряду с классическими процедурами здесь представлена эксклюзивная программа по уходу за лицом с использованием алмазной пудры — The La Mer Vassarat Facial. Входящий в состав ухода красный хрусталь помогает бороться с усталостью кожи, а голубой хрусталь успокаивает и разглаживает морщинки, делая кожу чистой и сияющей.



**ПЕЩЕРА ГОРНОГО
КОРОЛЯ
ИУДЕЙСКИЕ ГОРЫ,
ИЗРАИЛЬ**

Путешествуя по Израилю, загляните в таинственную пещеру Сорек недалеко от Тель-Авива. Преодолев от паркинга 150 ступеней вниз, вы попадете в настоящее подземное

царство. Искусно подсвеченные сталактиты и сталагмиты создают причудливые формы, и стоит лишь немного включить воображение, чтобы увидеть Белоснежку и семь гномов или грозных горгулий. Любоваться чудом природы можно лишь ничего не трогая — прикосновение может нарушить особый микроклимат и повредить росту сталактита.

**ВКУСНЫЙ ПОЛЕТ
ПО ВСЕМУ МИРУ**

Еда из любимого ресторана на высоте нескольких сот метров над Землей? Теперь это возможно! Компания SkyPoint предлагает авиакейтеринг на высшем уровне, подобрав для своих услуг в бизнес-авиации лучших поставщиков со всего мира, давая возможность выбрать на борту джета изысканные блюда, будь то экзотическая кухня, диетическое или вегетарианское питание, а также меню для маленьких непосед. Тем пассажирам, которые предпочитают еду из определенных ресторанов, сделают заказ в заведении и максимально сохранят сервировку и подачу.



**ОКЕАНСКАЯ ЗВЕЗДА
РЕСПУБЛИКА МАВРИКИЙ**

Планируя визит в тропики, остановите свой выбор на Маврикий. Симпатичный остров, своего рода полузакрытый клуб, куда «звезды», президенты и нефтяные магнаты слетаются, как бабочки на огонек свечи. Курорту присущи все атрибуты жизни светского общества от игры в гольф до верховой езды. На острове — великолепный ботанический сад и охотничьи угодья. Индивидуальные путешествия на Маврикий организует компания «Содис».



*В самом сердце
Джакарты
в здании Capital
Place компания
Four Seasons
открывает новый
отель класса люкс
Four Seasons
Hotel Jakarta
Просторные suites
с панорамными
видами
крупнейшего
города Индонезии
дополняют
лаунджи для
деловых встреч,
ультрасовременные
СПА и фитнес-
клуб.*



**УДИВИТЕЛЬНОЕ РЯДОМ
ЛАТВИЯ, РИГА**

Черепичные крыши, зеленые шпили соборов, фасады в стиле ар-нуво, большие парки и уютные бары — все это Рига, город с неповторимым очарованием старой Европы. Туроператор TEZ TOUR разработал специальную программу на выходные, чтобы успеть увидеть в городе самые интересные места. Путешественников проведут по улочкам старого города и покажут самые интересные антикварные лавки. А любоваться закатом отведут на главные смотровые площадки Риги в Академии Наук или на башне Церкви Святого Петра.



**РАЙСКИЙ УГОЛОК
ПУЭРТО-ПЛАТА, ДОМИНИКАНСКАЯ
РЕСПУБЛИКА**

Отдохнуть с друзьями или с семьей, устроить романтическую поездку вдвоем — эксклюзивный курорт Celuisma Playa Dorada Hotel в Доминиканской республике подойдет для любого случая. Отель расположен всего в 17

километрах от международного аэропорта Пуэрто-Плата и славится не только превосходным обслуживанием, но и пляжами, словно с картинки. А для влюбленных здесь настоящий рай — можно провести церемонию бракосочетания на белоснежном песке, под аркой, украшенной благоухающими цветами, отметить торжество в ресторане и нежиться в спа весь «медовый» отпуск.

Время для развития

Кризис — это не повод для переживаний, а время перемен, идеально подходящее для саморазвития. Будущее не предскажешь, но те средства, которые будут вложены в образование, свое и детей, непременно принесут пользу.



Томичи это прекрасно понимают, поэтому количество студентов в Центре иностранных языков «English House» постоянно растет. Сам Центр тоже расширяется: в январе открыт новый филиал, кроме того, здесь постоянно появляются необычные и эффективные направления. Мы выяснили главные новости Центра, поскольку многие предложения интересны для людей всех возрастов всегда, в том числе и в сложные экономические времена.

Всегда рядом

Отправляться на урок за знаниями в долгий путь не хочется никому, да и современный насыщенный график к этому не располагает. В «English House» все продумали — теперь филиалы есть в разных частях города (в январе появился новый офис на Каштаке, по адресу Интернационалистов, 8/2), а также в марте состоится открытие офиса в Северске. Благодаря этому все смогут выбрать для себя максимально удобный вариант.

В какой стране учиться

Нет предела совершенству, и, возможно, вы решите отправиться изучать язык за границу или захотите, чтобы ваш ребенок получил образование за рубежом. Это прекрасный выбор — инвестиции в высшее образование в среднем окупаются за 2-3 года. Варианты есть всегда, главное найти максимально подходящий именно для вас. «English House» в партнерстве с международной компанией Students

International предлагает разнообразные программы: языковые курсы для детей и взрослых, получение среднего и высшего образования, семейные поездки, экскурсии и много других вариантов по всему свету. В феврале «English House» организовал в Доме ученых увлекательное и познавательное событие: выставку «Образование за рубежом», где можно было узнать информацию «из первых рук», пообщавшись со специалистами из вузов (University NewHampshire (США), Humber College (Канада), European School of English (Мальта), Pacific International Hotel Management School (Новая Зеландия), Dwight School (Канада) и ведущими специалистами Students International. Особенно много вопросов было о таком перспективном и востребованном сегодня направлении, как гостиничный менеджмент. Одним из ярких моментов выставки стала презентация стипендиальной программы правительства РФ «Глобальное образование». Это возможность для талантливых людей учиться за рубежом за счет государства. Сегодня в совместном проекте со Сколково (чьим официальным представителем является «English House»), предполагающим финансовую поддержку обучения за границей в ведущих университетах и дальнейшее трудоустройство, участвуют 288 вузов из 32 стран мира. А 1 марта прошла презентация программы «Образование в Голландии на английском языке. Стипендии для студентов из России», которую провел директор центра Nuffic Neso Russia, официального представителя голландского высшего образования в России.

Тест сдан

Перед тем, как отправляться на учебу, во многих случаях надо сдать тест, подтверждающий знание языка. Ведущим сегодня в мире считается IELTS. «English House» — официальный представитель IELTS в Томске. Студенты могут быть спокойны: у педагогов Центра есть большой опыт подготовки к сдаче этого экзамена. А перед тем, как проходить это испытание, стоит проверить свои силы и уровень с помощью предварительных тестов, которых мы получаем непосредственно из Кембриджа. Выполненные студентами тесты затем отправляются туда же для проверки — такие правила и условия обязательны для нас, как официальных представителей. На ближайший пробный экзамен IELTS Центр приглашает 4-5 марта.

Школьникам, сдающим ОГЭ и ЕГЭ по английскому языку, тоже можно оценить свои знания. Пробные тестирования по разделам «Аудирование», «Чтение», «Лексика и Грамматика», «Письмо» проводятся регулярно. Работы проверяют эксперты, которые каждому дают индивидуальные письменные рекомендации. И конечно же, для подготовки к этим экзаменам можно обратиться к профессионалам из «English House»!

Что такое V.I.P.?

V.I.P. — это не только очень важные персоны, но и новое, очень значимое направление «Внимание. Интеллект. Память». Гармонично развиваться можно в любом возрасте, просто для каждого нуж-



ны свои программы. В «English House» детей до 5 лет ждут на занятиях «Мир малыша». Это время сформировать целостную картину мира, научиться систематизировать информацию. С 5 до 7 лет спешите на занятия по программе «Скоро в школу», развивать навыки, которые понадобятся во время учебы. Также дети познакомятся с поведенческими стратегиями, благодаря которым будут быстро чувствовать себя своими в любом коллективе.

Предлагает «English House» и другие замечательные программы: ВИП для младших школьников — курс для постановки правильной техники чтения, развития памяти, внимания, мышления, воображения, речи и мелкой моторики ребенка. ВИП подросток — программу для 5-8-классников, развивающую память. Еще ученики обретают бесценное сегодня умение быстро читать, при этом усваивая материал.

Есть курсы ВИП и для взрослых — старшекласников, студентов, для тех, кому приходится работать с большим количеством информации. Методика помогает развить внимание, держать в тонусе интеллект, быстро читать.

В Центре с радостью отмечают, что посещением курсов ВИП довольны и дети, и их родители, тем более, что первые вдохновляющие результаты занятий уже есть!

Слушай и учись

«English House» — центр, увлеченный прогрессивными подходами. Среди его новинок — одно из эффективных направлений самосовершенствования, метод «педагогика слушания», разработанный Альфредом Томатисом. Этот французский ученый, врач-отоларинголог и фониатр, экспериментировал и доказал, что хорошая организация слухового процесса помогает нам развиваться! В основе метода — теория взаимодействия слухового восприятия и голоса. Ухо для Томати-

са — важнейший орган, формирующий сознание человека. Именно оно доставляет в мозг до 90% сенсорной информации, а также оказывает огромное влияние на все тело.

В занятиях с детьми можно добиться заметных улучшений по многим показателям, среди которых голосовые данные (речь и вокал), концентрация внимания, способность к коммуникации, навыки чтения, пунктуальность, чувство ритма, уверенность в себе и другое.

Еще одна современная удивительная новинка от «English House» — это лингафонные наушники. Они нужны для улучшения дикции, памяти, внимания, речи. Оказывается, стимулировать свой мозг можно собственным же голосом! Прогрессивное устройство работает за счет костного проводника и уникального динамического фильтра, так тренируется мозг, улучшается не только внимание, но и слуховая обработка информации.

Тренировки с лингафонным устройством особенно эффективны, если заниматься каждый день. Метод действует, стимулируя слух и речь разговором через микрофон. Динамический фильтр заставит вас иначе услышать собственный голос и его отрегулировать. Уже через несколько тренировок голос станет более естественным, повысится концентрация внимания. Так, постепенно, лингафонное устройство обучит голос стимулировать мозг. Наушники хороши и для изучения иностранных языков, и на занятиях ВИП.

Ура, каникулы!

Уже не первый год летом «English House» приглашает школьников в детский лагерь, где погружение в английский язык, разговорная практика сочетается с развивающим отдыхом. Теперь Центр решил не ждать лета. Двухнедельный учебный курс начинается в весенние каникулы, с 21 марта.

Кроме того, в «English House» разработаны различные социальные программы. Например, в марте начнется трехмесячный бесплатный курс для ветеранов (в центрах на Интернационалистов и на Красноармейской).

Столько увлекательных, оригинальных и, главное, эффективных предложений открывает перед студентами «English House»! Устоять перед интересными современными методиками, великолепными возможностями для изучения иностранных языков и личностного роста просто невозможно! Найдите для себя самый актуальный и подходящий именно вам вариант — и скорее включайтесь в учебу.



Сеть центров изучения

иностраннх языков «English House»,

ул. Никитина, 15, оф. 3, тел. 53-11-78;

ул. Красноармейская, 96, тел. 43-06-38;

ул. Лазо, 4/1, тел. 22-33-17;

пр. Ленина, 151/1, тел. 51-68-50;

ул. Энтузиастов, 39, тел. 46-97-44;

ул. 79-й Гвардейской дивизии, 12, тел. 93-41-14;

ул. Интернационалистов, 8/2, тел. 25-64-54,

моб. 8-953-926-71-09;

г. Северск, ул. Транспортная, 30, БЦ «Тайм»

(2-й этаж), тел. 22-04-41, моб. 8-913-804-44-11

englhouse@mail.ru, www.englhouse.ru,

www.studinter.ru



Центр Развития VIP

ул. Красноармейская, 96, тел. 43-05-12,

моб. 8-952-184-23-98,

ул. Энтузиастов, 39, тел. 46-97-44,

моб. 8-952-755-59-20,

ул. Интернационалистов, 8/2,

тел. 25-64-54, моб. 8-953-926-71-09,

ул. Лазо, 4/2, тел. 22-33-17,

моб. 8-903-955-33-17

Счастливым дом непременно полон гостей! Тем более, если речь идет о роскошном купеческом — уж очень успешные сибирские торговцы любили и умели принимать в своих стенах друзей!



АППЕТИТНОЕ МЕНЮ

В ресторане «Купеческий дом» к традициям относятся бережно и всегда рады предложить своим гостям вкусные яства. С марта посетителей ждет приятный сюрприз — новое меню. Блюда из него станут еще вкуснее, а цены — ниже!

Перемены связаны с тем, что в ресторан пригласили нового технолога. Сегодня в ресторане можно отведать в первую очередь исконно-русские кушанья, именно их спешат предложить гостям.

Некоторые блюда теперь зовутся по-новому. Например, «Шипящая сковорода», которую посетители «Купеческого дома» давно полюбили, располагается в меню под именем «Жареха по-русски». Это по-прежнему мясо (свинина или говядина), обжаренное с овощами и картошечкой, оно готовится весьма быстро, на стол подается с пылу, с жару и аппетитно шипит. Только имя блюда теперь напоминает о прекрасных русских традициях. Салатов в меню ресторана будет меньше, чем прежде, зато интереснее стали их рецепты и необычнее названия.

В непростые кризисные времена

баловать себя частыми посещениями ресторана стало сложнее, но «Купеческий дом» все продумал. Даже состоятельный современный купец знает, что копейка рубль бережет, и больше обращает внимания на цены. Новое меню его порадует, например, тем, что заметно привлекательнее стала стоимость гарниров. Те порции, что прежде обходились в 250 рублей, сегодня будут стоить заметно дешевле, например, 150 граммов картофеля в преображенном меню идут за 150 рублей. Радуют и салаты: раньше эти блюда были по цене от 380 рублей и выше, теперь легкий овощной, идеально сочетающийся с мясом и прекрасно дополняющий шашлык, можно приобрести за 250 рублей.

Что касается напитков, то винную карту в ресторане обновили еще осенью. Среди фирменных предложений — морсы: таежные (сочетание брусники и клюквы), ягодный, а также лимонный. Нравящиеся к сладостям будут довольны, обнаружив интересные предложения в десертной карте.

Еще зимой в ресторане преобразилось дневное меню. В «Купеческом доме»

снизили цены на бизнес-ланч. В обед гостей ждет комплекс из солидных порций первого, второго и напитка на средний чек 250

рублей! Меню каждый день новое, разнообразное, в нем всегда достаточно вариантов. Так, среди горячего непременно представлены и мясо, и рыба, и птица. Завсегдатаев «Купеческого дома» ждет серьезный комплимент от заведения: каждый пятый обед в подарок!

Ресторан поменял меню, но его главные принципы в создании кушаний остались неизменными: все готовится из максимально натуральных ингредиентов, берутся только свежие продукты, никаких заготовок на кухне не используется. Даже мясо для салата обжаривается только перед самой подачей. Именно так рождаются действительно вкусные, незабываемые блюда! Работу в «Купеческом доме» проделали серьезную. Оценить новый вариант меню гости смогут на его презентации 4 марта или в течение всего первого месяца весны. Распробовать новые кушанья поможет аппетитная скидка 30% на все меню. Она будет действовать в марте постоянно, кроме праздничных дней.



Ресторан «Купеческий дом»,
пер. Батенькова, 7,
тел.: 99-45-01, 25-00-69,
www.restoran.k-dom.tomsk.ru

Те порции, что прежде обходились в 250 рублей, сегодня будут стоить заметно дешевле, например, 150 граммов картофеля в преображенном меню идут за 150 рублей.

КНИЖНЫЕ ОТКРЫТИЯ

«Умка» — это уникальное многофункциональное пространство, совмещающее в себе книжный магазин, зону свободного книгообмена и площадку для проведения культурных событий, мероприятий для творчества и развития по мотивам детских книг.

В «Умке» можно не только купить книги, но и взять их в аренду на срок до двух недель! Мы сформировали специальные полки с книгами для детей школьного возраста, некоторые подойдут для старших дошколят. Книги интересные, современные, рейтинговые. Наше эксклюзивное предложение — bookБОКС (коробка с книгами). Это комплект книг на любимые темы ваших детей, который вы заберете сами в магазине или мы доставим вам до квартиры. Есть уже готовые, также мы можем сформировать bookБОКСЫ по вашему желанию.

Мы вдохновим ваших детей на чтение! А как мы это сделаем? В процессе игры! Речевой фитнес, игры и чтение по мотивам популярных книг для малышей, занятия по литературному развитию для детей 10-14 лет, английский с мамой для детей от 7 месяцев, английское чтение для детей, группы обучения чтению и развития речи по методике Н. С. Жуковой для детей с 5 лет, курсы каллиграфии для учеников начальных классов.



«Маленькая березка», Марианна Хофманн, издательство «Добрая книга»

Это книга о трогательной дружбе старого мудрого бука и юной березки расскажет о многих тай-

нах природы, научит глубоко понимать ее и сопереживать ей.



«Фред и Анабель. История одной любви», Лена Гессе, издательство «Энас-книга»

Кот Фред и серая гусыня Анабель, подружившиеся летом, грустят в разлуке, пишут друг другу письма и с нетерпением ждут прихода весны...



«Наши цветы», Екатерина Серова, издательство «ДЕТГИЗ»

Чудесная и нежная книга стихов для детей «Наши цветы» уже более 60 лет знакомит ребят с красотой окружающего мира.



«Мир, в котором живут звезды», Ефрем Левитан, издательство «ИД Мещерякова»

В этой книге вместе с ее героями можно открыть для себя Вселенную, вырваться за пределы Солнечной системы и познакомиться со всеми звездными обитателями космоса.



«Наше дерево», Герда Мюллер, издательство «Добрая книга»

Уникальная книга с великолепными иллюстрациями классика детской литературы Герды Мюллер наглядно и в игровой форме рассказывает детям о жизни леса и учит ребенка тонко чувствовать природу, ощущать себя с ней единым целым.



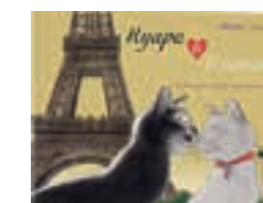
«Как растут овощи?», Герда Мюллер, издательство «Добрая книга»

Бестселлер Герды Мюллер — это увлекательные рассказы об огороде, о том, как рождаются и живут овощи, какую роль в жизни растений играют насекомые и птицы, как готовить вкусный салат и как вырастить сочную зелень в собственной квартире.



«Профессор Астрокот и его путешествие в космос», Доминик Воллиман, издательство «Мани, Иванов и Фербер»

Вместе с профессором Астрокотом ваш ребенок совершит первое в жизни космическое открытие и обязательно захочет покорить космос.



«Нуаро и Бланш», Антон Соя, издательство «Нигма»

Это история о прекрасной любви, зародившейся в самом сердце самого романтического города на свете. Теплой парижской весной Кот Мину Нуаро встречает прекрасную кошечку Кити Бланш. Но злая судьба разлучает влюбленных. Нуаро бросается на поиски своей возлюбленной. Чтобы ее найти, он готов перевернуть весь Париж!



Магазин-клуб детской книги «УМКА»,
ул. Усова, 37, тел. 8-961-888-37-37
инстаграм UMKA_KNIGA,
Вконтакте vk.com/umka_kniga



Александр Чугунов, шеф-повар



Весенний позитив



Ресторан «Siberia» встречает весну на волне позитивных перемен. К специально разработанному на новый сезон меню будут добавлены еще несколько интересных гастрономических предложений, приуроченных к определенным календарным событиям первого месяца весны.

Так, 8-го марта каждая гостья ресторана получит в качестве подарка изысканный десерт. Масленичная неделя подразумевает, конечно же, блины по фирменным рецептам от «Siberia», а с началом Великого поста в заведении появится постное меню. Те, кто придерживается традиций, могут открыть для себя вкус лингвини с цукини, побаловать себя веганскими роллами, познакомиться со знаменитой итальянской полентой.



WORLD & Travel*

СЕНЕГАЛ

Африка в качестве механизма, ежеминутно взрывающего вам мозг, — сказочное, просто райское место! Черный континент готов «работать» с утра и до вечера над вашей трансформацией, не останавливаясь даже ночью, так как даже сны в таком месте меняют темы и наполняются символами, событиями и персонажами, с которыми нет шанса встретиться в «европейских» сновидениях.

* «МИР И ПУТЕШЕСТВИЯ»



Картина уличного художника, о. Горе, Сенегал

RESTAURANT
SIBERIA

пр. Ленина, 91, тел. 53-02-02,
instagram @siberia_rest



Сенегал — душа Западной Африки

Текст: Анна Иванова. Фото: Анна Иванова, Иван Пилевин

100-летняя бабуля с правнучкой, юг Сенегала



Закат на побережье возле Дакара

Любое путешествие в экзотические регионы планеты, где живут люди, сильно не похожие на нас с вами — по внешности, языку, поведению, образу жизни, — это всегда, на мой взгляд, попытка перезагрузить свой внутренний мир: избавиться от нелепых стереотипов и устаревших понятий, но в то же время — способ насытить новыми идеями, звуками, красками, запахами, картинками... В тревожные и неуютные времена, вызванные политическим и экономическим кризисом или общей нестабильностью в цивилизованном мире, эскапистские поездки на край земли или за черту понятной нам реальности очень полезны как один из видов психотерапии. Нужно только выбрать, куда отправиться — в сторону высоких гор, покрытых шапками снега; морских глубин, населенных полумифическими существами; бескрайних равнин, когда «лечит» уже один только вид далекого горизонта... Или предпочесть остаться с людьми, на «Планете людей» (А. де Сент-Экзюпери), но с теми, которые видят все иначе, а значит, могут научить и нас по-другому воспринимать действительность. Например, с африканцами! Нам в России сейчас, как никогда ранее, ой как нужны новые точки опоры, если не во внешнем мире, то где-то глубоко в душе или сердце. Африка — большой Мастер по прониканию в глубины нашего сознания и того, что находится под ним, поэтому самое время туда отправиться. Тем более что народу там поувавилось, ведь многие африканцы отправились в качестве беженцев за лучшей жизнью или за какой-то своей «перезагрузкой» в Европу, а значит, можно без толкотни

попутешествовать по их исторической родине. Африка в качестве механизма, ежеминутно взрывающего вам мозг, — сказочное, просто райское место! Черный континент готов «работать» с утра и до вечера над вашей трансформацией, не останавливаясь даже ночью, так как даже сны в таком месте меняют темы и наполняются символами, событиями и персонажами, с которыми нет шанса встретиться в «европейских» сновидениях. Вот, например, мои первые результаты — теперь мне кажется странным, что вокруг может быть столько белых людей одновременно! Более того, люди с белой кожей видятся мне не такими уж красивыми, как раньше... И, о ужас, у некоторых из нас могут быть светлые волосы и глаза! Это же почти уродство! Тем более после Сенегала, женщины которого считаются самыми красивыми на всем континенте... Высокие, стройные, гибкие, с тонкой костью, не слишком крупными чертами лица, прическами из сотен косичек на голове, идеальной иссиня-черной кожей, отливающей на солнце блеском матового шелка. Да и мужчины иногда им под стать. Помните актера Омара Си из фильма «1+1» (в оригинале «Неприкасаемые»)? Его отец сенегалец, а мать из соседней Мавритании, соединившие в сыне гены особого сахельского (юг Сахары) типа внешности.

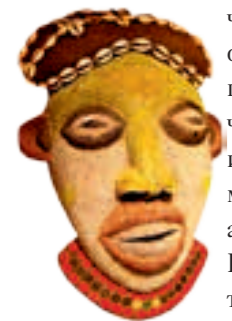
Недавно вернувшись из «Черного мира», я все еще нахожусь в процессе экстренной реабилитации-привыкания к «Белой цивилизации», которая к тому же после чтения лент со свежими новостями не кажется такой уж умной и продвинутой. А про то,



Стрит-арт



Маски на рынке



что путешествия — лучший способ терапии от всех душевных и ментальных недугов, полагаю, никто спорить не собирается? К той части Африки, о которой я собираюсь писать, и, в частности, к Сенегалу, имел самое прямое отношение мужественный летчик и гениальный писатель Антуан де Сент-Экзюпери. Его книга «Планета людей» начинается такими словами: «Земля помогает нам понять самих себя, как не помогут никакие книги.

Ибо земля нам сопротивляется. Человек познает себя в борьбе с препятствиями. Но для этой борьбы ему нужны орудия. Нужен рубанок или плуг. Крестьянин, возделывая свое поле, мало-помалу вырывает у природы разгадку иных ее тайн и добывает всеобщую истину. Так и самолет — орудие, которое прокладывает воздушные пути, — приобщает человека к вечным вопросам».

Итак, один из самых интереснейших регионов Африки — Западная Африка — ее аппетитный округлый западный выступ (ниже Марокко и выше обеих Конго), который португальцы так долго не могли обогнуть и дико злились по этому поводу. Португалия на 250 лет раньше Испании освободилась от арабского владычества и от притязаний на ее трон соседей из Кастилии, и ей очень хотелось, во-первых, наказать иноземных обидчиков, перенеся военные действия на их родные земли в Африке, во-вторых, опробовать в серьезном деле свои новые модели судов «каравеллы», ну и, в-третьих, пополнить казну золотом или еще чем-то, не менее ценным, тоже не мешало. Северные моря Европы, так же как и Средиземное, были тогда полем, перенасыщенным политическими и торговыми интересами десятков государств, поэтому португальцы решили двинуться в тогда еще никому не понятном южном направлении. Конечно, к тому моменту они были знакомы с северным побережьем Африки (и даже периодически воевали с арабами в Марокко), теоретически знали об огромной пустыне Сахара, о реках, которые якобы текут на ее южных рубежах, о невероятно сильных черных людях, живущих в тех краях, — идеальных в качестве «помощников по хозяйству» (рабов), и т.д. Более 40 лет



Картина



Тансор в макияже

самый знаменитый португальский принц Энрике (Генрих) Мореплаватель потратил на то, чтобы исследовать и прибрать к рукам Западную Африку попутно с островами в Атлантическом океане у ее побережья. Многие из его планов осуществились. Огибая мыс за мысом на африканском континенте, открывая островок за островком в океане, португальцы упорно двигались на юг. Романтика первооткрывателей у португальцев соединялась с циничным прагматизмом, поэтому в новых землях они, не сразу найдя золото, охотно прихватывали чернокожих людей, которых втридорога продавали в качестве рабов в Лиссабоне. Мавры-арабы, которые столько столетий терроризировали Иберийский полуостров, были для португальцев не только захватчиками, но и народом, обладающим самыми разными научными сведениями о мире, и образцом для подражания в коммерции. Поэтому добрые христиане-католики вслед за своими учителями-мусульманами ринулись в пучину наживы на африканский континент, не брезгуя, в том числе, и торговлей людьми. Вот уже в 1444 году они прошли самую западную точку Черного континента — мыс Альмади и направили свои стопы (каравеллы) снова на юг, желая во что бы то ни стало найти южный край этого материка, а затем, чем черт не шутит, и проход в другой океан, в котором лежат волшебные-богатые Острова Пряностей и Индия.



Маски из разных регионов Западной Африки



Нас же пока интересует только тот ранний эпизод в истории исследования португальцами Африки, когда они крутились вокруг ее западного побережья, так как именно там лежали основы того, что позже станет Сенегалом.

ИСТОРИЯ СЕНЕГАЛА

Сенегал — маленькая страна на самой западной оконечности Западной Африки, лежащая в регионе Сахель (на границе пустыни Сахара и саванн) на севере с переходом в субтропическую зону на юге. Несмотря на свои размеры, Сенегал умудрился «проглотить» совсем крошечную страну Гамбию: она находится внутри него и выглядит, как узкая длинная полоска суши в форме зловещей улыбки на сенегальском «лице», где носом служит мыс Альмади, направленный в сторону Бразилии. К слову, от Сенегала до Южной Америки по прямой всего около 3 600 км, поэтому однажды португальцы, как обычно, прогуливаясь вдоль западного берега Африки, «случайно» открыли новый заморский континент, сначала не придав этому большого значения. Долгое время именно изобильные западные земли Черного континента будоражили их воображение и экономику, показатели которой год от года росли как на дрожжах от продажи слоновой кости, золота и, конечно, рабов. Сначала темнокожие жители этого региона Африки показались европейцам очень страшными и черными, но чего у местных было не отнять — это превосходных сильных выносливых тел, просто идеально приспособленных для работы в любых условиях. Наконец-то, экспедиции принца Энрике стали давать прибыль, а не только научные сведения о неизведанных ранее землях. Отпрыск королевской семьи на законных основаниях брал четверть доходов, полученных от любого похода в эти края, или половину, если экспедиция была снаряжена за его счет. Правда, надо отдать ему должное — Энрике все же аккуратно собирал сведения о племенах, растениях, животных, птицах, географических особенностях того региона наряду с разработкой эффективных способов отлова людей. Не подумайте, что это я так зациклена на теме работорговли! Боже упаси! Вся история Западной Африки — это несколько сотен лет невероятно циничных вариантов охоты на местных жителей для дальнейшей продажи их в рабство в Европу, Северную Африку, а позже — в заморские колонии. Размах этого прибыльного бизнеса постепенно достиг чудовищных масштабов, оставив после себя десятки миллионов трупов на африканском берегу или в море (у любого предприятия есть издержки — не все доживали до переселения в новые «места работы»), и миллионы людей, вынужденных навсегда проститься с близкими людьми и родными местами. Точнее, на прощания отводить время африканцам никто не собирался, ведь за морем в нетерпении их ждали хозяева и тяжелая работа до конца жизни. Когда африканцам рассказываешь про Гитлера, масштабы войны, цифры погибших на фронтах и в концлагерях, то они говорят, что читали что-то об этом в учебниках истории. Так и мы — что-то такое ужасное про рабство попало нам на страницах школьных книг...



«Люди под баобабом», картина



Белые колонизаторы в Африке, роспись на стене в отеле



Постеры стран-колоний Франции в Западной Африке



Португальцы, следуя примеру своих старых знакомых — арабов, просто были первыми европейцами, но далеко не последними, нашедшими эту черную «золотую жилу». Конечно, африканцы не сидели и не ждали появления белых «гостей» с их цветными бусиками и кусками ярких тканей, на которые велись сначала. Они бежали внутрь континента, сражались, иногда побеждали, но чаще гибли. Собрав легкий «урожай» по берегу, голубокровный принц Энрике придумал охотиться на африканцев с собаками, а затем, исчерпав и этот вариант, стал подкупать местных вождей, заставляя их отправляться на войну с соседями, или сражаться племена друг против друга, чтобы всегда был неиссякаемый поток пленных. Шедшим чуть позже по маршруту европейской колониальной экспансии голландцам, датчанам, французам, англичанам только и нужно было, что перенять все эти «высокие технологии» у своих предшественников-португальцев.

групп, которые позже вывели в несколько основных народов, населяющих сейчас Сенегал и Гамбию. Более того, на стыке 1-го и 2-го тысячелетий н.э. на территории Сенегала возникло его первое и достаточно сильное государство. Примерно в это же время с севера Африки в эти края пришел ислам, который приняло 90% местного населения, и где он остался доминирующей религией до сих пор. Но именно в Сенегале он позже получил новую интерпретацию — мюридизм, знакомиться с которым лучше всего в священном городе Туба. Примерно в то же самое время в регионе формируется племенной союз народа волоф, который к XIV веку перерастает в большое по площади государство Джолоф — конфедерацию различных княжеств, обладавших большой самостоятельностью. Социальная структура Джолоф носила сословно-кастовый характер и не потеряла свою актуальность и в наши дни. Волоф вместе с народом серер сегодня образуют большую часть населения страны, а их языки стали средством межэтнического общения наряду с французским. В XVI веке Джолоф распадается на отдельные княжества, рядом с которыми начинают соседствовать государственные структуры кочевых племен (фулани, фульбе), хотя по идее их образ жизни не подразумевал каких-то масштабных образований. Как вы уже, наверное, догадались, африканцы могли создавать любые княжества и королевства до тех пор, пока в их регионы не приплывали «заморские принцы». Белокожие «волшебники» по мановению руки обращали в прах всю эту чернокожую возню с государственностью, а заигравшихся в нее «детей» отправляли



Представители разных народностей Сенегала: волоф, серер, фулани и др.

Представители разных народностей Сенегала: волоф, серер, фулани и др.



Л. С. Сенгор (фото из интернета)

тоннами за океан помогать «взрослым» по хозяйству. Португальцы, голландцы, англичане... Кто только не пытался «усыновить» западных африканцев.

И вот к началу XVIII века настоящая «мама» нашлась — это была Франция, которая уже к середине века полностью оформила «опекунство» над «малышами», захватив западную часть Сенегала и создав тут идеальную площадку для колонизации всей Западной Африки. С кем-то они повоевали, конечно... Не без этого. А с кем-то заключили торговые отношения, дав задачу партнерам — поставлять как можно больше сильных здоровых рабов. Соперничество за близость к «мамкиной юбке» и карману с деньгами росло среди сенегальских племенных вождей, что в конечном итоге ослабило тамошние народы и также помогло французам без особых усилий занять их земли. К концу XIX века вся территория Сенегала стала колонией Франции, а уцелевшие чернокожие стройные красавицы и красавцы всю лопотали на ее изящном языке. Дакар, еще вчера бывший рыбацкой деревушкой на полуострове Зеленый мыс, становится столицей Сенегала и административным центром Французской Западной Африки, куда с переменным успехом входили почти все страны этого региона (Кот-д'Ивуар (тогда Берег Слоновой кости), Буркина-Фасо (Верхняя Вольта), Гвинея, Бенин (Дагомея), Мавритания, Нигер, Сенегал, Мали (Французский Судан). Иногда в эту ровную картину вкраплялись «недоразумения» в виде британских владений, но это были уже досадные мелочи на фоне французских успехов.

Франция отчасти сама пала жертвой обаяния сенегальского населения и считала Сенегал своей образцовой колонией, лучшей из всех возможных, поэтому понемножку строила там железные дороги, школы, больницы. И даже позволила нескольким районам страны выбирать своих представителей во французский парламент! Из местных жителей также были сформированы части французской армии — батальоны сенегальских стрелков, принимавшие участие в сражениях Первой мировой войны. И вот тут у африканцев произошел первый шок, послуживший позже шагом на их пути к независимости. Одни белые люди заставили стрелять в других белых! «Оказывается, они не боги», — подумали тогда сенегальцы, но сразу ничего не сказали, а еще треть века ждали удобного момента. Во время Второй мировой войны Сенегал был важной военно-морской базой союзников в Северной Африке. А вот уже после этой войны сенегальцы поняли, что все в мире живут как взрослые и самостоятельные страны, а они все из «родительского дома» выбраться не могут, и затеяли бурное движение за независимость. Франция была то в истерике, то в депрессии от такой черной сыновней неблагодарности и даже дала в 1946 году Сенегалу статус заморской территории Франции, согласно которому он стал ее законной частью — одной из провинций, а его население получило гражданские права. Ого! Редко кому из бесчисленных «усыновленных» и «удочеренных» Францией архипелагов-островков-кусков континентов выпадала такая честь. Но сенегальцы оказались чистыми романтиками и отказались, ведь не зря во главе их освободительного движения стоял Леопольд Седар Сенгор — поэт, философ, политик и позже — первый президент Сенегала. На Францию ему обижаться было грех — он там закончил Сорбонну и даже какое-то время преподавал, служил во французской армии, попал в немецкий плен, бежал, участвовал в Движении Сопротивления, служил на государственных должностях во Франции, был депутатом и даже вице-спикером Национального собрания страны. Все как у людей, в общем... Но у Сенгора была одна странная привычка — он все время думал о судьбах Африки и ее темнокожего населения, исключительность которого доказывал через разработку теории «негритюда» (африканского духа). В итоге в сентябре 1960 года Сенегал окончательно стал независимой страной, а Сенгор — единственным в Африке президентом страны, получившей независимость от европейцев, кто потом добровольно уйдет со своего поста по истечении пятого срока через 20 лет. Парадоксальность этой ситуации добавляло и то, что Сенгор был единственный христианин во главе африканского мусульманского государства. А еще Сенегал — единственное государство континента, где с 1960 года и по сей день не было ни одного успешного военного или иного другого переворота. И чтобы усилить ваше впечатление от Сенгора, скажу, что наверняка никто из всех африканских президентов, кроме него, не написал таких пронзительных строк про красоту чернокожих женщин:

«Обнаженная женщина, черная женщина!

Я пою переходящую красоту твою,
чтоб запечатлеть ее в вечности,

Пока воля ревнивой судьбы не превратит тебя
в пепел и прах,
Чтоб удобрить ростки бытия».

Сенегальцы гордятся своим первым президентом и даже всеми последующими, которые старались не делать им ничего плохого, а более того, как могли работали во славу и процветание страны. Сенгор в 1983 году прыгнул выше любой африканской головы — был избран членом Французской академии и стал первым чернокожим академиком в мире, получившим во Франции Большие Кресты ордена Почетного легиона и ордена «За заслуги». Его именем в Париже назван мост, а в Сенегале — аэропорт и стадион. Умер Сенгор в 95 лет, издав несколько десятков книг, сборников стихов и статей, где прославлял особый склад ментальности и души Черной Африки.

Несмотря на то, что Сенегал не миновали проблемы в экономике или пограничные конфликты с соседями, интересно то, что эта страна была и остается демократическим государством, где президенты из оппозиционных блоков постоянно сменяют друг друга. От бывших хозяев этой земли сенегальцам достался французский язык (который здесь близок к идеальному), рецепты круассанов и багета, а также изящная манера женщин — почти парижская — с особым шиком носить африканские наряды. В сфере моды и причесок Сенегал опять же впереди всей Африки: тут работают сотни модных дизайнеров, ювелиров, стилистов и прочих служителей гламура, на результаты работы которых равняются дальние и ближние соседи. В Дакаре даже проходит Фестиваль моды, а я сама подписана на несколько страничек в фейсбуке по теме African fashion. Еще одной сильной стороной Сенегала является их футбольная команда «Сенегальские львы», которая один раз на чемпионате мира в 2002 году в Южной Корее умудрилась разгромить команду Франции со счетом 1:0! Такого безумного ликования всей нации сенегальцы не помнят со дня получения независимости. Ну конечно, когда чернокожие футболисты не отстаивают честь своей страны, они играют за все возможные французские и другие европейские клубы.

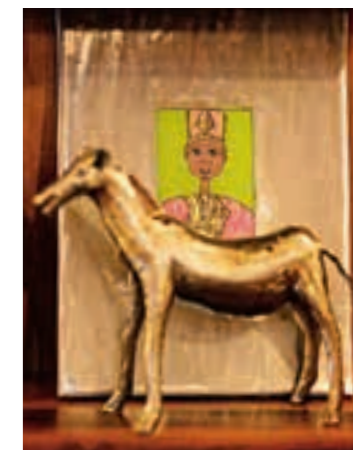
ГИД УМИ

Что любопытно в Сенегале, так это большое количество белых людей, как правило, выходцев из Франции и других стран Европы, которые постоянно или какую-то часть года живут в этой стране. Тут хороший природный и инвестиционный климат, доброжелательное население, нет большой угрозы безопасности и т.д.

Все же Сенегал был любимым «ребенком» французских, их идеальной моделью цивилизованного «черного мира», и они не смогли, даже обидевшись на него после того, как он потребовал независимость, оторваться от этой земли. Более того, европейцы, чувствуя архаичный зов крови своей прародинны, с большим удовольствием создают семьи с сенегальцами, смешивают свой уставший слабый генофонд со свежим здоровым и производят на свет неимоверное количество красивых детей с оттенками кожи



Гид Уми



Яркие вещи на рынках Сенегала



Панорама Дакара

от «кофе макьято» до «кофе латте». Вот и наша гид по столичному Дакару девушка Уми имела цвет кожи человека, который отлично провел отпуск на берегу моря под жарким солнцем, но иногда вспоминал о защитном креме. Правда, история ее внешности не имела французских корней, а получилась таковой благодаря участию генов украинско-русской матери и сенегальских — отца. Ее родители познакомились в СССР, где оба учились в Тимирязевской академии в Москве, там и поженились. Позже они уехали поднимать сельское хозяйство в Сенегал, где у них и родилась Уми, а также ее сестра и брат. Уми по задумке украинской матери должна была носить имя Люба, но отец, получив задание зарегистрировать малышку под этим позитивным русским именем, по дороге передумал и назвал ее в честь своей мамы. Уми еще в детстве получила массу уроков open mind, так как сначала ее «покрестили», как она выразилась, в ислам, затем на Украине — в христианство, а позже, когда родители по работе переехали жить в США, ей пришлось обратиться в Свидетелей Иеговы, поскольку только в школу этой секты ее смогли отдать в середине учебного года. И без того в расширенный лингвистический диапазон девочки (она говорила на украинском, русском, английском, французском и сенегальском языке волоф) как-то случайно добавился испанский, опять же по причине смены школ. В копилку своих религиозных предпочтений Уми умудрилась положить и англиканство, когда, живя и учась в Лондоне, она вышла замуж за англичанина и родила двоих детей (уже почти белых). И вот сейчас Уми — роскошное произведение

«межэтнического искусства» с невероятной сметающей все на своем пути энергетикой, бездной обаяния, отменными актерскими данными, превосходным чувством юмора, сочным образным языком, больше подходящим для стенд-ап комика, чем для гида. Но и тут Уми переплюнула многих! Только раз в несколько лет мне встречаются гиды, у которых уровень владения профессией — «бог». В этой нашей долгой поездке по Западной Африке была индивидуальная часть (Гана, Бенин, Того), а также часть в составе небольшой интернациональной группы (Сенегал и Гвинея-Биссау). Каждый день, как правило, приходилось общаться с несколькими гидами — одним основным и региональными, которые встречают туристов в каждой точке маршрута. Но ни у кого из них я не увидела столько страсти в отношении своего родного края, столько идей посмотреть что-то важное и не получила такого количества информации, которую Уми непрерывно обрушивала на нас параллельно с идеями всенепременно пойти туда-то и увидеть то-то, а потом съесть что-то и запить тем-то, потом найти это и купить нечто особенное, без чего Сенегал покидать нельзя. День с Уми равен неделе с другим человеком, да и то не со всяким. Она успевает одновременно передать вам привет «от Лариски» (— А кто это? — Так послуха (от автора — жена посла России в Сенегале), я ей про вас рассказывала); показать красивую мечеть, которую построил некий «богатырь» (от автора — богатый человек); договориться с рыбаками о фотосессии их лодок; купить вам кульки с арахисом, без которого гулять по Дакару — это терять время; из-под земли достать флаг Сенегала

для коллекции одной нашей подруги; напоить особенным кофе со специями; рассказать историю страны и обсудить политическую ситуацию в этой части Черного континента. . . Но и это еще не все! Узнав, из какого мы города, Уми воскликнула: «Ой, а я была там. . . У вас такой красивый университет!». Так не бывает! Как жаль, что Уми не была нашим гидом по всему Сенегалу, ведь она могла добавить таких живых вибрирующих красок и без того яркой стране, которых никто другой не смог бы.

Путешествовать по Сенегалу можно (и даже нужно) круглый год, ведь температура воздуха тут держится в рамках от +23 до +28 С, а у каждого сезона в этих краях есть свои плюсы и минусы. В сухой сезон (с ноября по апрель) поездка будет намного комфортнее, но из Сахары может задуть сухой ветер «хармаган» и принести песчаную пыль, застилающую небо тонкой серой вуалью. Сезон дождей (май-октябрь) способен обрушить на голову сенегальцев и их гостей до 2 м осадков, но при этом дать обильный урожай манго, которого в Сенегале 800 сортов, и этим скомпенсировать повышенную сырость окружающего мира. Купаться на пляжах страны можно в любой момент по желанию, но температура воды — от прохладной до почти горячей — будет зависеть от того, какое течение в те дни проходит мимо того или иного курорта. Россиян в Сенегале любят и даже в феврале 2016 года отменили для нас визы. Особенно африканцам импонирует наш президент и его стратегия поведения во внешней политике. Не удивляйтесь, когда при виде вашего паспорта они будут закатывать глаза и сдавленным от восторга голосом произносить: «Putiiiiin. . . Best president in the world!». В дискуссию у вас вступить вряд ли получится, так как потенциал английского у сенегальцев сильно ограничен, а ваш французский может оказаться не так богат, как их. Поэтому используя хоть какие-то преимущества от их знания фамилии нашего президента и восхищения им, можно спокойно отправляться в путешествие по Сенегалу. К тому же на визитке Уми значится, что она «генеральный секретарь» организации СРПБК (Сенегало-Российской Платформы для бизнеса и культуры), что означает одно — перспективы развития наших отношений самые радужные, ведь наш дакарский гид — не та девушка, которая будет заниматься ерундой.

ДАКАР

Почти все туристические маршруты начинаются в столице той или иной страны: наиболее богатые музеи, хорошие отели, рестораны национальной кухни, архитектурные шедевры расположены, как правило, в главном городе. В Сенегале это Дакар, название которого известно всему миру, как последний этап знаменитой гонки «Ралли Париж-Дакар».

Когда-то на месте нынешнего крупного современного города-порта (население около 1 млн человек), целиком оккупировавшего полуостров Зеленый мыс, были только деревни рыбаков, которые использовали преимущества этого выступа суши, далеко зашедшего в Атлантический океан и, значит, с трех сторон окруженного водой. В 1857 году французы решили построить



Монумент «Возрождение Африки»

здесь форт, переросший потом в населенный пункт. Благодаря своему расположению Дакар является самым западным городом Африки и на его территории находится самая западная точка Черного континента — мыс Альмади. Она к тому же очень элегантно обозначена — с 1864 года там стоит исторический маяк Маммеле, своего рода символ города и страны; второй по мощности в Африке после кейптаунского (в ЮАР), способный послать лучи света на 57 км. Место, где находится маяк, — скала на мысе — весьма атмосферное, поэтому логично, что тут начали строить кафе. С маяка можно увидеть весь Дакар на полуострове и даже его попытки перебраться на континентальную часть берега, так как бурный рост города не позволяет ему держать себя в прежних границах. Если вам повезет, то расчудесный дяденька — смотритель маяка — разрешит вам заглянуть во внутренности его «подопечного», увидеть внутри огромного стеклянного кокона маленькую лампочку, свет которой уже более ста лет спасает корабли в бурных океанических водах, полистать старые журналы записей дежурных специалистов и узнать какая была погода, состояние моря, сколько и каких кораблей прошло мимо, например, 1 января 1952 года. К слову, это уникальное расположение Дакара на узком мысе-полуострове дает ему преимущества и в погодном плане: температура воздуха здесь редко бывает чрезвычайно высокой, сухой сезон длится дольше, чем на остальной территории страны, а еще город круглый год охлаждается морским бризом.

Деревню рыбаков Йофф — последнюю из выживших при



Расписной автобус



Маяк



Порт Дакара



Реклама питьевой воды



Женщины идут на праздник



Внутри Кафедрального собора



Рыбачий поселок



Мечеть Уакам

наступлении современных строений — также можно навесить прямо внутри городской черты. Эти столичные рыбаки знамениты тем, что особо тщательно подходят к росписи своих лодок и очень внимательно выбирают им имена. Мы же все знаем, что «как назовешь — так и поплывешь». Некоторые суденышки можно отнести к произведениям современного искусства — так над ними постарались местные художники. Нет сомнений, что лодки для рыбаков — это одушевленные предметы, которые помогают зарабатывать деньги и иногда спасают жизнь, ведь 99% темнокожего населения в Африке не умеет плавать из-за бессознательно страха перед глубинами моря и верой в то, что там живут особо злые духи. Поэтому хорошее настроение и уверенность в благополучном исходе рыбалки на ярких лодках обеспечивается как бы автоматически. По насыщенности красок с лодочками могут поспорить только дакарские городские автобусы, которые «с ног до головы» также расписаны руками великих сенегальских народных умельцев.

Рядом с рыбацким поселком стоит уникальная мечеть Уакам, формы башенок на минаретах которой такие, что их вряд ли можно увидеть в другой точке исламского мира. Очертания и цветовая гамма мечети приснились одному «богатырю», как называет Уми богатых людей, и он потратил изрядную долю своего состояния, чтобы воплотить сон в реальность. Кстати, по желанию этого человека, посещать мечеть можно всем вне

зависимости от конфессиональной принадлежности, но для этого нужно быть одетым с ног до головы в белое.

После скалы с маяком второй выступающей точкой на теле Дакара является холм с гигантским монументом Возрождение Африки, который как бы вырастает из горы и представляет из себя динамическую композицию из трех человек — мамы, папы и ребенка, сидящего на его руке. Открыт монумент был в 2010 году в год 50-летия получения Сенегалом независимости, но история его создания тесно переплетена с массой скандалов, так как страна не была настолько богата, чтобы позволить себе памятник 49 метров высотой из листов бронзы 3 см толщиной и стоимостью 27 млн долларов. И даже то, что Возрождение Африки — самый высокий памятник на континенте (а со слов тамошнего экскурсовода, вообще в мире), внесенный в Книгу рекордов Гиннеса, не спасло ситуацию и вызвало волну народного гнева. Его строительство взяла на себя Северная Корея, все время пытающаяся расширить число своих друзей в мире, а предпоследний президент страны Абдулай Вад щедро рассчитался с исполнителем земель в элитном пригороде. Внутри памятника функционирует небольшой музей и лифт, позволяющий из головы мужчины получить порцию панорамных видов Дакара и забавных снимков с лицом бронзового ребенка на переднем плане. Интересно, что эти скалы-пригорки, на которых стоит маяк и монумент, — остатки кальдеры древнего вулкана, который бушевал тут несколько миллионов лет назад,

оставив после себя эти холмы и пригодные для строительства жилища черные валуны из лавы.

Если из окрестностей Дакара выбраться в центр, то тут, несомненно, первой точкой притяжения будет Музей африканского искусства имени Теодора Моно — один из старейших музеев искусства в Западной Африке. Экскурсоводы там очень высокой квалификации, что позволяет с их помощью проникнуть в богатые на экспонаты тематические разделы экспозиции — материнство, обряды инициации, смерть, традиции, верования народов Западной Африки и т.д. Скульптуры, маски, орудия труда, ткани, музыкальные инструменты, изделия ремесленников, фотографии, картины — все эти сокровища дакарский музей бережно хранит в своих стенах.

Прогулки по центральной части столицы могут позабавить, но принести большое удовольствие сейчас — вряд ли: после январских терактов в Буркина-Фасо все остальные государства Западной Африки кажутся оккупированными собственными войсками и полицией. С одной стороны, это и хорошо, а с другой — мешает делать фотографии, так как военных запрещено снимать, а они там повсюду. Сенегалу вообще-то все соседи завидуют — там не происходило никаких ЧП с момента получения страной независимости, поэтому местные жители напряжены сверх меры и не хотят быть очередной пешкой в руках региональных бандитов. Второй слой людей после военных, которых ты видишь на дакарских улицах, — это торговцы всем, что можно удержать

в руках. Вроде бы удобно, ведь купить там можно все (я видела, как кто-то продавал даже новые гладильные доски с утюгами), но количество предложений на единицу площади явно превышает спрос, и маркетинг носит стихийный характер, так как вам будут ежесекундно поступать десятки просьб приобрести что-то ненужное.

Колониальные, не лишённые французского очарования особняки и официальные заведения перемежаются в Дакаре с безликими бетонными коробками и недостроенными зданиями, так как после завершения любого из них нужно будет платить налог, а значит, проще оставить его в стадии долгостроя. Если вы попадете в Дакар в пятницу, то сможете, во-первых, увидеть тысячи нарядно одетых людей, идущих на молитву или с нее со свернутыми ковриками в руках, а во-вторых, стать свидетелем массовой молитвы прямо на улицах города, вдоль которых длинными рядами стоят правоверные. В промежутках между сурами Корана, которые читает мулла в громкоговоритель с ближайшей мечети, в городе стоит такая тишина, что в ней можно услышать только шаги туристов-христиан, крадущихся на цыпочках мимо замерших в обращении к своему Богу мусульман.

Если уличные стихийные торговцы не смогли удовлетворить потребности гостей Дакара в каких-то интересных вещах, то его рынки готовы восполнить их досадный промах. Как на любом африканском базаре, там есть все — от свежей рыбы, сезонных овощей-фруктов до китайского ширпотреба, от настоящих



Набережная, о. Горе



Дом рабов



На улицах острова Горе



старинных ритуальных масок до откровенных подделок, от одежды из местного хлопка с психоделическими африканскими принтами до изделий из кожи экзотических животных... Осложняет процесс торга и не позволяет получить всю радость от базарного шоппинга только ваше невладение французским или торгашей — английским.

Вокруг центральной части Дакара бьется бурная портовая и индустриальная жизнь, что превращает его в один из нормальных современных мегаполисов мира. Надо сказать, что Дакар — самый большой порт Западной Африки и один из самых больших на всем континенте, в который могут заходить большегрузные, а также пассажирские суда, ведь здесь находится важный центр трансатлантической торговли и перекресток морских путей, соединяющих Европу с Южной Африкой и Южной Америкой.

ОСТРОВ ГОРЕ

В состав Дакара попадает остров Горе, расположенный в 3 км от его порта, с грустным для русского уха именем (если поставить ударение на первый слог) и трагической для миллионов людей историей. Площадь острова всего 0,182 км² (900 на 350 м), а население — едва ли 1,5 тысячи человек, которые поддерживают жизнь на этом крошечном клочке суши, застроенном колониальными яркими домиками, утопающем в охап-



Картины островных художников



Памятник рабам

ках разноцветных бугенвиллий и невиданном по количеству произведений народного искусства, заполнивших все его углы и закоулки.

Из европейцев Горе открыл португалец Диниш Диаш в 1444 году, чтобы буквально через пятьдесят лет его соотечественники основали тут один из крупнейших центров работорговли в мире, просуществовавший до середины XIX века. К слову, название Горе произошло от искаженного голл. «goede geed» — «хорошая гавань». Власть на острове переходила из рук в руки — от португальцев к голландцам, от них к англичанам и к французам, но суть от этого не менялась — сюда свозились тысячи и тысячи темнокожих людей, чтобы затем быть уложенными штабелями на палубы кораблей и отправленными на свои новые родины (Гаити, Кубу, Бразилию, Карибские острова, Луизиану в США и т.д.). Попутно с людьми европейцы загружали в трюмы арахис, золото, специи, слоновую кость, кожу, но все же основным был «живой товар». Сколько аристократических дворянских семей Европы имеют этот «рабовладельческий след» в своем бэкграунде? Сотни! Все постройки на острове были или помещениями для содержания рабов или домами работорговцев. Количество рабов, прошедших через «застенки» острова Горе, по мнению ученых, достигает нескольких миллионов, ведь здесь был конечный пункт для распределения их по кораблям, плывущим затем в разных направлениях. В целях повышения дисциплины семьи африканцев обязательно разделяли: если жену отправляли

на Гаити, то можно было с уверенностью сказать, что муж получал «назначение» на Барбадос, а дети — «путевку» в южные штаты США. После переброски за океан темнокожий товар продавали на одном из невольничьих рынков, и потом уже хозяин давал своим «покупкам» новые имена и, как правило, свою фамилию — одну на всех. Поэтому сегодня столько темнокожих потомков рабов по ту сторону Атлантики хотело бы восстановить историю своих корней, рода и узнать, из какого региона Африки они вышли, но сделать этого не могут. Поэтому каждый ноябрь африканские диаспоры из разных регионов Южной, Центральной и Северной Америки приезжают на Горе и проводят свой фестиваль, где слушают свою музыку, готовят свои блюда и молятся своим старым африканским богам, даже если и успели их поменять на новых.

Первый «дом рабов», построенный голландцами в 1776 году, сегодня превращен в музей, где можно в деталях ознакомиться с буднями рабовладельческого бизнеса, как например, схемами раскладки людей на палубах или заковывания их в кандалы и цепи и т.д. В доме рабов существовала «дверь невозврата» — никто из прошедших через нее уже не мог ступить на африканский берег, а только на борт судна, уходящего за океан, или остаться на родине в виде мертвого тела, если условия содержания не позволяли дожить до минуты отъезда. Что поражает больше всего в этом доме рабов — в его подвальных застенках томились в антисанитарных условиях, практически без еды и воды, и умирали



Кемпинг в пустыне Ломпуль

сотни живых людей, а на верхнем этаже здания располагались просторные комнаты с отличным видом на море для европейской администрации острова. Более того, французы были так добры, что давали свободу тем африканским женщинам, которые рожали им детей. Вырастая, эти метисы начинали помогать белым родителям в деле работорговли или по другим коммерческим делам.

В 1978 году остров Горе был объявлен объектом Всемирного наследия ЮНЕСКО. Его ежегодно посещают около 200 тысяч туристов, а среди гостей побывало уже немало знаменитых политиков и общественных деятелей, например, Иоанн Павел II, Джордж Буш, Нельсон Мандела и Барак Обама. Гиды рассказывают, что Мандела плакал как ребенок в этом доме рабов, так как одиночная камера с сырыми каменными стенами для наказания рабов напомнила ему ту, в которой он провел 27 лет своей жизни в ЮАР.

По периметру острова до сих пор можно найти несколько укрепленных сооружений с пушками, оставленных европейскими державами после эпохи войн за остров Горе. Сейчас их стены служат выставочными площадями для размещения всевозможных арт-объектов. Надо сказать, что в наши дни Горе выглядит весьма позитивно отчасти благодаря именно повышенной активности местных жителей в области художественного творчества. Картины, коллажи, скульптуры, батик, бижутерия здесь на каждом шагу и превращают остров в одну большую галерею или бутик.

Если все же вернуться к теме рабства и развеять иллюзии, что оно теперь только на страницах учебника, то нужно знать — в соседней с Сенегалом Мавритании, например, оно существует почти на законных основаниях. Когда-то, много столетий назад, арабы и кочевники севера Африки показали европейцам источник дешевой рабочей силы, спрятанный в недрах этого континента — его чернокожее население. Но если европейцы с трудом, но осознали, что рабство — это ужасно, и хотя бы формально отменили его, то мавританцы не видят в нем социальной проблемы. Рабство передается там по наследству: дети рабов принадлежат хозяевам своих родителей. По различным оценкам в Мавритании около 20% населения фактически несвободно и работает на других, но зато в тамошних СМИ запрещено употреблять слово «раб», и если про проблему не писать, то она как бы исчезает сама собой. Но если в Мавритании рабство — это старинная традиция, то в других регионах мира (в Европе, Америках, Азии и в России, в том числе) по оценке ООН сейчас около 30 млн человек используются другими людьми в качестве «трудовых рабов», похищенных и проданных кому-то, поэтому данная позорная страница в истории человечества еще не закрыта.

Что касается Африки, то, по самым скромным оценкам, за 400 лет работорговли с ее берегов было вывезено за море 15-17 миллионов чернокожих жителей континента, но при этом на каждого выжившего в этом «путешествии» приходится



Автор статьи



Фонарики в кемпинге



Фактура песка



Дюна



Закат в пустыне

4-5 погибших в момент «охоты», во время ожидания судов, по дороге от голода и болезней. Итого, около 100 миллионов! Во время моей поездки я прочла потрясающую книгу шведского автора С. Линдквиста «Уничтожьте всех дикарей», где он рассматривает историю этого вопроса и логично подводит нас к идеям германского фашизма о праве на уничтожение целых народов. Лидеры нацистов не изобрели ничего нового, они просто сделали то же самое в Европе, что другие цивилизованные нации позволили себе в других уголках планеты.

ПУСТЫНЯ ЛОМПУЛЬ

Обдумывать серьезные социальные темы, пожалуй, лучше всего, сбежав от людей... Лучше всего в пустыню. Сенегал как раз располагает несколькими милыми небольшими пустынями, одной из которых является Ломпуль. По мнению гида Уми, это самое очаровательное место в стране. Всего три часа от Дакара на север — и вы в деревне с таким же именем, где вам предлагают оставить большой багаж в микроавтобусе, который будет в полной безопасности стоять всю ночь напротив дома старосты, а самим с легкими рюкзаками пересечь в полноприводные автомобили, чтобы по дороге, виляющей среди невысоких дюн, отправиться в сторону кемпинга. К моему удивлению, палаточный лагерь оказался очень даже комфортабельным, а внутри простор-

ных палаток, песчаный пол которых был устлан цветными циновками, имелся полноценный душ и туалет. Ужин в стиле кочевников — мясо на огне, кус-кус, лепешки — так же был неплох.

Ломпуль — это маленький «филиал» огромной пустыни Сахара, лежащей севернее и серьезно заходящей на территории сразу десятка стран, а то и полностью их оккупировавшей. В то же время в этом сахарском «представительстве» в Сенегале есть все черты, присущие «головному офису»: многочисленные дюны, высокие дневные температуры, ночная прохлада, чистейшее небо, а значит — ночи, полные ярких созвездий... И конечно, невероятные по красоте закаты и рассветы. Именно ради них сюда и привозят гостей страны, а сами же сенегальцы предпочитают проводить в Ломпуле по несколько дней, отдыхая там с друзьями и детьми. Только закаты и рассветы в пустыне дают нужную тень с одной стороны дюны и прочерчивают ту самую змейку-линию ее красивого хребта или позволяют фактуре мелких волн на песке проявиться в полной мере.

Забраться на верхушку дюны по мягкому рыхлому песку — дело сложное и небыстрое, ведь ваша обувь наполняется этой чудесной рассыпчатой и вездесущей субстанцией и повисает на ногах дополнительным грузом. В такой момент вспоминаешь полученные в Намибии навыки карабкания по дюнам, где они самые высокие на планете, и думаешь,



Остров с пеликанами, парк Джудж

что сенегальские дюны должны быть менее капризными — статус у них другой.

О пустынях написаны тысячи научных работ, а ее образы использовались во многих художественных фильмах и книгах, но в этот раз для меня стали откровением мысли о северо-африканской пустыне французского летчика, поэта, писателя, журналиста Антуана де Сент-Экзюпери. Я знала, что его судьба была одно время тесно переплетена с этими краями и с Сенегалом в частности, — он летал по всему региону на почтовых самолетиках и развозил письма-посылки между теми точками, где французам удалось обосноваться в первой трети XX века. И вот в Сенегале я начала читать его книгу «Планета людей», которая никак особо не зацепила меня в школьные годы. Все ее темы казались тогда далекими — африканские топонимы, малая авиация, ценность воды, арабы-кочевники, пустыня, мужская дружба и т.д. Всему свое время! Сейчас я просто проглотила это произведение одним залпом, ведь все, что меня окружало в тот момент, было описано Экзюпери. Вот его строки, посвященные пустыне: «И все же мы любили пустыню. На первых порах вся она — только пустота и безмолвие, но это потому, что она не открывается первому встречному. Ведь и в наших краях любая деревушка таит свою жизнь от стороннего глаза. И если не оставить ради нее весь мир, не скитаться с ее исконными обычаями, нравами и распрями, никогда не поймешь, что она для тех, кому она — родина. Или вот рядом с нами человек затворился в своей обители и живет по неведомому нам уставу, — ведь он все равно что в пустынях Тибета, к нему не доберешься никаким самолетом. К чему входить в его келью? Она пуста. Царство человечье внутри нас. Так и пустыня — это не пески, не туареги, даже не мавры с ружьями в руках... Но вот сегодня нас измучила жажда. И только сегодня мы делаем открытие: от колодца, о котором мы давно знали, все светится окрест. Так женщина, не показываясь на глаза, преображает все в доме. Колодец ощущаешь издали, как любовь».

Сначала пески для нас просто пустыня, но вот однажды, опасаясь приближения врага, начинаешь читать по складкам ее покровов. Близость вражеского отряда тоже меняет облик песков. Мы подчинились правилам игры, и она преображает нас. Теперь Сахара — это мы сами. Чтобы понять Сахару, мало побывать в оазисе, надо поверить в воду, как в Бога».

ПАРК ПТИЦ ДЖУДЖ

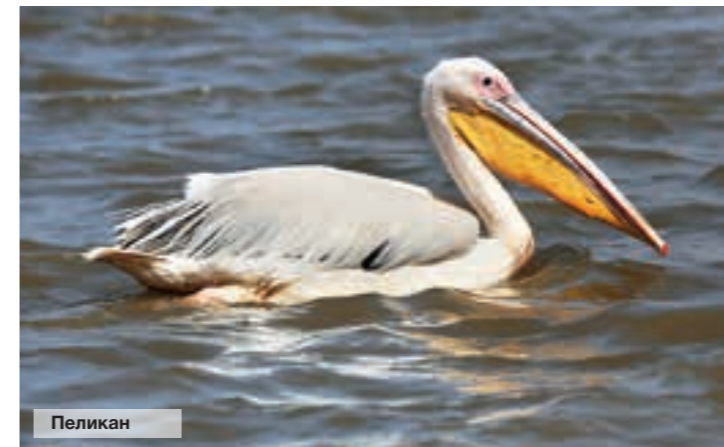
Другой природной гордостью сенегальцев является Национальный орнитологический парк Джудж, расположенный в дельте реки Сенегал в 240 км от Дакара. Он считается крупнейшим в Африке птичьим заповедником и пристанищем для сотен перелетных и водоплавающих птиц.

Дорога к парку также весьма живописна, так как проходит по саванне через сельскую местность, сплошь покрытую сухой желтой травой и величественными баобабами. В Сенегале эти деревья другой породы, чем на Мадагаскаре, но также — визитная карточка страны. Джеммы, соки, соусы, конфеты, лепешки, на основе плодов баобаба, а также масло из его семян, будут преследовать вас в Сенегале повсюду и, попробовав их однажды, вы вряд ли будете сопротивляться этому. Более того, когда Уми спросила у нас первые ассоциации с Сенегалом, я ответила про актера из «1+1», а оказывается подавляющее большинство россиян сразу выдает строки из знаменитой песни в формате шансон. Ее автор Александр Городницкий когда-то служил на флоте и в 1970 году побывал в Сенегале в праздник, посвященный Дню независимости, а на трибуне он успел заметить прекрасную даму — жену посла Франции в Сенегале. Это событие и стало основой песни, которую Городницкий сочинил, вернувшись в тот же вечер на борт судна:

А мне не Тани снятся и не Гали,
Не поля родные, не леса, —
В Сенегале, братцы, в Сенегале
Я такие видел чудеса!
Ох, не слабы, братцы, ох, не слабы
Плеск волны, мерцание весла,
Крокодилы, пальмы, баобабы
И жена французского посла.

Поэтому с тех пор баобабы входят в минимальный пакет образов, которые предстают перед глазами русского человека, когда он слышит название страны Сенегал.

Надо отдать этим баобабам должное — своими могучими и при этом узловатыми линиями ствола и ветвей они действительно сильно скрашивают тут любую нудную дорогу. И честно, я не знаю другого дерева, которое так приятно на ощупь, как баобабаб.



Пеликан



Бакланы на ветке



Пеликанья рыбалка, фаза 1-я



Пеликанья рыбалка, фаза 2-я

Его кора очень тонкая, нежная, как хорошо выделанная кожа, при этом вся покрыта «глазками» и «штрихами». Баобабы почти полые внутри, что сложно представить, глядя на их массивный ствол, но их пористая сердцевина хранит запасы воды на черный день. Эта стратегия выживания дает деревьям почти неограниченный период жизни — 2-5 тысяч лет. Сенегал продает в качестве сувенира побеги баобабов, на упаковке которых нарисован Маленький принц (помните, что он каждое утро пропалывал от них свою планету?) и написано, что посаженное дерево можно передавать по наследству до бесконечности. К слову, про один сенегальский баобаба в путеводителях написано, что его ствол могут обхватить пятнадцать человек. Вот и сколько ему лет, спросите вы? Не знаю, но много тысяч — точно. Грустно только то, что Сахара расширяет свои зоны влияния и неумолимо движется на юг, а ее пески меняют некогда привычные ландшафты, и баобабы начинают постепенно вытесняться зонтичными акациями и колючим кустарником. Дай бог здоровья и долгих лет жизни сенегальским баобабам!

Мы же отправимся к птицам, которые, если что-то не понравится, могут и улететь. Пока все обитатели (их около 3 млн) орнитологического резервата Джудж всем довольны и лениво расслаиваются на берегу реки, ветвях деревьев, островках посреди водной глади, образованной рекой и ее многочисленными протоками-запрудами. Парк является первым источником свежей воды для птиц после перелета ими через пустыню Сахара из

северного полушария на зимовку в южное. Туристов провозят по закоулкам птичьего царства на плоскодонной лодке, на которую пернатые не обращают большого внимания. Самыми привлекательными для фотосессий здесь являются фламинго и пеликаны, различные виды уток и гусей, цапли и журавли, кармораны и другие птицы. Цвет здешних фламинго не отличается повышенной яркостью, но они все же одни из самых милых птиц на Земле вне зависимости от интенсивности окраски. А вот почему бело-желтые пеликаны носят приставку «розовые» еще менее понятно, но их тут такое великое множество, а их поведение настолько забавно, что их цвет тоже не имеет большого значения. Никогда до этого мне не доводилось видеть пеликанов, работающих в команде: несколько птиц этого вида становились в круг и, сильно хлопая крыльями, двигались все быстрее по заданной траектории, вдруг все внезапно ныряли в воду, появляясь оттуда уже с мешками под клювами, полными рыбой. Я была искренне уверена, что это метод китов — формировать из рыбьей стаи плотный шар, подныривать под него с целью захватить как можно больше пищи в пасть. Вокруг пеликанов плавали одиночные завистливые бакланы, издали похожие на водяных змей, так как из воды торчали только их тонкие гибкие шеи с небольшими головками. С берегов за пеликаньей охотой следили невозмутимые белые, серые и черные цапли, периодически, но без суеты, перелетавшие с места на место. Конечная и самая впечатляющая точка визита в парк — это остров, на котором, как кильки в



Панорама Сен-Луи

банке, толкуются несколько десятков тысяч пеликанов — взрослые белого цвета и подростки, покрытые серым пухом-перышками. Сильный шум и резкий запах вокруг острова с пеликанами напоминают ощущения от пингвиных царств в Южной Атлантике, но при этом позволяют стать свидетелями бесконечных разборок пеликанов из-за территории или их неуклюжих взлетов и еще более смешных посадок на воду, когда они тормозят об нее, выставив вперед свои перепончатые ноги.

Из другой живности в парке на берегу можно встретить большое количество бородавочников и газелей, а в воде — несколько видов крокодилов и редкий вид млекопитающих — ламантины (морская корова). В 1981 году парк Джудж попал в Список объектов всемирного наследия ЮНЕСКО.

СЕН-ЛУИ

Возвращаться из природных парков в урбанистические зоны не всегда приятно, если только речь не о каком-то уникальном городе, как, например, Сен-Луи. Как и парк Джудж, он также стоит на реке Сенегал прямо на границе с Мавританией в 320 км от Дакара. Многие считают Сен-Луи самым интересным местом во всем Сенегале. Не знаю, но с чем можно точно согласиться — он самый колоритный и атмосферный. К тому же это старейший город страны и первое европейское поселение в Западной Африке, основанное в 1659 году и названное Сен-Луи-дю-Форт в

честь французского короля Людовика XIV. Сен-Луи был столицей колонии Сенегал и позже всех колоний в Западной Франции до 1902 года.

В середине XIX века Сен-Луи насчитывал всего 12 тысяч человек, а его окрестности состояли из двух-трех поселков европейского типа и нескольких десятков деревень, населенных в основном народом волоф. Чтобы жить с непосредственными соседями в мире, французы аккуратно платили местным вождям дань за землю. К началу XX века Франция настолько окрепла, что по умолчанию прекратила эти глупости с арендными выплатами, считала треть Африки своей и непрерывно строила там форты и дороги. Поселения тех племен, которые оказывали сопротивление, сжигали, скот и людей угоняли. Если с кем-то не могли справиться с помощью военной силы, то использовали подкупы вождей, интриги и межэтнические конфликты. В 1895 году все завоеванные французами территории были объединены в одну колонию, получившую название Французской Западной Африки со столицей в Сен-Луи.

В XX веке город перекинулся на побережье и другие острова, соединенные между собой мостами, а его население в наши дни достигло 200 тысяч человек. Мост Федерба даже стал своеобразным символом Сен-Луи и изначально был создан компанией Гюстава Эйфеля для какого-то города в Европе, но чудом оказался на африканском берегу. Назвавшись когда-то городом, это поселение не потеряло и патриархальных черт, поэтому с ним лучше



Рыбный рынок



На улицах Сен-Луи



Отель «Аэропосталь»



А. де Сент-Экзюпери



Мост Федерба



Старые плакаты на стенах отеля

всего знакомиться на повозке с лошадкой. В городской черте можно встретить и европейские большие особняки, и низенькие домики в деревенском стиле, и бутики с изделиями местных мастеров, и шумный рыбный рынок с сотнями разноцветных лодок, и церкви, и мечети, и хорошие рестораны, и лавочки с горячим багетом, а главное — настоящие исторические отели, где жили в свое время все, кто имел отношение к этой колонии. Например, Экзюпери со своими легендарными друзьями-летчиками, которые стали основателями многих маршрутов «воздушной почты» в Северо-Западной Африке и чьи биографии как национальных героев страны изучают в школе сенегальские дети. Только войдя в отель «Аэропосталь», я сразу поняла, что он один из таких мест: все его стены были увешаны постерами начала прошлого века с самолетиками и местами, куда они доставляли почту, композициями в багете из старых конвертов и писем, черно-белыми фотографиями пилотов и их машин. Я спросила на ресепшн, не останавливался ли тут Экзюпери, и одна милая девушка, дав мне положительный ответ, пошла показывать его любимый номер. Предметов, принадлежащих автору «Маленького принца», там не оказалось, но было бесчисленное количество старых фотографий этого пилота-писателя и его друзей.

В 2000 году исторический центр Сен-Луи — островок (2 на 0,4 км) посредине реки — включили в Список всемирного наследия ЮНЕСКО за хорошо сохранившуюся колониальную архитектуру, Губернаторский дворец, Кафедральный собор и

многие другие достопримечательности. Центральная площадь носит имя губернатора колонии Луи Файдхерба, сделавшего в середине XIX века много хорошего для этого города: он провел водопровод, канализацию, телеграф, построил мосты и административные здания. С развитием Дакара и переноса туда столицы Французской Западной Африки роль Сен-Луи пошла на убыль, хотя он сохранил свой статус как столица Сенегала до 1957 года и по сей день является культурной столицей страны. Хотя с последней ролью ему крайне тяжело справляться, так как горы мусора в его окрестностях и по берегам залива мешают ему выглядеть респектабельно. Правительство Сенегала даже недавно приняло решение об отказе от использования полиэтилена и пластика в качестве упаковки, которые стали сущим кошмаром для экстерьеров этой страны.

Самым ярким событием в жизни Сен-Луи каждый год становится Фестиваль джаза, на который приезжают участники и звезды со всего света, делая его крупнейшим во всей Африке.

ТУБА

На стенах многих домов в Сен-Луи и в деревнях вдоль дороги часто можно встретить изображение мужчины в длинных одеждах, чалме с длинным концом, закрывающим ему пол лица. Этот образ наносят через трафарет, чтобы явно обозначить принадлежность живущих в нем людей к какому-то сообществу. Да,

все верно, этот таинственный мужчина — шейх и суфийский мыслитель Амаду Бамба, религиозный авторитет для значительной части сенегальских и мавританских мусульман. Направление в исламе, создание которого ему приписывают, носит имя мюридизм и основывается на самых миролюбивых постулатах этой религии. Шейх Амаду Бамбой (1850—1927) был сыном одного уважаемого высокоученого марабута (знатока Корана) и обладал большой личной харизмой и глубокой мудростью, которые всегда притягивали к нему людей. Более того, ни у кого в этих местах нет сомнений, что Бамба был одним из пророков и посланцем Аллаха, хотя все прекрасно знали про Мухаммада как единственного пророка, о котором идет речь в Коране. Но здешним верующим показалась правильной идея о том, что Всевышний каждые сто лет отправляет мусульманам своего посланника, чтобы укрепить их веру. Авторитета шейха хватило для того, чтобы его приверженцы объединились в особое братство, марабутом которого стал Бамба. Французы были сильно обеспокоены властью этого человека, хотя он ни разу не направил ее против колониальной администрации, которая, напротив, устроила ему ссылку на 12 лет. Итогом этих мер было не забвение населением Сенегала идей Бамбы, а невероятный рост популярности любимого марабута, к тому же пострадавшего за свои убеждения. Никто толком ничего не знал о его жизни в ссылке, поэтому она обросла таким количеством легенд и выдумок, что лучшего пиара для Бамбы и желать было сложно. Конечно, события в рассказах носили характер чудес. Например, когда один раз французы хотели сжечь марабута в печи, то спустя время отодвинули заслонку и увидели, как тот пьет чай с пророком Мухаммадом, сидя на пылающих в огне дровах. В другой ситуации Бамбе, которого перевозили на корабле по морю, запретили совершить намаз. Но мудрец кинул свой коврик за борт, спрыгнул на него и стал молиться прямо на воде. Французы поспешили установить хорошие отношения с этим святым человеком и не пожалели. Когда началась Первая мировая война только одного слова Бамбы было достаточно, чтобы набрались тысячи добровольцев среди сенегальцев для участия в боях в Европе. Причем отважные сенегальские стрелки сами стали легендой той войны, их марабут получил орден Почетного легиона и разрешение построить священный город своего братства — Туба. Идея основать город посреди пустыни вокруг огромной красивой мечети была результатом одного видения, посетившего Бамбу во время ссылки. При жизни марабута был заложен только фундамент мечети, но его гробница расположена рядом с ее высокими стенами и минаретами, которые поднялись буквально за считанные месяцы. Город, выросший вокруг этого сооружения, сегодня считается таким же священным, как Мекка. Паломники приезжают сюда круглый год, но настоящее столпотворение здесь происходит в тот день, когда празднуется возвращение Бамбы из изгнания. Тогда общее население города становится около 3 млн человек, из которых более полумиллиона местных жителей пытаются сделать все возможное, чтобы разместить и накормить дорогих единоверных гостей.

Мечеть с момента ее основания сильно изменилась, так как



Мечеть в Тубе



Гробница Бамбы



Молящиеся перед могилой Бамбы



Продавец чепок



Паломница



Изображение Бамбы на стене дома



Изображения марабутов на городских стенах

управляющие городом халифы (потомки Бамбы по мужской линии) постоянно что-то достраивают или меняют ее декор. Экономить на материалах никто не собирается, поэтому для отделки покупается белоснежный мрамор в Италии, цветной — в Португалии, люстры — в Арабских Эмиратах, ковры — в Иране. Конечно, часть этой роскоши — дары последователей мюридизма из разных стран мира или тех, кто уважает идеи Бамбы. Мечеть в Тубе — вторая по величине в Африке после мечети в Касабланке (Марокко).

Мусульмане других направлений ислама осуждают сенегальцев за приверженность к секте Бамбы, но в то же время мюридизм — настолько мощное явление в этой стране, что многие не без основания считают его надежным заслоном от более агрессивных мусульман-соседей, принадлежащих классическим ветвям ислама. Хотя если внимательно рассмотреть суть мюридизма, очаги которого периодически появляются и в других регионах (например, на Кавказе), то никаких отклонений вы там не найдете. У каждого праведного мусульманина есть несколько путей для совершенствования — от повседневного «шариата» («закон» или строгое соблюдение всех заповедей и предписаний Корана) до мистического «тариката» («путь», по которому идут те, кто хотел бы познать истину и слиться с Богом воедино). Второй путь, конечно, не для всех, так как требует огромных усилий, самоотречения и постоянной работы над собой. Но эти люди «мюриды» («послушники») находят себе учителя, кого-то

из старцев-суфиев, достигшего высшей стадии просветления в вопросах познания истины и Бога, и поступают к нему в полное распоряжение. В случае с марабутом Бамбой его духовная сила не вызвала сомнений у миллионов людей, которые пошли за ним, а у него самого хватило мудрости не поднимать свой народ на войну с французами, но призвать их к моральному самосовершенствованию. По его мнению, только духовная чистота, упорный труд и искренняя вера в Бога могли защитить его соотечественников от тех трансформаций, которые несло им правление белых колонизаторов.

Кстати, Туба и его окрестности — процветающий богатый регион с развитым сельским хозяйством, основой которого стал арахис. А еще Тубе приписывают уникальный рецепт кофе, попробовав который однажды, будет сложно не захотеть повторить этот опыт. Жители священного города догадались смешивать молотые зерна кофе с черным гвинейским перцем, гвоздикой и сахаром, что придает напитку невероятно оригинальный и насыщенный вкус.

ОЗЕРО РЕТБА

Вернуться в лоно природы всегда хочется, даже после посещения самого священного города. И тут Сенегалу опять есть чем нас удивить — Розовое озеро, наполненное чистой и соленой водой, местами окрашенной в этот самый цвет. Насыщенность



Лодки для добычи соли



Горы соли



Розовая вода



Соль в упаковках

озера солью меняется от 300-400 г на литр в зависимости от сезона: когда уровень воды в период дождей поднимается, то его соленость падает. В любом случае она здесь почти в полтора раза выше, чем в Мертвом море. Цвет озеру придают особые морские водоросли (*dunaliella*), обожающие жить в солевом растворе, а сам водоем — это часть лагуны, оставшейся после отступившего океана. Атлантический прибой постепенно намывал песок на этот берег и складывал его в красивые дюны, которые позже и отрезали лагуну-озеро от океана. Плавать в Розовом озере можно, но вряд ли это получится делать долго — соль мгновенно разъедает кожу, а те рабочие, которые веками добывают из него соль, покрывают свои тела толстым слоем масла из семян дерева ши (карите), прежде чем зайти в воду. Берега озера просто усыпаны горками соли, часть которых — свежедобытая коричневатого цвета, который с течением времени и под солнцем изменится на белый. Разделение труда при добычании соли со дна озера очень четкое — мужчина долбит его дно шестом и зачерпывает ее корзиной, а женщина очищает ее от ненужного мусора, промывает и потом продает. Опытный специалист может за день накопывать и поднять со дна до 3 тонн соли, из которых он по полтонны обязан отдать как оплату женщине-помощнице и хозяину лодки. Работать чаще, чем два раза в неделю не получается, так как кожа не успевает восстановиться. Общий срок работы в таком месте — два-три года, поэтому сейчас тут чаще можно встретить работников из соседних, более бедных стран, чем Сенегал. Продают

вкусную соль с Розового озера разного помола прямо на берегу в пакетиках и во всех магазинах страны. Живут добытчики соли в деревне рядом с озером и даже умудряются выращивать там овощи, поливая растения пресной водой из колодцев.

Берега озера знакомы всем любителям трансконтинентального марафона ралли Париж—Дакар длиной 10 тысяч километров. Именно тут, на пригорке из спрессованной коричневатой земли, была конечная точка этого сложного маршрута для мотоциклов, внедорожников и грузовиков, управляемых как профессионалами, так и любителями. Впервые это ралли прошло в 1979 году, а его главным вдохновителем был французский авто- и мотогонщик Тьерри Сабина, который спустя семь лет трагически погиб в Африке на одном из этапов ралли. В данном проекте смерть гонщиков и их травмы — дело обычное и ежегодно притягивавшее в свои ряды сотни упорных, из которых на этапе гонки по пескам Сахары оставались уже десятки. В 2009 году ралли с таким говорящем именем, к сожалению, было перенесено в Южную Америку из-за угрозы терактов на африканской части маршрута.

ДЕРЕВНЯ ФЕРЛО

По всей Западной Африке от Сенегала до Чада уже много столетий перемещаются племена кочевников со своими многочисленными стадами. Разные народы называют этих людей «фулани» и не торопятся завязывать с ними отношения, ведь ко-



Деревня Ферло



Дочка вождя



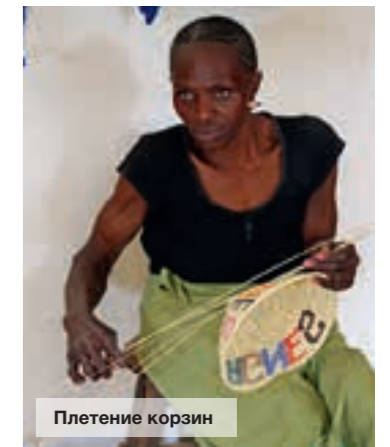
Мадонна с младенцем



Паром



Подружки



Плетение корзин



Стадо



Дойка коровы



В одном селении



Заброшенная церковь

чевники ищут не стабильности в жизни, а только воду и хорошие пастбища для своих коров и мелкого домашнего скота. Ученые не могут разгадать происхождение этих африканских кочевников (от англ. яз. «nomad» — кочевник, странник), а сами они уже и не помнят, откуда они родом. Самой большой трагедией в их жизни стало деление Черного континента на какие-то страны, у которых к тому же появились государственные границы. Иногда фулани разбивают временные деревни, если находят удачные места для выпаса скота и могут задержаться там на неопределенный период.

Туристические компании региона любят навещать кочевников, показывая гостям Сенегала (или другой страны запада Африки) иной быт и образ жизни, нежели они могут увидеть в других деревнях. Чего-то уникального там на самом деле нет — обычные будни африканского села, кроме того, что рано утром женщины фулани вынуждены идти на дойку коров. Но зато у туристов иногда получается удивить фулани! Как, например, было в нашем случае, когда на территории лоджа в виде нескольких плетеных из травы домиков встретились сразу три небольшие группы гостей. Одна наша — смесь россиян с европейцами в количестве 6 человек, другая — взрослых русских дядек из Алматы, третья — пожилых американцев во главе с гидом-итальянцем Альберто (по совместительству основателем и владельцем крупной туристической компании). Такое гремучее сочетание людей на земле Африки не могло не дать поразительного результата.

Наш родной советский человек Алексей из Казахстана стал принимать с целью «дезинфекции организма» местный виски, причем делал это умеренно и изящно, не забывая рассказывать всем желающим на очаровательно-диком английском истории своих путешествий. Альберто, будучи общительным мужчиной слегка за 60, присоединился к Алексею на каком-то этапе. Процесс вызревания будущего праздника прошел как-то для всех незаметно, поскольку нас повели на экскурсию в деревню к кочевникам жителям. Когда мы вернулись и сели в кружок на деревянные кресла, то у нормального русского человека возник логичный вопрос: «А где костер?». Когда ему попытались объяснить, что кругом пустыня и дров для него нет, то Алексею это не показалось большим препятствием, и он предложил жечь мебель. Владельцы лоджа, водители и гиды попытались найти какие-то палки, траву, коряги — все, что могло гореть. На зарево пришли кочевники из всех окрестных поселков, принесли с собой барабаны и какие-то музыкальные инструменты, а их женщины слились в танце с американцами и европейцами. Зрелище уже было таким впечатляющим, что на этом можно было бы и остановиться. Но читатели, очевидно, знакомы с русской этнопсихологией и, возможно, немного с итальянской? Стоит ли говорить, что вслед за догорающими дровами в огонь полетели кресла и столы? Восторг африканцев был неопишем! Наконец-то они могли поглядеть на дикое шоу белых людей, особенно в тех местах, где нет никаких развлечений, включая телевизор. Не все же белым гостям на них

пляться... В нашей группе почему-то осталось бытовать мнение, что эту африканскую феерию устроили именно русские «kazakh people». Мне потребовалось много времени, чтобы распутать в их памяти цепочку событий и указать им на серьезный «итальянский след» в той истории.

ЮЖНЫЙ СЕНЕГАЛ

Юг Сенегала — природоохранная зона Касаманче, куда туристов и местных жителей перевозит большой паром за ночь, начинается прямо под Гамбией, разительным образом отличается от севера. В первую очередь тем, что там очень зелено: берега океана и заливов утопают в мангровых зарослях, а деревни — во фруктовых и прочих деревьях. Люди в южном регионе другие и внешне — у них чуть более светлая кожа, и по характеру — они мягче и улыбчивее северян. Ученые говорят, что в южную часть Сенегала около пятисот лет назад пришел народ из Мали и смешавшись с местными племенами, создал нынешнюю этническую общность диола. Нам повезло в одной из деревень на берегу застать в разгаре праздник урожая и заметить, что движения в танце у южных женщин сильно отличаются от северных. Хотя и те и другие умудряются плясать, высоко подбрасывая колени и руки, с примотанными к спине младенцами, у которых, в свою очередь, получается при этом спать крепким сном.

В рестораниках на обед в качестве закуски подают деликатес — приготовленные на огне устрицы, которые живут, прикрепившись к воздушным корням мангровых кустов. Для этого блюда корни со скоплением устриц срубуют, кладут на угли — и вот уже спустя несколько минут раковины можно раскрывать ножом и добывать идеальное по солоно-копченому вкусу лакомство. На второе почти всегда будет рыба разных видов, та, которую только что кто-нибудь поймал в океане. Соусы к любым блюдам в сенегальской кухне чаще всего делают на основе лука со специями.

Крупных городов или масштабных достопримечательностей в южных краях нет, а есть только очарование сельской местности, пляжи на океане с прогретой солнцем водой, в которой водятся ламантины. Увидеть их — большая удача, но даже если вам повезло, то они, к сожалению, не имеют привычки выпрыгивать из воды целиком, поэтому показывают только часть своего хвоста или спины.

Городок Зигиншор — столица этого региона, которая славится своими фруктовыми рынками и креативно оформленными магазинами, один из которых носил имя Барака Обамы. На окраине Зигиншора расположены два интересных двухэтажных дома, построенных почти сто лет назад теми самыми сенегальскими стрелками, которые, вернувшись из Европы, были впечатлены такими строениями. Никто в Африке никогда до этого не строил дома выше одного этажа. Вся суть этих зданий в том, что они были построены руками из глины, то есть они как бы скульптуры,



Праздник урожая на юге Сенегала



Рубщик пальмовых листьев

у которых по мере подсыхания материала срезали ножом-мачете лишние слои и придавали колоннам, балконам, стенам весьма респектабельный вид. Но самое потрясающее в этом месте — это одна древняя бабуля, возраста которой никто не знает, но молва склонна приписывать ей около ста лет. Женщина знаменита еще и тем, что целыми днями работает на огороде или по дому и никогда не сидит без дела. Только для нас прервалась и дала сфотографировать себя с правнучкой.

К слову, еще один дом и один пожилой человек поразил наше воображение в тех местах... Опять же необычной, но уже старинной, формы дом, построенный в виде бублика с четырьмя входами во внутренний дворик, окруженный колоннами, и комнатами по его круглому периметру. Крыша дома — из пальмовых листьев, глава семьи — пожилой дядечка — решил нам показать, как с помощью специального обруча можно быстро забраться на верхушку дерева, чтобы раздобыть свежий строительный материал для кровли. Сделал он это так быстро и ловко, что мы не успели и глазом моргнуть.

Познакомиться с анимистическими верованиями народа диола приглашает маленький музей, где собраны различные предметы для проведения ритуалов, предметы-фетиши, оружие, маски и т.д. Южные люди верят в реинкарнацию, поэтому обставляют процесс умирания и похорон таким образом, чтобы обязательно вернуться на родную землю в новом облике через несколько лет после смерти. У диола даже есть свой региональный король



Двухэтажный дом из глины



Магазин «Барак Обама»



Король диола



Автор статьи в глиняном доме

(которых почти не осталось в Сенегале), одновременно выполняющий административные и функции верховного священнослужителя, наделенного мистической силой. Странно было увидеть выбранного для такой высокой миссии молодого парня, но он был так любезен, что провел для нас пресс-конференцию, на которую монарх облачился в торжественные красные одежды. На вопрос англичанина Филла из нашей группы: «Как повлиял современный мир на традиции его народа?», король даже не нашелся, как ответить, а скорее всего он даже не понял его. Ведь, например, в этих краях уже несколько лет как сломалась электростанция и никто ее не чинит, а жизнь как шла, так и идет своим чередом. Из традиций местных людей нам показалась симпатичной привычка никогда не прикасаться к чужим вещам, даже давно кем-то потерянным. Взяв чужое, анимист может сильно испортить отношения со своими духами, а тогда уже реальных проблем не оберешься.

Завершить путешествие по Сенегалу можно на одном из его прекрасных пляжей или отправившись дальше — осматривать соседние страны Западной Африки. Во любом случае такие поездки полезны во многих отношениях, включая личную перезагрузку. Этот странный, экзотичный и казался бы далекий мир Черного континента неумолимо надвигается на Белую территорию в виде миллионов беженцев и эмигрантов и начинает обескураживать ее белокожее население. По сути, так же, как когда-то белый человек был источником кошмара для черного,

так и сейчас ментальность европейцев не справляется с таким количеством новых ценностей, привычек, правил, которые приносят с собой выходцы из стран Африки и Востока. Хотя первый президент Сенегала Сенгор сказал, что европейской цивилизации — деперсонализированной и технизированной — есть чему поучиться у африканцев, ведь черный человек всегда находится в неразрывном единстве с миром, наделен высокой жизненной энергией, обладает теплотой души и чуток к любому импульсу природы. И почему бы Африке, сохранившей столько замечательных качеств, не стать платформой для диалога разных культур?



Благодарим за организацию тура фирму «Колумб», ул. Набережная р. Ушайки, 4 а, тел. 53-46-52

Свадьба для веселых и находчивых

Дмитрий Кубенин. Модный, современный ведущий в стиле STAND UP COMEDY. Участник Высшей и премьер-Лиги КВН (Первый канал). Сотни мероприятий за плечами, европейский подход к торжеству, живое общение с гостями.



— **И что же вы за ведущий? Опишите свою деятельность в нескольких словах.**

Благодаря собственной авторской группе предложит эксклюзивный сценарий именно на ваш праздник. Организует свадьбы только с определенным настроением: «Проведу, как себе! А себя я люблю так же, как и вас, мои дорогие молодожены!»

Наше интервью с ведущим Дмитрием Кубениным началось, как ни странно, с его неожиданного вопроса, адресованного мне: как я отношусь к свадебным традициям? Призналась честно, что при определенном уважении особой любви к ним я все же не испытываю.

— Вот и я не люблю традиции — живо отреагировал Дмитрий, — мне это все не близко. Возможно, для ведущего это звучит странно, но я не могу в 2016 году представить себе адекватного поклона до земли. Хотя есть пары, которые это требуют и, если нужно, я, конечно, это делаю. Но я сторонник современного подхода к свадьбе. Идеальная свадьба — та, на которой все идет своим чередом, одно не накладывается на другое, а ведущий просто направляет все в нужное русло. Если выбрать метафору — ведущий, как ветер, который направляет лодку торжества по реке праздника. Звучит пафосно, но пусть будет так. (Смеется.)

— У меня на свадьбах люди больше участвуют в разговорах, я делаю в программе интерактивы, стендапы, если конкурсы — то активные, ведь 4 часа люди не могут сидеть на месте. Пытаюсь находить гостей в зале, с которыми можно работать, стараюсь выводить на конкурсы только тех, кто этого хочет. Я не приемлю банальности, моя программа — скорее интеллигентная, в которой очень много юмора и оригинальных шуток. Я не сторонник стандартных свадеб с конкурсными программами — по моим ощущениям, совсем скоро конкурсы отойдут совсем. У меня сформировался свой стиль — и он нравится моим гостям и моим молодоженам! Я всегда делаю в программе паузы, даю людям поговорить друг с другом, пообщаться, поздравить молодоженов. Вообще, тема поздравлений — отдельная. Не люблю, когда делают так: бах! Свет прожектора — говорите! Есть люди, которые боятся произносить тосты, нужно дать им возможность поздравить молодых лично. Обратили внимание, что сейчас и в заведениях меняются тренды: менее популярными становятся ночные клубы, остаются бары. У людей меняется ощу-

щение праздника — им, чтобы отдохнуть, надо посидеть и послушать. А я стараюсь замечать тенденции и следовать им.

— **А тематические свадьбы у вас бывают?**

— Сегодня не актуальны тематические свадьбы — сейчас все предпочитают выбирать просто тематический декор. В минувшем сезоне у меня была чудесная яблочная свадьба — все в яблоках, все зеленое, молодожены раздавали варенье. Такие тематические свадьбы, как Чикаго, пиратские, телепередачи и др. встречаются очень редко. На мой взгляд, на свадьбе должна быть красота, романтика — это главное!

— **Если резюмировать вышесказанное: ваша свадебная программа — это...?**

— В идеале, моя программа — это такое шоу, где есть дэнс-команды, флеш-мобы с гостями, концертные номера и, конечно же, живое общение. Люди приходят на свадьбу отдохнуть, посмотреть, поздравить — в конце концов, поесть! Я стараюсь дать им эту возможность — сделать для всех настоящую вечеринку, полноценное шоу — хотя невесты и не любят это слово!

В этом году у меня обязательно будут новые фишки — скоро мы с моей командой креативщиков будем писать очередную программу, 60 процентов прошлогодней я обязательно обновлю, чтобы мне самому было интересно работать.

А молодоженам этого сезона я хочу сказать: ребята, женитесь, любите друг друга! Пусть ваша любовь растет и крепнет так же, как доллар!

Демо/видео www.777koncert.com
Instagram @koncert_777,
тел. 8-903-955-15-68

Роскошная свадьба в лучших традициях

Андрей Голубев. Один из самых востребованных ведущих Томска. Активный, веселый, искренний, умеющий располагать к себе любую аудиторию. Андрей Голубев — человек, который заряжает своим позитивом и дарит только положительные эмоции. Занимается проведением мероприятий различного формата и уровня более 8 лет.



Корпоратив, свадьба, выпускной или просто вечеринка в клубе для него не работа, а образ жизни. Яркая стилистика ведения праздника, динамика и обаяние не дадут вам заскучать. Зажженные традиции уже сильно надоели, давайте вдохнем в них свежий ветер! Почувствуйте этот момент, когда пульс и дыхание учащается, никто не сидит на месте! Праздник, который запомнится навсегда! Праздник, о котором ты будешь вспоминать снова и снова!

— **Андрей, как человек с колоссальным опытом, подскажите: как молодоженам выбрать ведущего?**

— Опыт у меня, не буду скрывать, и правда большой, причем специализация разноплановая — я веду свадьбы, корпоративы, дни рождения, юбилеи — все, что угодно! Работал в ночных клубах Томска, затем на телевидении, на радио и уже потом стал проводить мероприятия. Часто люди, выбирая ведущего на свадьбу, слушают рекомендации друзей — и это хорошо. Но это не гарантирует успех выбора — вкус у каждого свой. Нужно обязательно посмотреть демо-видео ведущего, причем не нарезку или промо-ролик, а полноценную демонстрацию его программы. Отталкивайтесь от портфолио — смотрите, как он

общается и работает с публикой. После этого можно уже встречаться с ведущим лично, задавать вопросы и делать какие-то выводы. Дальше проще: если есть симпатия — то можно работать. Обычно ведущего выбирает невеста — но важно, чтобы и с женихом ведущий тоже нашел контакт.

— **Что представляет собой ваша программа?**

— При слове «свадьба» у людей обычно появляется ассоциация: «тамада» и т.д. Я не тамада — я ведущий. Тамада — это на Кавказе: уважаемый человек, который говорит тосты. У нас это слово просто прижилось. В широком понимании у нас это человек, который проводит простые конкурсы или другие «бородатые» развлечения. Я работаю как ведущий — это другой уровень. В моей программе есть стендапы, миниатюры, активные конкурсы, вокальные интерактивы, общение с гостями и еще я «зажигаю» на танцевальных паузах. Я стараюсь сделать так, чтобы свадьба была более современная, в европейских традициях. Все клиенты очень разные, и

задача ведущего — сделать индивидуальную программу для каждого. Конечно, каравай и семейный очаг из программы не убрать. Но я всегда могу предложить альтернативу: вместо каравая — веселая миниатюра или оригинальный вариант встречи, а вместо очага — песочная церемония. Традиции на то и традиции, чтобы их нарушать. Я стараюсь проводить свадьбу так, как если бы это был мой праздник!

— **Что означает свадьба в европейских традициях?**

— Вообще, европейская свадьба — это мероприятие, в котором предусмотрена выездная регистрация, тут же на месте фуршет и выступление музыкальной группы. Как таковой конкурсно-развлекательной программы на свадьбе в Европе нет. Поэтому, пожалуй, полностью прийти к европейским традициям мы не можем, так как у нас в России другой менталитет.

— **А если ваши молодожены захотят свадьбу «под ключ»? Можете ли вы это предложить?**

— Я могу предложить полный набор организации свадьбы: профессиональную команду людей, известных фотографов и видеографов. Этому важно уделить внимание, так как свадьба бывает раз в жизни, и память о ней должна остаться на всю жизнь в виде качественных свадебных фотографий и видеопленки.

Я очень люблю работать ведущим, эта работа заряжает меня позитивом! Когда я вижу счастливых людей, я сам становлюсь немного счастливее.

Демо/видео www.777koncert.com
Instagram @koncert_777,
тел. 8-903-955-62-53

На мой взгляд, на СВАДЬБЕ должна быть красота, РОМАНТИКА — это главное!

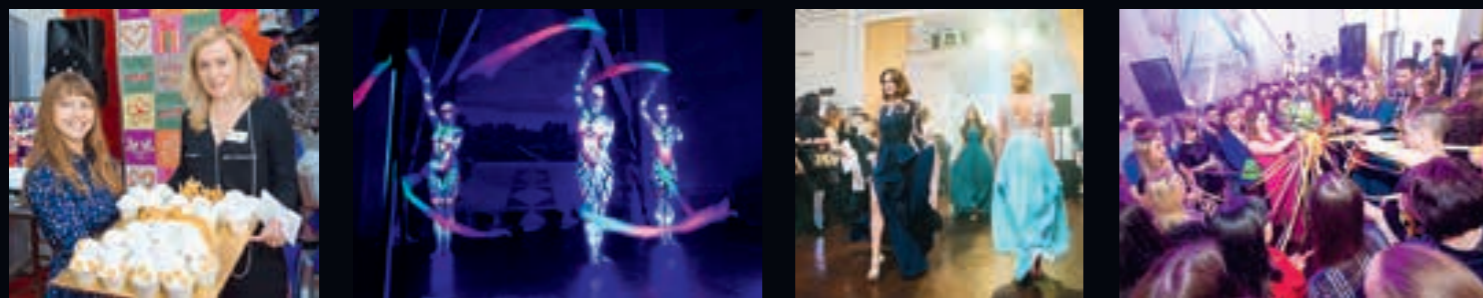


СВАДЕБНАЯ ВЫСТАВКА WEDDING SHOW TOMSK 2016

7 февраля в ресторанном комплексе «Дворец торжеств» состоялась ежегодная свадебная выставка Wedding Show Tomsk 2016. Около 1500 будущих молодоженов и десятки спецпредложений от свадебной индустрии для организации лучшей свадьбы — мероприятие получилось ярким и взаимопользным!

По традиции выставка Wedding Show Tomsk открывает свадебный сезон в городе: гости знакомятся с новинками свадебной индустрии и актуальными модными трендами, консультируются с томскими экспертами, принимают участие в мастер-классах и конкурсах. На выставке проходит и финал ключевого конкурса — проекта «Пара года»: в этом году красивое звание и Свадебную чековую книгу в подарок получили Елена Плеханова и Кирилл Иванов. Партнерами мероприятия стали компания «Wedding Day, организация свадеб», компания «Хорошоу. Wedding», журнал «Дорогое удовольствие», радиостанция DFM, интернет-журнал «Томский обзор», газета «Томские новости», интернет-портал «Svadbavsibiri».

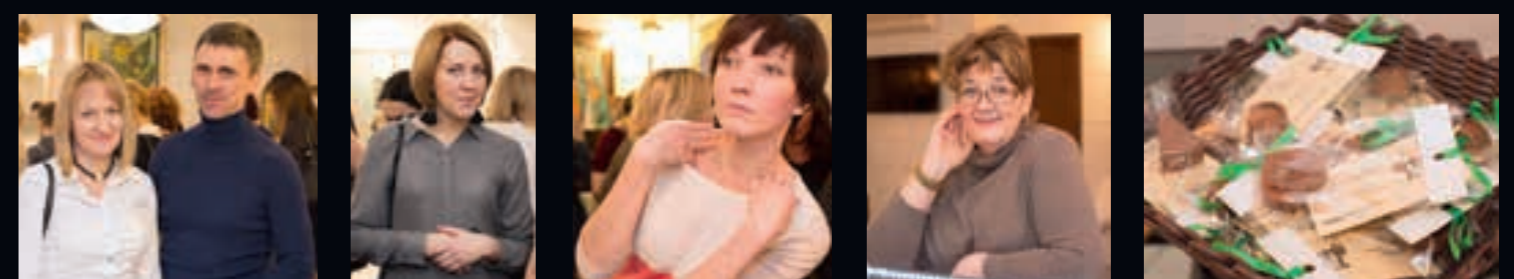
Фотографы: Дмитрий Карпушев, Алексей Городилов, Наталья Романюк, Вячеслав Смирнов, Влад Свириденко.



АСТРО-ПАТИ В АРТ-БУТИКЕ «РУССКИЙ ШАРМ»



24 января в Арт-бутике «Русский Шарм» состоялась астрологическая вечеринка. Специальный гость — эксперт астропсихологии Елена Красноженова рассказала о влиянии планет на жизнь человека, приоткрыла тайны астроминералогии: как минералы влияют на наш успех, здоровье или личную жизнь, можно ли использовать их для достижения целей, а также составила рекомендации на 2016 год по знакам Зодиака для всех участников вечера. Особое волшебное настроение помог создать сладкий партнер мероприятия — кондитерская «TORA», предоставив изысканные угощения для гостей.





ДЕНЬ ВСЕХ ВЛЮБЛЕННЫХ В РЕСТОРАНЕ «TWO CHEFS»

14 февраля — день, вне всяких сомнений, особенный для тех, чьи сердца бьются вместе. К этому дню ресторан «Two Chefs» подготовил самые жаркие блюда, романтические песни в живом исполнении, атмосферу уюта, тепла и праздника. Главным гостем вечера стал Мишка Тедди, который поздравлял влюбленных и дарил сладкие сердца от кондитерской «Sadeli».



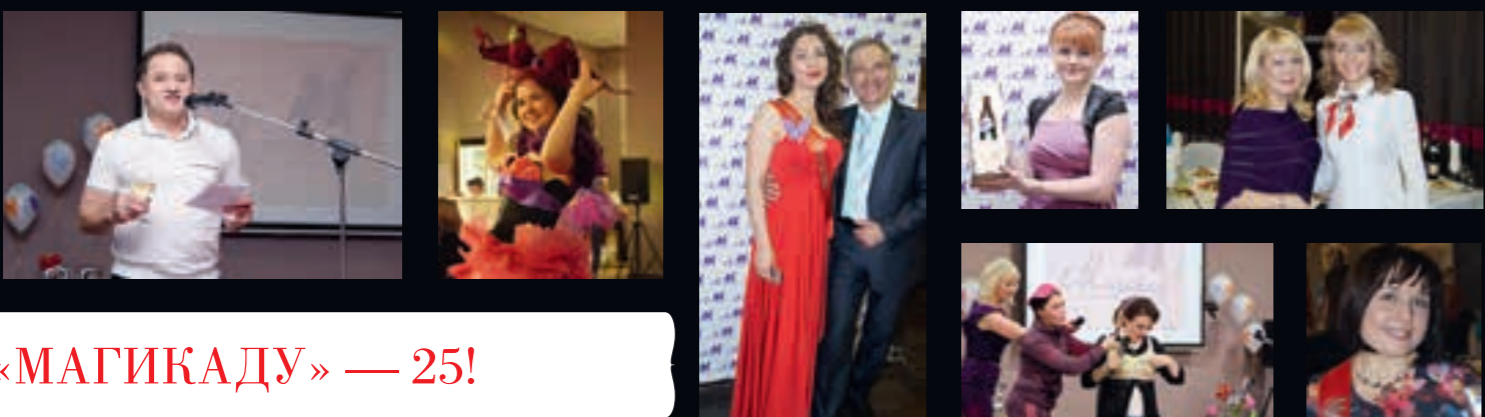
ПЕРВАЯ ПИЖАМНАЯ ВЕЧЕРИНКА ТОМСКА

Накануне Дня всех влюбленных впервые в нашем городе прошла «Пижамная вечеринка». Уютный зал центра «Йога&SPA» уже не первый раз собрал женщин, увлекающихся новинками в области красоты и косметики. Как говорит ведущая вечера, лидер компании Мэри Кэй в Томске Наташа Ростова: «Цель подобных party не столько продвижение продукта или услуги, сколько вдохновение и позитивный заряд для всех присутствующих. Современная женщина должна обязательно находить время для отдыха, подобный досуг — отличная альтернатива походу с подругами в кафе или кино».

Помимо отключения от внешних проблем гости вечеринки получили полезные знания в области ухода за телом, организации пространства в спальне, а также полезные энергетические практики по расслаблению своих вторых половинок.

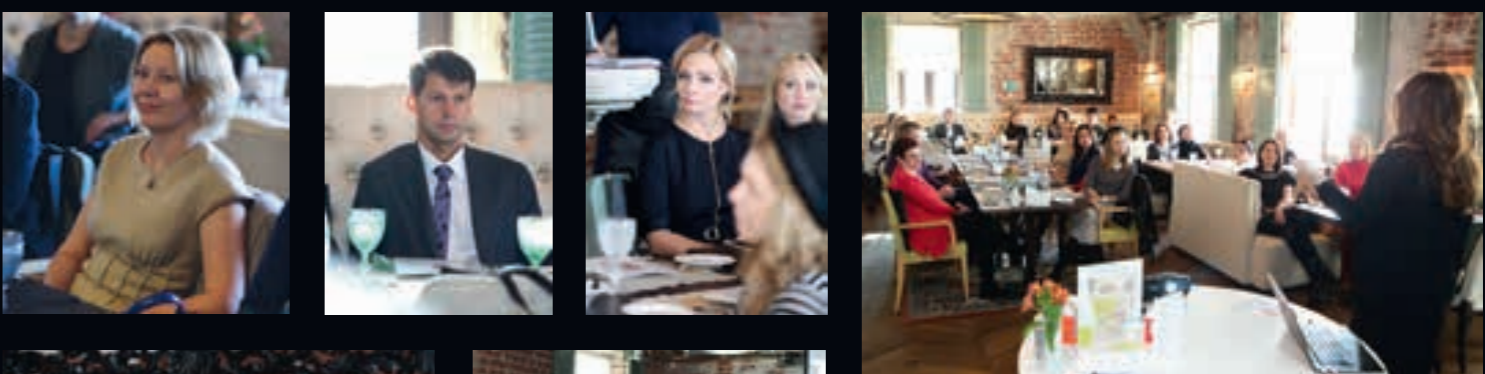
Фотограф: Наталия Клиничук





«МАГИКАДУ» — 25!

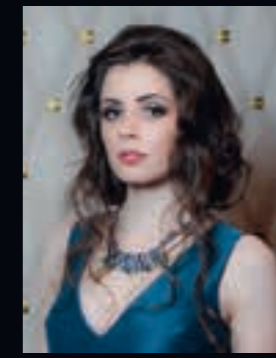
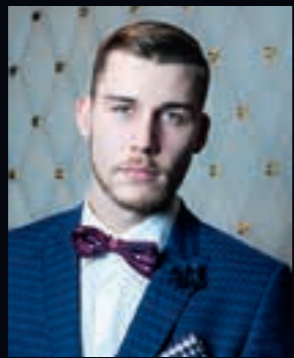
14 февраля в кафе «Факел» состоялось празднование 25-летнего юбилея компании «Магикад», на котором собрался весь коллектив во главе с руководителем фирмы Виктором Семисошенко. Поздравления и тосты, конкурс среди сотрудниц «Мисс Магикад-2016», феерическая концертная программа с участием самых «знаменитых» артистов, которыми в этот вечер стали сотрудники «Магикада», невероятные костюмы собственного изготовления — возможность проявить себя не только в своем деле, но и в творчестве — удалась великолепно! С днем рождения, «Магикад»!



ДЕЛОВОЙ ОБЕД ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ИНДУСТРИИ КРАСОТЫ ТОМСКА

16 февраля в стильном ресторане «Река 827» Академия Научной Красоты собрала руководителей сильнейших предприятий бьюти-бизнеса. Новые продукты, новые проекты, стратегия нестандартных решений 2016, программы поддержки бизнеса — вот только некоторые темы встречи.





КО ДНЮ ВЛЮБЛЕННЫХ



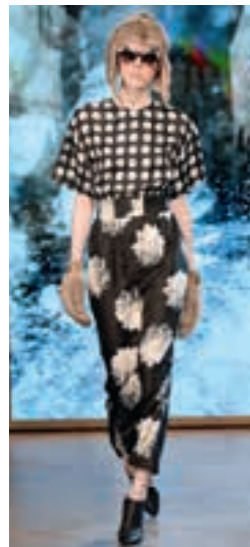
Ко Дню святого Валентина топ-стилисты мастер-студии «Бьюти» устроили фееричный шоу-показ, включавший в себя коллекцию трендов Весна-лето 2016, продемонстрировав свое видение моды в прическах.

Ориентир на главное направление сегодняшнего дня — естественность — отражен в коллекции причесок под названием «Неизвестные территории», отличающейся элегантной небрежностью и легким эффектом «растрепанности». В свою очередь коллекция «Красота неспешности» стала гимном мастерству и одой рукотворным шедеврам, которые несут в себе зашифрованные послания: моменты, которые мы тратим на неторопливое создание красоты своими руками, на трансформацию обычного в нечто ценное, позволяет нам почувствовать себя Творцом, Художником, Человеком. Цветовая палитра наступающего сезона вдохновлена расплавленными благородными металлами, популярны мягкие цветовые и световые переходы, добавляющие образам невероятную нежность. По-прежнему актуальны и косы — тренд вне времени, который подойдет каждой девушке. Помочь каждой из нас найти свой стиль — главная задача мастеров «Бьюти».

Модели предоставлены партнерами проекта — модельным агентством «Fashion Fond» продюсерского центра «ARS-Альянс».



City guide



«МОДА НЕРАЗРУШИМА»!

Коллекция итальянского Дома моды Max Mara сезона весна 2016 инспирирована Лондоном послевоенного периода. Дизайнеры Max Mara положили в основу черно-белый снимок известного английского фотографа моды Сесила Битона «Мода неразрушима». На снимке — безупречно одетая девушка на фоне руин лондонского здания периода Второй мировой. Это история о том, что в любые сложные кризисные времена женщина остается женщиной. Знаковое для Max Mara изделие — культовое пальто из двойной открываемой вирджинской шерсти (так называют шерсть первой стрижки, она самая чистая и нежная), прошитое вручную, подчеркивает кутурный характер коллекций бренда. Считая вручную люксовая одежда в изысканном и расслабленном стиле — визитка Max Mara. Пальто представлены в главных цветах модного весеннего сезона: пастельном желтом, приглушенных «нонфетных» оттенках розового и голубого,

глубоком синем, ярко-красном и «земных» цветах: охры, табачном, бежевом, разных оттенках коричневого.

Ключевыми принтами весенней коллекции стали микро- и макро-принты «пион». Подобно цветам после дождя в лондонских парках, пионы расцветают не только на платьях и блузках, но на плащах и даже брюках. Триумф пионов в утонченной игре черного и белого, позитива и негатива разделяет новый принт «балерины», посвященный престижному Лондонскому Королевскому балету. Коллекция resort Max Mara в элегантном, утонченном, женственном и вместе с тем, непринужденном и расслабленном стиле, скоро поступит в бутик Max Mara Галереи Бутиков На Набережной.

«Mosaico Family»,
Галерея бутиков На Набережной,
ул. Набережная реки Ушайки, 4 а,
тел. 51-45-61, instagram @mosaico_Family



ЮВЕЛИРНАЯ ВЕСНА!

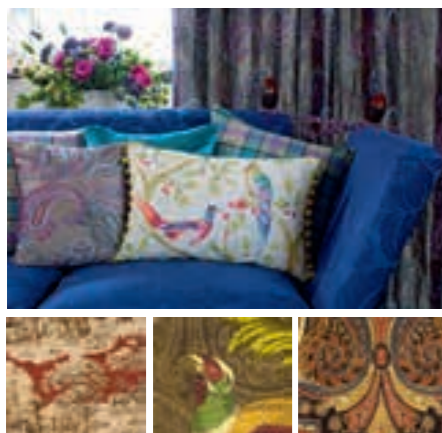
Роскошные весенние коллекции украшений ждут своих поклонниц в Арт-бутике «Русский Шарм»! Драгоценная ювелирная эмаль, винтажные геммы (намеи и инталии), редкие самоцветы — в эксклюзивных произведениях ювелирного искусства! На великолепных браслетах, кулонах, серьгах, кольцах, как на живописных полотнах, разворачиваются художественные сюжеты в яркой сочной колористике! Весеннее пробуждение — квинтэссенция коллекции! Порадуйте себя свежими дизайнерскими решениями и впустите весну в свою жизнь! Ждем с радостью и весенним настроением!

Арт-бутик «Русский Шарм»,
Галерея бутиков НА НАБЕРЕЖНОЙ,
ул. Набережная реки Ушайки, 4 а,
тел. 8-961-098-19-33,
instagram ruskiycharm

НОВЫЕ КОЛЛЕКЦИИ

В студии «Па-де-Кале» — новые поступления портьерных тканей из каталогов Galleria Arben. В коллекцию Valentina вошли легкие, мягкие и эластичные ткани неяркой природной эко-гаммы, монохромные и контрастные материалы с некрупной цветочной вышивкой. Коллекция Pheasant Hunt представлена всеми любимой портьерной тканью с фазанами и мебельными тканями с оригинальными рисунками. Коллекцию Bohemian Rhapsody Galleria Arben — это яркие, чистые, открытые цвета, жанкарды в клетку и полоску. В студии можно подобрать варианты для оформления интерьеров в различных современных стилях: эко, кантри, рустик, прованс, шебби-шик.

Студия текстильного дизайна «Па-де-Кале», пр. Комсомольский, 37, тел. 93-37-16

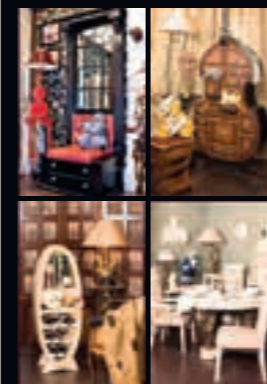


НЕЖНЫЕ СЛЕДЫ

Лечебно-профилактический пединюр Golden Trace дает самые превосходные результаты — гладкую и здоровую кожу ног и стоп благодаря включению в профессиональную линию Golden Trace инновационных разработок лучших лабораторий мира. Каждый компонент, вошедший в рецептуру препаратов Golden Trace, превращает продукт в косметический шедевр индустрии красоты. Основными активными веществами линии являются: энзимы, разрушающие мертвые ткани и омолаживающие кожу, мицеллы, собирающие на себя все ненужное, что есть на стопе,

проникающие внутрь кожи и подготавливающие кожу к регенерации, а также папаин, расщепляющий белок в мертвых тканях. Данный пединюр имеет пролонгированный эффект — его достаточно делать 1 раз в 1-1,5 месяца, для поддержания гладкости стоп и отсутствия мозолей, «натоптышей» и трещин!

Салон коррекции фигуры и SPA «VIP-Триумф»,
ул. Гоголя, 30/1, тел.: 52-92-48, 58-69-90



В ОКРУЖЕНИИ КРАСОТЫ

21 февраля состоялось открытие еще одного бутика «Bogacho», который комфортно расположился в магазине «Фарадей». Предметы интерьера Bogacho уже стали для томичей не просто деталями дома, а настоящим образом жизни. Они предназначены для людей с аристократическим вкусом, которые предпочитают окружать себя подлинной красотой. Каждое изделие Bogacho, выполненное руками талантливых мастеров, — подлинное произведение искусства со своей легендой и характером. В бутике всегда можно найти

оригинальные предложения, как для подарка, так и для украшения собственного интерьера. В день открытия всем покупателям дарили VIP-карты, а также комплимент за знакомство — еще одну снисходительную карту.

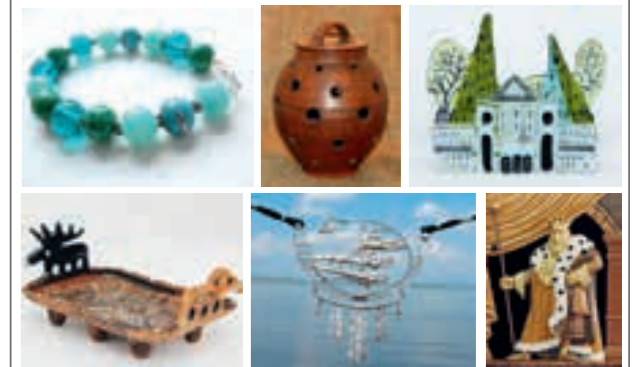
Салон интерьерных решений «Галерея Света»,
ул. Красноармейская, 122, тел. 46-90-35;
Магазин «Фарадей», пр. Комсомольский, 15 а, тел. 28-93-88,
www.gallery-svet.ru, www.bogacho.ru



НОВАЯ ЭРА НОГТЕВОГО СЕРВИСА

Итальянский косметический бренд FABY, покоривший Европу, теперь эксклюзивно представлен в Томске в салоне «VIP-Триумф». Продукция FABY — это новейшее поколение гель-лаков LACQUERING, созданных на основе инновационной формулы, не содержащей ТРО (известного вредного токсичного отвердителя). Причина популярности бренда — это идеальное покрытие, которое обеспечивает защиту и отбеливание ногтевой пластины, не сушит ее и дарит великолепное сияние маникюру, продлевая его красотой до 2-х недель. Настоящим апогеем линии LACQUERING стала уникальная новинка — база ZERO — инновационное оздоравливающее гелевое покрытие, которое восстанавливает истонченные, слоющиеся, «уставшие» ногти под гель-лаком!

Салон коррекции фигуры и SPA «VIP-Триумф», ул. Гоголя, 30/1, тел.: 52-92-48, 58-69-90



ГАЛЕРЕЯ «ОРНАМЕНТ» — ОТКРЫТИЕ!

Удивительное место открывается в нашем городе в конце марта — галерея «ОРНАМЕНТ». Именно здесь будут представлены работы лучших мастеров прикладного искусства Томска и области. Многие из нас, путешествуя по чужим краям, часто упорно ищут и привозят домой аутентичные вещи ручной работы. Нам хочется, чтобы они отражали суть той этно-культуры, ее эстетические коды и уровень развития ремесел. С появлением «ОРНАМЕНТА» нам будет гораздо проще знакомиться, любоваться и покупать работы талантливых художников, создающих их в различных техниках и стилях декоративно-прикладного искусства: керамические изделия (ручной лепки, расписная, обварная, глазурированная), украшения (серебро и другие металлы в сочетании с натуральными камнями), картины и необычные скульптуры из дерева, изделия из тонкого войлока (платья, кардиганы, аксессуары), авторские сумки и сумки, одежда и платки из расписанного вручную шелка, стекло и фьюзинг (бижутерия, посуда, витражи), текстиль для дома (покрывала, подушки, скатерти) и многое другое. Имена некоторых художников, чьи вещи вы сможете встретить в «ОРНАМЕНТЕ», уже хорошо известны, а кто-то из мастеров только начинает свой путь в сфере ремесел — во всех случаях вас ждут исключительно авторские вещи высокого уровня. Галерея «Орнамент», ул. Набережная р. Ушайки, 4 а

ОТДЫХ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН



Легенда мирового ММА Джефф Монсон, один из самых мужественных и сильнейших бойцов планеты, впервые прибыл в Томск для проведения мастер-класса. Но, как настоящий спортсмен, он нашел время, чтобы 21 февраля посетить томский СПА-салон «ПРАНА», где взял специальную мужскую СПА-программу. Джефф высоко оценил сервис и качество услуг томского салона, еще раз подтвердив, что супермены нашего времени тоже должны уметь расслабляться, находить время для отдыха, накопления сил для дальнейших боев.

Спа-салон «ПРАНА»,
ул. Учебная, 8, тел. 574-350,
prana.tomsk.ru

НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
ELIZABETTA FRANCHI SS'2016
В БУТИКЕ «ДЖУЛИЯ»

В бутике «Джулия» представлена новая коллекция Elisabetta Franchi весна лето 2016. Для поклонников марки — элегантная европейская цветовая палитра, построенная на оттенках беж, а также черно-белых сочетаниях. Полупрозрачные вставки, разрезы, другие необычные детали — знаменитый бренд призывает весной и летом не забывать о красоте своего тела, декларировать свободу и раскованность, но с подлинно итальянской элегантностью. Этой же цели служат и изысканные коллекции итальянской обуви, сумон и аксессуаров Cromia и Brassallini, обладать которыми — значит приобщиться к вечным ценностям моды.

Бутик «Джулия», ТЦ «Подיום»,
пр. Фрунзе, 26, тел. 53-45-98,
instagram Juliapodiumtomsk



ELIZABETTA FRANCHI



ПРЕМЬЕРНЫЕ НОВИНКИ

Магазин мужской одежды «PREMIER V» приглашает всех представителей сильного пола, желающих пополнить и освежить гардероб, а, возможно, и создать новый актуальный образ в классическом, молодежном или casual-стиле. Известные мировые бренды Valenti, Masimar, Maraton sportwizar, Vopen представлены широким ассортиментом мужских костюмов (от 4 000 руб.) и линейкой от 44-го до 76-го размеров. Турецкий трикотаж, спортивные костюмы, джинсы и рубашки разнообразных фасонов.. Порадуйте себя отличными покупками в магазине мужской одежды «PREMIER V»!

Магазин мужской одежды «PREMIER V»,
ул. 79-й Гв. дивизии, 24;
ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1

ВОЗВРАЩЕНИЕ МОЛОДОСТИ

В клинике «REVITAL» появился новый уникальный аппарат для фотоомоложения — M22. Он также способен эффективно решить такие проблемы, как пигментация кожи, анне, сосудистые звездочки, купероз, розацеа, винные пятна. Успешная презентация M22 прошла только в январе, но результаты его действия смогли оценить уже многие клиенты. В марте для тех, кто пройдет процедуры на аппарате, предлагается фотоомоложение рук в подарок!

Клиника эстетической косметологии «REVITAL»,
пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44, www.revitaltomsk.ru



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ОСОБЕННЫЙ
ПОДАРОК

Весна — время новых эмоций, улыбок, влюбленностей и обжигающих страстей. Мужчины стали внимательней — и не только потому, что с каждым теплым днем

юбки милых дам становятся короче. Дело в том, что близится главный женский праздник — 8 Марта.

В этот день каждая женщина достойна самых страстных признаний, восхищения и подарков. Цветы? Конфеты? Возможно. Но ведь этим уже никого не удивишь. Тем более, нужен такой подарок, который подчеркнет индивидуальность каждой женщины. Сегодня мы предлагаем ознакомиться с советами, что, кому и как можно подарить в этом случае!

1. Самой любимой и желанной

Подарки для самой любимой и желанной женщины отличаются тем, что их подбирают наиболее тщательно, учитывая каждый нюанс вкусов вашей избранницы. Что это может быть? Безусловно, сексуальное белье. Попробуйте сделать выбор за нее и представьте, чтобы смотрелось на ее фигуре наиболее сексуально и выигрышно — например, комплект эротического белья. Если ваше воображение рисует самые откровенные образы, этот вариант ваш! В том случае, если белье покажется вам неподходящим, выберите в качестве подарка сексуальные игрушки. Конкретные советы не требуются: ведь что понравится именно вашей половинке, знаете только вы.

2. Коллеге по работе

Представительница прекрасного пола на работе — это в первую очередь коллега, но она по-прежнему женщина, которой хочется внимания в этот день. Отойдите в этом году от шаблонов! Для подарка вполне может подойти флакон духов с феромонами. Женщины любят внимание, тем более, весной, и феромоны сыграют в этом деле на руку!

3. Сестре или подруге

В этот арсенал подарков можно внести как яркие, впечатляющие фасонами, платья, так и веселые сувениры. Подойдет в качестве подарка и сертификат: вполне возможно, что ваша подруга давно планирует что-либо приобрести, но ей не хватает времени или решимости на покупку. Сертификат предоставит ей возможность реализовать свои мечты. К тому же его можно обналчить в нашем интернет-магазине.

Список возможных предложений из наших магазинов «18+» бесконечен. Но ведь важен не только подарок, но и то, как его преподнести, особенно, если это интимный и глубоко откровенный презент. Всегда помните, что вручать такой подарок следует наедине и в романтической атмосфере, не забывая про приятные слова и комплименты.

пр. Комсомольский, 49; пр. Кирова, 39;
ул. Р. Люксембург, 5/1;
ул. 79-й Гвардейской дивизии; тел. 55-99-10,
www.18plus-tomsk.ru, http://vk.com/18plusshop



Салон красоты
«МИР ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ»



ВСЕ ВИДЫ ПАРИКМАХЕРСКИХ УСЛУГ
КОСМЕТИКА ДЛЯ ВОЛОС | УХОД ПО ТЕЛУ
НАРАЩИВАНИЕ РЕСНИЦ | ОФОРМЛЕНИЕ БРОВЕЙ
ВИЗАЖ | МАНИКЮР | ПЕДИКЮР

г. Томск, ул. Гагарина, д. 19,
тел.: (3822) 511-695, (952) 808-93-33



СБЕРЕЧЬ СЕМЕЙНУЮ ПАМЯТЬ

Всем, кто желает сохранить для будущих поколений страницы из жизни своей семьи, фотоцентр «DPI» может привести в порядок домашний фото- и видеоархив. Среди услуг центра: оцифровка старых негативов и фотопленок (ч/б, негатив, слайды), видеонассет, сканирование цветных

фотопленок Kodak, Fuji, Konica, Agfa с коррекцией цвета и света. В «DPI» уберут дефекты со старых снимков, отреставрируют порванные и треснувшие фото, сделают рамочки, грамотно обработают цифровые фотографии.



Фотоцентр «DPI»,
ул. Красноармейская, 101 а,
ТГ «Красный экспресс»,
тел. 56-17-99, dpi.tomsk.ru

BUON COMPLEANNO!

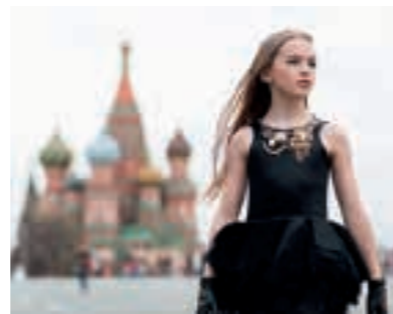
IVAN, UN GRANDISSIMO AUGURIO DI BUON COMPLEANNO! CHE IL TUO FUTURO SIA SEMPRE RAGGIANTE QUANTO IL TUO SORRISO. TI AUGURIAMO TANTA SERENITÀ, GIOIA E FELICITÀ. CON L'AUGURIO CHE IL VOLGERE DEL TEMPO POSSA PORTARE SEMPRE SALUTE E BENESSERE A TE E A TUTTI COLORO CHE TI VOGLIONO BENE. CHE IL COMPLEANNO SIA SEMPRE UN PUNTO DI PARTENZA PER NUOVE EMOZIONI E GIOIE. I MIGLIORI AUGURI, IL PERSONALE DEL SALONE «MAESTRO»!
13.03.2016



LITTLE TOP MODEL TOMSK

Региональный отборочный конкурс LITTLE TOP MODEL Томск — это возможность девочкам в возрастных категориях 4-6, 7-10, 10-14 лет осуществить свою мечту и выступить на финале в Москве. Основная цель конкурса — справедливо и объективно выявить лучших, одаренных детей и дать им возможность реализовать свои таланты. К участию в конкурсе допускаются девочки, не имеющие профессиональной подготовки, ученицы детских и молодежных творческих коллективов (театральных, хореографических, вокальных, цирковых и др.). В программе: презентация-представление, массовое дефиле-постановка, сольный номер каждой участницы, а также массовые детские танцевальные номера лучших коллективов города. Участницы будут обеспечены авангардными и дорогими костюмами для выступлений от томского модельера Александры Шабалиной, заранее пройдут предконкурсную подготовку. Конкурс обещает стать самым массовым в истории города — предполагаемое количество детей, участвующих в конкурсе, 40-50 человек. Членами жюри станут независимые спонсоры и партнеры, которые не намерены влиять на результаты конкурса. За создание праздничной атмосферы отвечают промоутеры генерального партнера — агентства детских праздников «Весело».

Директор детского модельного агентства «Премьер Моделс» Павел Пугачев, тел. 8-913-823-15-45
Куратор конкурса Дина Петровна, тел.: 8-952-885-03-95, 47-19-99
www.premjer-models.jimdo.com
vk.com/club70717435
www.ok.ru/detskoem



ВЕСЕННИЙ ВЫБОР

Салон тканей и фурнитуры «Дефиле» приглашает познакомиться с новыми поступлениями и выбрать ткани и материалы для создания обновленного весеннего образа. В салоне представлены свежие коллекции от ведущих итальянских производителей D&G, Gucci, Roberto Cavalli, Hermes и многих других. Среди огромного ассортимента тканей для пальто можно остановиться на драпе или кашемире, а грядущее потепление вдохновит на покупку натурального шелка, нежнейшего французского кружева, актуальных хлопка и льна, жаккардовых вариантов с модными принтами. На коллекции прошлых сезонов предусмотрены значительные скидки — до 70%.

Салон тканей и фурнитуры «Дефиле»,
пр. Ленина, 113, ТГ «Аркада» (2-й этаж), тел. 58-52-58



Адреса в Томске



ОДЕЖДА И ОБУВЬ

«Галерея бутиков Набережной», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, www.onlinemosaico.ru / Салон сумок и чемоданов «Глобус», пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235 / Multibrand store «Forum», пр. Фрунзе, 90, тел. 26-05-40, факс 26-62-94, www.forum-store.ru / Мультибрендовый магазин европейских марок «Модный бульвар», пр. Ленина, 15, тел.: 42-73-20, 42-73-30 / Магазин модной одежды «Fashion House», ТЦ «Big city», пр. Ленина, 80 а (4-й этаж) / Центр свадебной и вечерней моды «Подружка невесты», ул. Гоголя, 55, тел.: 444-777, 777-444 / Магазин детской дизайнерской одежды «Stilnyashka», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город» (3-й этаж), тел. 255-990 / Обувной магазин «CORSOCOMO», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город» (2-й этаж), тел. 200-798 / Салон мужской одежды «PREMIER», ул. 79 Гв. дивизии, 24, ул. Интернационалистов, 17/1, тел. 305-307 / «Mollis», пр. Комсомольский, 13 б, ТЦ «Изумрудный город» (3-й этаж) / Дом детской моды «Lapin House», пр. Фрунзе, 90, тел. 24-98-47, www.lapintomsk.ru / Магазин женской одежды «Наряжаться красиво», пр. Ленина, 60, ост. «Главпочтамт», тел. 51-18-60 / Фирменные магазины женского белья «Магикад», пр. Фрунзе, 109, тел. 52-76-62 /



ПОДАРКИ

Арт-бутик «Русский Шарм», ул. Набережная реки

Ушайки, 4 а, тел. 8-961-098-19-33 / Магазин-клуб детской книги «Умка», ул. Усова, 37, тел. 8-961-888-37-37 / Магазин эротических товаров «18+», пр. Комсомольский, 49, пр. Кирова, 39, ул. Р. Люксембург, 5/1, ул. 79-й Гвардейской дивизии, тел. 55-99-10, www.18plus-tomsk.ru



КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Салон коррекции фигуры и SPA «VIP-Триумф», ул. Гоголя, 30/1, тел.: 52-92-48, 58-69-90, www.vip-triumf.tomsk.ru / Клиника эстетической медицины «Cher Ami», ул. Красноармейская, 122/1, тел.: 55-63-55, 56-25-25, www.cherami.tomsk.ru / Image studio «Sebastian professional», пр. Фрунзе, 90, ТЦ «Форум», тел.: 55-02-55, 8-909-543-30-32 / Клиника современной косметологии и диетологии «Идеале», пр. Ленина, 110, тел. 908-988, www.ideale70.ru / Клиника восстановительного лечения «Sante», ул. Пушкина, 61, тел.: 65-05-06, 65-06-56, www.sante.tomsk.ru / Wellness-club «Солелио», пер. 1905 г., 8/1, тел.: 51-70-01, 51-50-80, www.solerno.ru / Кабинет эстетической медицины для мужчин «ЖЭМ», ул. Дзержинского, 20/1, тел.: 43-33-00, 433-237, www.lc.tomsk.ru / Медицинский центр «Аксиома», ул. Карла Маркса, 36, тел.: 51-08-29, 25-28-28 / «Чистовье», пр. Мира, 13/3, тел.: 32-05-56, 22-83-60, www.chistovie.ru / Clinic & Spa «Живой стиль», ул. Гоголя, 55, тел. 468-468, живойстиль.рф / Центр косметологии и коррекции фигуры «Melagrano», пр. Фрунзе, 119 е, тел. 245-000 / Клиника лазерной косметологии «Линлайн», пр. Ленина, 113,

тел. 28-35-35, www.linline.ru / Салон красоты «Мир здоровья и красоты», ул. Гагарина, 19, тел. 51-16-95 / Спа-салон «Прага», ул. Учебная, 8, тел. 574-350, prana.tomsk.ru / Стоматология & косметология «Космодемент», ул. Иркутский тракт, 5, тел. 202-332, cosmodent.su / Клиника современной косметологии «Medical G», ул. Советская, 69, тел. 22-95-65, www.medicalg.ru / Салон красоты «КУКЛА», ул. Сибирская, 56, тел. 71-33-22 / Центр пластической и реконструктивной косметологии «Пластика», ул. Учебная, 7 / «Body Fit Club», ул. Белинского, 15 а, тел. 53-40-84 / «Аэройога», ул. Герцена, 44, тел. 8-913-801-91-42



ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Салон мебели и интерьерных решений «Маэстро», ул. Красноармейская, 18, тел.: 99-88-01, 99-89-01, www.maestro.tomsk.ru / Мебельный бутик «Антираж», ул. Белинского, 29, тел. 557-700; ул. Партизанская, 6, тел. 650-675 / Немецкая химчистка «BÖWE», ул. А. Иванова, 3, тел. 42-40-98, www.bowe.ru / Магазин посуды «Bonita», Набережная реки Ушайки, 18 б, тел. 512-412 / Мебельный магазин «Smart» ул. Красноармейская, 55/1, тел.: 716-717, 435-434 / Магазин мебели «Primavera», ул. Учебная, 40 б, тел. 56-50-45 / Завод по производству готовых домокомплектов «Экотерм-Суп», ул. Кулева, 12, оф. 36, тел.: 94-22-33, 77-97-78, www.ecothermsip.ru / Бутик предметов интерьера «Bogacho», ул. Красноармейская, 122, тел. 46-90-35 / Галерея европейской

сантехники «AQUA Пре-стиж», ул. Никитина, 76, тел. 30-30-90 / Магазин осветительных приборов «Светомаркет», ул. Лермонтова, 32, тел.: 53-45-65, 52-81-09 / Салон «Verona Mobili. Кухни & Двери», пер. Типографский, 1 а, тел. 535-800 / «Академия дверей» пер. Карповский, 3, тел.: 25-86-23, 8-953-921-51-33; пер. 1905 г., 5 а, тел.: 99-41-33, 8-952-175-97-75



ОБРАЗ ЖИЗНИ

Торгово-производственная компания «Сибирский Знахарь», пр. Комсомольский, 68/2, тел. 7-800-250-79-49 / Юридическая компания «БЕЛЯНКО и партнеры», ул. Трифонова, 22 б, тел. 511-437 / Интерьерная фотостудия «Сны», ул. Беленца, 9/1, оф. 301, тел. 340-400 / Организация праздников и мероприятий «Концерт 777», ул. Красноармейская, 120



РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Ресторан «Купеческий дом», пер. Батенькова, 7, тел.: 99-45-01, 25-00-69, www.restoran.k-dom.tomsk.ru / Ресторан средиземноморской кухни «Марле Буа», пл. Ленина, 11, тел. 99-88-88, www.marlebua.ru / Ресторан «Two Chefs», ул. Набережная реки Ушайки, 16, тел. 995-996 / Бар-ресторан немецкой кухни «Кайзерхоф», ул. Красноармейская, 122, тел. 905-905 / Ресторан «Siberia», пр. Ленина, 91, тел. 53-02-02 /

Астропрогноз



Кольцо Papillon, **Korloff**.
Белое золото 750 пробы,
бриллианты

Рыбы

19.02 — 20.03

Перед вами может предстать поистине глобальная задача: примириться с недостатками близкого человека, неожиданно открыв новые и потрясающие его достоинства. Даже несколько дней отдыха вдали от привычных мест помогут в верной расстановке приоритетов. В награду Рыб ожидает полное согласие не только с окружающими, но и с самими собой.

ОВЕН 21.03 — 19.04

Интеллект — не единственное ваше оружие, но именно оно в этом месяце будет бить точно в цель. Вами будут очарованы, и вы, возможно, ответите взаимностью. В вихре страстей не забудьте о слегка утомленном за зиму организме. Витаминно-минеральные комплексы, спорт и заряд здорового оптимизма вам в помощь!

ТЕЛЕЦ 20.04 — 20.05

Звезды обещают вам массу незабываемых впечатлений. Но это не значит, что нужно сидеть сложа руки в ожидании чуда. Принимайте предложения и приглашения, сил и энергии вам хватит на все. Не лишним будет внести что-то новое в устоявшиеся отношения. Совместные радости сплотят вас еще больше.

БЛИЗНЕЦЫ 21.05 — 20.06

Вы незаметно для себя встали на новую ступень бытия, теперь главное — удержаться. Для этого важно оставаться спокойными в водовороте событий. Философия дзен и релаксирующие SPA-процедуры будут весьма уместны при вашем динамичном жизненном ритме.

РАК 21.06 — 22.07

Тайным граням вашей глубокой и тонкой личности, которые до поры были скрыты ввиду вашей скромности, предстоит заблестать по-настоящему. Новая самопрезентация окажется делом не только приятным, но и полезным. Главное — успевать верно оценивать поступающие в результате заманчивые предложения.

ЛЕВ 23.07 — 22.08

Вам предстоит немного уюмониться. Сейчас самое время насладиться текущим моментом и уделить время долгосрочному планированию. И то и другое может дать великолепный результат, если не забывать уделять время маленьким радостям вроде курса расслабляющего массажа или сеансов ароматерапии.

ДЕВА 23.08 — 22.09

Редкий случай — звезды сулят удачу на личном фронте, при этом обещая попутный ветер и в деловых вопросах. Сопутствующий

такому успеху эмоциональный подъем смело используйте себе во благо. Самосовершенствование, изучение нового будут как никогда эффективны.

ВЕСЫ 23.09 — 22.10

Весна уже будоражит вашу кровь, навевая желание выйти за привычные рамки? Что ж, проявите инициативу — она может стать основой для перспективного начинания. Неделя блаженного ничегонеделания на берегу теплого моря будет хорошей прелюдией к глобальному прорыву.

СКОРПИОН 23.10 — 21.11

Мало работать самим — нужно заставить работать свои деньги. Сейчас хорошее время, чтобы уделить внимание финансам — результат вас порадует. На этом фоне не стоит откладывать запланированных покупок, будь то запавший в душу предмет искусства или туфли, которые вы присмотрели на последних парижских показах.

СТРЕЛЕЦ 22.11 — 21.12

Вам повезет в любви! И если уж не головокружительный роман, то приятное знакомство и бодрящий флирт — как минимум. Кстати, проявить любовь к самим себе тоже будет нелишним. Например, завести полезные для красоты и здоровья привычки вроде утренней пробежки или 20 минут фейс-фитнеса перед зеркалом. Потом сами же скажете себе спасибо!

КОЗЕРОГ 22.12 — 19.01

Погода в доме станет вашей главной заботой. Не жалейте сил на любимых людей, это станет вложением в ваше общее счастье. Для укрепления здоровья и поднятия настроения показаны пешие прогулки, особенно если их маршрут будет проходить где-нибудь в районе Елисейских полей.

ВОДОЛЕЙ 20.01 — 18.02

Вас ждут перемены. Ваша способность быстро адаптироваться к новому будет весьма кстати. Не ленитесь записывать свои идеи — чтобы не упустить в потоке кое-что очень важное. И не забывайте расслабляться — загляните со своей второй половинкой в исключительно романтическое место, начало весны все-таки обязывает.

MAGISTRA

Продукт в современном, городском стиле, с использованием элементов старины, отлично вписывающихся в общий дизайн.

Специальное весеннее предложение от итальянской фабрики ARAN CUCINE
скидка 25%*
на все модели кухонь



SMART

г.Томск, ул.Красноармейская, 55/1,
Тел. +7 (3822) 435-434, 435-404,
smart@smartmebel.info
www.smartmebel.info



SMART_TOMSK

PRIMAVERA

г.Томск, ул.Учебная, 40А,
Тел. +7 (3822) 565-045, 565-044



PRIMAVERATOMSK



CONTROLUCE

ITALIAN HOME FASHION

Maestro

www.maestro.tomsk.ru



Салон мебели и интерьерных решений «Маэстро»
г. Томск, ул. Красноармейская, 18, тел.: (3822) 99-88-01, 99-89-01

 Instagram:
[maestro_tomsk](https://www.instagram.com/maestro_tomsk)