

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ 2016
ТОМСК

АРИНА
ШУВАЕВА
БЫТЬ,
А НЕ КАЗАТЬСЯ



ЗДОРОВЬЕ
ПРЯМЫЕ
ИНВЕСТИЦИИ

СЛЕДУЙ
ЗА БЕЛЫМ
КРОЛИКОМ

СЧАСТЬЕ
ПОД КОНТРОЛЕМ

16+





Сибирский кедр



Кедровый грильяж с клюквой



Кедровые палочки

Кедровые сладости

ТМ «Сибирский кедр» – это конфеты ручной работы, которые делаются из отборного, натурального и дорогого сырья, в состав которого входит: ядро кедрового ореха, клюква, мёд, натуральные соки сибирских ягод. Наши сладости смогут порадовать не только тимичей, но и приятно удивят ваших друзей на другом конце планеты. Мы рады вам предложить:

- Кедровый грильяж с клюквой
- Кедровые палочки в шоколадной глазури
- Халву кедровую
- Нугу с кедровыми орешками
- Кедровый маршпан
- Желейные конфеты с натуральными соками ягод
- Иван-чай
- Мёд таёжный с кедровыми орешками

Наслаждайтесь!

Томская область
г. Петрово
ул. Луговая, 11-а
т/ф. 311-174, 311-175
кедровый-орех.рф
siberian-nut.com
instagram@siberian_nut

Дорогие
конфеты
для дорогих
людей...



Большая праздничная распродажа

SALE

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

МОДНЫЙ БУЛЬВАР



ЗИМНИЕ СКИДКИ
SALE
 до 50 %
 на весь ассортимент



Меховой салон
БЕРЕЗКА

ул. Красноармейская, 122, тел. 56-15-39
www.mehavtomske.ru



Дом эконом-класса, в котором хочется жить!

Новосибирская компания ООО «Маркер», которая недавно вышла на рынок жилья в Томске, занимается возведением 14-этажного жилого комплекса «Ласточка» в Октябрьском районе. Адрес будущей новостройки — Иркутский тракт, 194 г. Срок сдачи — III квартал 2016 года. К декабрю 2015 года возведено уже 6 этажей.



Подробно с планировкой квартир можно ознакомиться на сайте lastochka-tomsk.ru



НАЧАЛО
НОВОГО



ВСЕ ПРЕИМУЩЕСТВА «ЛАСТОЧКИ»

МАТЕРИАЛ. Дом возводится из железобетонного каркаса в форме куба 3,5 с усиленным армированием и термодражкой. Вытяжные шахты и распределение отопительных коммуникаций жилья в Томске, компании-застройщику осязаемо, как видны.

ЭКОЛОГИЯ. Экологически чистая зона, выборная для строительства домов. — еще один важный аргумент для будущей новостройки, которая обеспечит жильцам свое будущее. Для комфорта жильцов от городской суеты и загрязненной атмосферы, совсем недавно в «Ласточке» смонтирован ВЭС для подпитки котельной.

ИНФРАСТРУКТУРА. Жилой комплекс расположен вблизи в районе с развитой инфраструктурой, здесь в шаговой доступности все, что необходимо для комфорта более-менее семьи: хорошие транспортные системы, общедоступные школы, детский сад, школы искусств, магазины и супермаркеты. В уютном дворике дома предусмотрены озелененные, детские игровые площадки, места для удобных скамеек, детская площадка для малышей.

ДОМ «ПОД КЛЮЧ». Чтобы избежать проблем с приемом, застройщик решил, что лучше всего не отдавать помещения, компания «Маркер» предлагает приобрести в квартире с минимальным ремонтом. Помимо этого, можно выбрать, какой бы то ни было индивидуальный уют, отделочные работы в квартире «Ласточка» мебели и новоселье готовы — все, что требуется при переезде в дом «под ключ».

ЦЕНА. Приобрести квартиру на этапе строительства можно по специальной цене — начиная всего от 25 тысяч рублей за кв.м. Доступна беспрецедентная дисконтовая программа (индивидуально), а для семей с детьми — материнский капитал. При внесении 20% предоплаты — скидка в размере 100 рублей на каждый квадратный метр.

БАНКИ-ПАРТНЕРЫ. «Ласточка» от банков-партнеров компании — выгодная и быстрая возможность стать владельцем своего жилья. Помимо удобной кредитной, ипотеки программы, сейчас в реализации находится программа с привлечением материнского капитала. Доступны все жилищные программы: Федеральная цель 411 программа, МП «Домик», МП «Ласточка», УООО «Маркер» и другие. Ипотека: ИМО Банк «Левобережский», ИМО «Сбербанк», АО «Россельхозбанк», АО КБ «Дальстройкредит».



ООО «Маркер» входит в строительный холдинг «ВМРА-Строй». Мы зарекомендовали себя как надежный и квалифицированный застройщик на рынке недвижимости Новосибирска. С 2011 года введено в эксплуатацию более 177 700 кв. м жилья.

lastochka-tomsk.ru

303-733, +7-983-310-67-99

ОТ РЕДАКТОРА

Этот номер «Дорогого» мы готовили к печати в самый разгар предновогодней суеты, стараясь визуализировать, что именно будет интересно и важно нашим читателям в начале года, и думаю, нам это удалось — номер получился максимально полезным и информативным!

Из январско-февральского выпуска «Дорогого» вы узнаете о том, где можно совершить самые выгодные покупки нового года и попробовать оригинальные блюда, какие актуальные beauty-процедуры и топовые культурные события посетить, а еще — что подарить любимым на грядущие мужские-женские праздники. В первом выпуске обязательно нужно обратить внимание на специальные предложения только для читателей нашего журнала. А кроме практической пользы «Дорогое» по старой доброй традиции подарит вам море удовольствия от увлекательных статей, общения со знаковыми героями нашего города и просто — возможности замечательно провести время в компании любимого журнала.



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



44



стр. 72

Светлая и ровная фарфоровая кожа — главный beauty-фетиш японок, и косметические концерны приходят им на помощь.

Сливочное, шоколадное, кофейное или фруктовое — оттенки разных сортов любимого лакомства расскажут о том, как вы нежны и соблазнительны. А вот оставаться холодной или растаять — решать вам.

стр. 44



89



La Ebanisteria — известная испанская фабрика по производству дорогой дизайнерской мебели. Продукция фабрики покорила своим новаторством многие сердца ценителей мебельного искусства. Мебель предназначена для частных интерьеров и отличается яркой индивидуальностью, удивительным удобством и многообразием палитры финишных красок.



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



maestro_tomsk

Maestro

www.maestro.tomsk.ru



90



91

100



ФРЕШ

- 8 Письмо редактора
- 20 Самое новое и модное в Томске

ЛЮДИ

- 32 Лицо с обложки
Арина Шуваева
- 36 Топ-досье
Юрий Ваколов
- 38 Талант
Дмитрий Карпушев



16

стр. 44



На обложке: Арина Шуваева
Фото: Максим Печерский
Ретушь: Вячеслав Флеор



обеденная группа
Tintoretto,
Angelo Cappellini
**Сделайте выгодное
приобретение к Новому Году!**
скидки до **50%** на всю экспозицию



диван Paris. Provasi



кровать Angelo Cappellini



SMART

г.Томск, ул.Красноармейская, 55/1, Тел. +7 (3822) 435-434, 435-404
smart@smartmebel.info
www.smartmebel.info

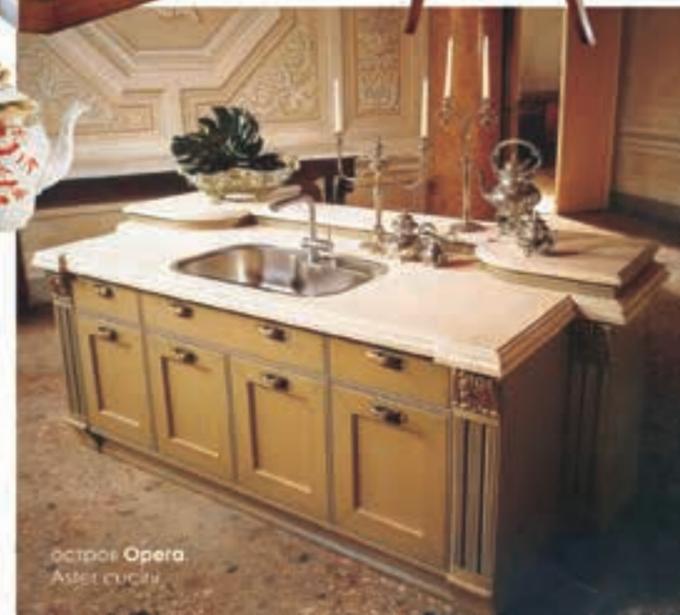
PRIMAVERA

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



SMART_TOMSK

кабинет Bernini. Selva



остров Opera.
Aspet cucina

Январь-февраль 2016

LOOK&STYLE

- 48 Выбор тренд
Сливочный пломбир
- 54 Фэшн-гид

BODY&BEAUTY

- 68 Здоровье
Прямые инвестиции
- 74 Красота
Японское чудо

HOME&DESIGN

- 94 Вдохновение
За белым кроликом
- 98 Тенденции
Где рождается мода
- 104 Детали
Во власти контраста
- 122 Психология
Счастье под контролем
- 126 Отношения
Не хочу взрослеть
- 130 Путешествие
План зимнего побега

В каждом номере

- 134 City guide
- 140 События
- 156 Модные адреса



93

16

стр. 83



стр. 44

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



ПРОБУЖДЕНИЕ СИЛЫ

Восстановление после праздников. Программа «Детокс. Стройность. Тонус»



ЖИВОЙ СТИЛЬ

CLINIC & SPA

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

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, КСЕНИЯ СОВВА, АННА ЖУКОВСКАЯ** Journalists **SOFIA LOMOVSKAYA, NATALYA ALTMAER, ANNA IVANOVA, MARIA SIMONOVA, KSENIYA SOVVA, 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 11 января 2016 года. № 1-2. 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+.



JUST MEN
LOLITA TITOVA
МУЖСКОЙ САЛОН КРАСОТЫ

ПР. ФРУНЗЕ, 46 | ТЕЛ. 52-73-04

ЦЕННОСТИ



Созданные вечностью и силами природы, драгоценные камни, заключенные в оправу, обладают блеском сверкающего льда, кристальной чистотой воды, страстью и силой огня, красотой распускающихся цветов...

Вечная история

1. Подвеска **Anna Nikolaeva Jewellery**, белое золото, зеленый и розовый турмалины. 2. Серьги **Bayco**, коллекция «**Monochrome**», розовое золото, черное серебро, рубины, бриллианты. 3. Кольцо **Korloff, Solitaires**, белое золото, бриллианты. 4. Кольцо **Bayco**, платина, черное серебро, изумруды, бриллианты. 5. Кольца **Korloff, Solitaires**, белое золото, бриллианты. 6. Брошь **Anna Nikolaeva Jewellery**, кость мамонта, золото, бриллианты, изумруд. 7. Кольцо **Bayco**, коллекция «**Monochrome**», платина, черное серебро, бриллианты.

ДЖЕЙ ВИ

Самые красивые украшения
Ювелирного дома ДЖЕЙ ВИ
на выставке в Арт-бутике
Русский Шарм

Русский Шарм

JEWELRY VISION

LUXURY

Набережная реки Ушайки, 4а / 8 961 098 1933 / [russskiysharm](#)



① *Внушающие доверие хронометры с брутальным характером и каучуковыми браслетами станут надежными компаньонами тем, кому любая стихия по душе и слово «преграда» ни о чем.*

Люди в черном



1. **Hamilton** Ventura Elvis 80. 2. **TAG Heuer** Formula 1 Calibre 16. 3. **Bell & Ross** BR-X1. 4. **Breguet** "200 ans de Marine" 5823. 5. **Chopard** Mille Miglia Gran Turismo XL Power Control. 6. **Certina** DS Podium Big Size Chrono. 7. **Rado** HyperChrome Court Chronograph. 8. **Tissot** T-Race Stefan Bradl 2015.

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
TEL: +7 (3822) 43-11-11



«TALARUM ET LUX» ПРЕДСТАВЛЯЕТ: «ЩЕЛКУНЧИК» В 3D

Балет-феерия «Щелкунчик» — самая первая постановка Театра Русского балета «Talarium et lux». Этот многоформатный спектакль с видеоконтентом и оригинальными техническими решениями позволяет смотреть любимые с детства спектакли, открывая их суть-основы для себя заново, а детям современных поколений не терять связи с великими шедеврами мировой хореографии.

15 февраля

Томский областной театр драмы, пл. Ленина, 4, тел. 710-900

Начало в 19.00

Для зрителей старше 6 лет

Весенние гастроли Валерия Леонтьева

Каждый концерт Валерия Леонтьева — незабываемое действо, которое погружает зрителя в другой мир, мир потрясающей силы человеческих эмоций. Любовь, страсть, нежность, боль расставаний, счастье обладания любимым человеком — все это переживает зритель вместе со стоящим на сцене артистом каждые три минуты, пока длится очередная песня. Сильные лирические композиции, полные драматизма, разыгранные с огромным артистическим талантом — фирменные моменты концертов Валерия Леонтьева.

9 марта

Большой концертный зал филармонии,

пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56

Начало в 19.00

Для зрителей старше 12 лет



ИЗБРАННОЕ



Лариса Гныря,
редактор
светской
хроники

Книга «Зулейха открывает глаза»,
Гузель Яхина



Книга года! Открытие года! Невозможно оторваться: она поглощает целиком и уносит в далекие и страшные 30-е годы прошлого века, которые смяли, скомкали и перемололи жерновами истории судьбы людей. Шок и эмоции во время чтения зашкаливают, так как история Зулейхи — это история ужасов сталинских репрессий, где много горя и боли... Раскулачивание. Переселение. Выживание. Страшно, очень страшно. Из современного русскоязычного творчества на сегодня — это самое сильное произведение, написанное редким, сочным языком, его легко и увлекательно читать, наслаждаясь каждой строчкой. Читать непременно! Какая книга!

Для читателей старше 18 лет

Кино «Уроки вождения»,
Великобритания-США, реж. Изабель Койшет, 2014 г.



Легкий фильм с известным актерским составом о том, как начать жизнь после развода, о том, что конец — это только начало. Рекомендую это кино, доброе как сказка, с шикарными видами Манхэттена и великолепной музыкой любителям жизненных историй. Фильм о преодолении страхов и о том, как важно достойно и стойко пережить трудные моменты в жизни и двигаться вперед. Смотреть: особенно тем, кто собирается начать водить автомобиль и новую жизнь после развода.

Для зрителей старше 18 лет

Новая 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.

24 и 31 января

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

Начало в 18.00

Для зрителей старше 12 лет



Абонемент «Два короля» в органном зале

Органисты Мария Блажевич и Дмитрий Ушаков представляют программу, в которой будут исполнены Концерт для органа фа мажор П. Хиндемита, Концерт для органа и струнного оркестра А. Гедике и концерт ми минор П. Дюпре. В концерте принимает участие Томский академический симфонический оркестр. Художественный руководитель и дирижер — Ярослав Ткаленко.



24 января

Органная зала, пр. Ленина, 75, тел. 51-61-95

Начало в 19.00

Для зрителей старше 12 лет

Комедия абсурда «Казнить нельзя помиловать»

В спектакле рассказывается интригующая и актуальная история о феминистическом перевороте! Действие происходит «в ближайшем будущем»: к власти в одном, отдельно взятом парижском квартале пришли феминистки, свергнувшие «патриарХАМский» режим своих мужей. Имеет ли право на существование мир, в котором мужчины лишены права голоса?

23 января

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

Начало в 19.00

Для зрителей старше 16 лет



Позвоночник — это внутренний стержень, который делает человека сильным, выносливым, целеустремленным, способным противостоять жизненным трудностям и болезням.

Откуда же берутся боли в спине и суставах? Почему появляются снова? И что нужно делать, чтобы избавиться от них навсегда?! Боль в спине, пожалуй, одна из самых распространенных жалоб современного человека. Малоподвижный образ жизни, отсутствие постоянных физических нагрузок, растущий вес — вот то, что является источником этой проблемы. Переохлаждения, резкие перегрузки и стресс только провоцируют уже готовые к спазму мышцы, вызывая острую боль.

Основная причина нарушений опорно-двигательного аппарата кроется в недостаточном питании суставов, хрящевой ткани. Хрящи не имеют собственных кровеносных сосудов, и питание им обеспечивают работающие рядом мышцы. Кроме того, мышцы являются поставщиками питательных веществ для межпозвоночных дисков, т.к. диски получают питание за счет диффузии во время работы окружающих их глубоких мышц. При длительно нарушенном питании дисков они начинают деформироваться, формируются протрузии и грыжи. Поэтому очень важно восстановить работу мышц, а также сухожилий и связок, окружающих позвонки.

У здорового человека мышечная масса должна составлять 40% веса тела. Если мышцы не тренировать, они слабеют и перестают справляться с весом тела. На чрезмерную нагрузку мышцы реагируют спазмом, что приводит к ухудшению питания самих мышц, суставов, пережимаются нервы, возникает боль. Формируется порочный круг, разорвать который, можно, только начав сначала — укрепив ослабленные мышцы. Их нужно вернуть к работе, это восстановит кровообращение, снимет спазм и боль. Таким образом, восстановить правильную работу опорно-двигательного аппарата возможно только при активном участии самого пациента.

В клинике «Sante» используется уникальная методика восстановления функций суставов и позвоночника, результативная при работе с больными любого возраста. В основе этой методики лежит не мифическая панацея, а движение. Это комплекс специальных упражнений, направленных на укрепление суставных мышц и связок.

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

Фантастический триллер «5-я волна»: мир после вторжения

16-летняя Кэсси Салливан пытается уцелеть в мире, разрушенном волнами инопланетного вторжения, которое уничтожило почти все население и отправило человечество обратно в каменный век. Первая волна нашествия оставила за собой мглу. От второй успели убежать только самые везучие. Но едва ли можно назвать везучими тех, кто уцелел после третьей. А четвертая волна стерла все человеческие законы, взамен же установила свой, один-единственный: хочешь жить — не верь никому. И вот уже накатывает пятая волна...

С 21 января

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



Возвращение любимых героев в комедии «День выборов 2»

На этот раз Ростислав Хаит, Леонид Барац, Александр Демидов и Камиларин вновь перевоплотятся в искусных политтехнологов, которым ничего не стоит превратить любого кандидата в народного избранника. Губернатор Цаплин баллотируется уже в третий раз, но исчезает в разгар избирательной кампании, и штаб оказывается в странном положении: кандидата нет, а выбрать его все равно надо. «Игорь Владимирович должен быть в тренде и идти на третий срок», — говорит Леонид.



С 18 февраля

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

Леонардо Ди Каприо в вестерне «Выживший»

Один из покорителей американского Дикого Запада охотник Хью Гласе тяжело ранен в серьезной передражке. Товарищ Хью по отряду покорителей новых земель Джон Фицджеральд предательски оставляет его умирать в одиночестве. Теперь у Гласе осталось только одно оружие — его сила воли. Он готов бросить вызов первобытной природе, суровой зиме и враждебным племенам индейцев, только чтобы выжить и отомстить Фицджеральду.

С 7 января

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



Фильм «И грянул шторм» — история человеческого мужества

Сюжет фильма основан на реальных событиях, произошедших в 1952 году, когда побережье Америки было подвержено одному из самых сильных штормов в истории. Грузовое судно попало в мощнейший шторм и получило серьезные повреждения: танкер, на котором ждут помощи 30 человек, расколот пополам. Четыре спасателя из береговой охраны решают откликнуться на сигнал бедствия и отправляются в опасное плавание на деревянных моторных лодках навстречу тонущему кораблю.



С 4 февраля

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

Давным
давно

110 ЛЕТ НАЗАД, В 1906, В ТОМСКЕ ВЫШЕЛ ПЕРВЫЙ НОМЕР ИЛЛЮСТРИРОВАННОГО ЖУРНАЛА «ТОМСКИЙ ТЕАТРАЛ».

На его страницах рассказывалось о местных деятелях искусства, публиковались стихи и проза, статьи об искусстве и местная хроника.

Гастроли кемеровского театра «Куклы плюс»

Театр Дмитрия Вихрецкого «Куклы плюс» покажет маленьким зрителям замечательный спектакль — «Сказка о сбежавших зубах». У девочки Маши случилось несчастье — от нее сбежали зубы! И все потому, что она не любила их чистить, грызла орехи и леденцы! А без зубов какая жизнь — ни яблочко откусить, ни блинчик. Как же вернуть зубки обратно? Просто нужно начать их уважать и научиться за ними ухаживать!



16 и 17 января

Театр куклы и актера «Скоморох», пл. Соляная, 4,
тел.: 65-28-90, 65-28-07, skomoroh.tomsk.ru

«Фаина. Птица, парящая в клетке!»

На сцене БКЗ — сатирический спектакль, рассказывающий о двух днях из жизни великой Фаины Раневской. Воспоминания. Сожаления. Радости. Печали. Размышления. Чувства. Монологи. Диалоги. Легендарные афоризмы Фаины Георгиевны Раневской, гармонично вплетенные в контекст разговоров, лирические и комические сцены, плавно сменяющие друг друга, подобно волшебным узорам внутри калейдоскопа... Все это позволяет увидеть легенд советского театра и кинематографа такими, какие они есть — живыми людьми, состоящими из плоти и крови, которых беспокоят те же проблемы, что и их современников, и которым не чуждо ничто человеческое.

20 февраля

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



Черная комедия в двух частях

«QUI PRO QUO» — это латинское выражение означает путаницу. Буквально — один вместо другого. Именно так можно определить суть интриги комедии «Мой дом — твой дом!», поставленной в Томском театре драмы Александром Огаревым. Пьеса ирландского автора даст возможность искренне посмеяться и над персонажами, и над нашими собственными увлечениями гангстерскими историями. Добропорядочный английский бизнесмен решил провести отпуск в Испании по обмену. Но уже первые минуты пребывания там омрачаются непостижимым обнаружением трупа в одном из шкафов роскошного особняка. Дальше — неприятности прибывают!..



17 января

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел. 51-29-04
Начало в 18.00
Для зрителей старше 16 лет

BÖWE
немецкие химчистки

ХИМЧИСТКА
ПРАЧЕЧНАЯ
РЕМОНТ ОБУВИ

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

«Руководство для желающих жениться»

«Руководство для желающих жениться» — это сценическая история режиссера Алексея Серова по коротким одноактным пьесам Чехова «Предложение», «Юбилей», «Свадьба», «О вреде табака» и «Медведь», которая заинтересует и порадует зрителей яркими и смешными сюжетами. В представлениях о том, как устроить счастливый брак, герои искрометных пьес-шуток блуждают, как в лабиринте, стараясь избежать одних ошибок и неизбежно совершая другие, пытаясь не разувериться в семейном благополучии.

22 января

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



«Мизери» — спектакль по роману Стивена Кинга

«Мизери» — один из самых виртуозных психологических триллеров Стивена Кинга. В основе сюжета произведения лежат отношения двух героев книги — популярного писателя Пола Шелдона (Виктор Логинов) и его поклонницы Энни Уилкс (Евгения Добровольская). После жуткой аварии Пол попадает в плен к фанатичной поклоннице и его жизни угрожает серьезная опасность. Маниакальная идея Энни сделать его своим «ручным писателем» и ее патологическая любовь граничат с помешательством. Пол должен написать новую книгу, от которой теперь зависит его жизнь.



26 января

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

Гастроли Антона Мозгалёва (Москва). Маркиз де Сад

Одна только мысль об этом спектакле заставляет холодеть. Любовь — иллюзия. Боль — реальность. Кем был знаменитый и проклятый маркиз де Сад? Воплощением зла и порока или философом свободы? Он копался в человеческой душе, выкидывая на поверхность все самое темное, самое страшное, самое запретное, что находил там. «Человек может познать свою суть, лишь дойдя до последней черты».

3 февраля

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



Возвращение спектакля

Поэтический моноспектакль «Тебе через сто лет» по просьбам зрителей возвращается на сцену. Заслуженная артистка России Валентина Бекетова, известная томицам как создатель многих превосходных, запомнившихся зрителям образов, отмеченная премиями и прессой, давно и серьезно занимается поэзией Марины Цветаевой. В моноспектакль вошли сложные, редко исполняемые произведения, которые открывают нам великую любящую душу и трагическую судьбу.

27 января

Томский областной театр драмы, пл. Ленина, 4, тел. 906-837
Малая сцена. Начало в 19.00
Для зрителей старше 12 лет



Драма «Язычники»

Что есть подлинная духовность и чем для нас, современных людей, в большинстве случаев, является вера? Вместе со зрителями постановщики и актеры попытаются понять причины возникновения потребительского отношения к сакральному, к духовной составляющей жизни человека. В названии пьесы зашифрован некий двойной смысл, и говоря «язычники», можно смело иметь в виду «потребители». Потребители, превращающие поле сложной внутренней работы и исканий человека в своеобразный религиозный маркетинг.



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

Баста, большой концерт

Василий Вакуленко известен широкой публике как создатель сразу нескольких музыкальных проектов — Баста, Ногано и N1NTEND0, участник жюри популярного проекта Первого канала «Голос». Баста намеренно стирает границы между жанрами, творчески синтезируя хип-хоп с элементами поп и рок-музыки, параллельно выпуская кавер-версии классиков. Каждый его концерт славится неповторимой энергетикой, драйвом и неожиданным общением с публикой. На сцену Дворца Зрелищ и Спорта Баста выйдет в сопровождении очаровательной певицы Тати и блестящего состава музыкантов, с которыми исполнит самые известные и любимые публикой композиции.

15 марта

Дворец зрелищ и спорта, ул. Красноармейская, 126
Начало в 19.00. 16+



«Откуда берутся дети?!»

Чикаго, 20-е годы, экономический кризис. Вы не ожидаете потомства, а дети появляются один за другим, и в течение дня ваша семья становится многодетной? Этот спектакль — практическое руководство для молодых женщин: как вернуть сбежавшего мужа.



30 января и
19 февраля

Драматический театр «Версия», ул. Белинского, 40, тел. 52-75-15
Начало в 19.00. 16+

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 назвать 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. 12+



Plasmolifting™

Метод «Plasmolifting™» запускает механизм обновления клеток, восстановление тканей естественным для организма человека способом.

Вся информация о предоставлении услуги Плазмолифтинг на территории Томской и Кемеровской области – у официальных представителей – компании «Новые технологии» по телефону: 8-913-863-05-35

Сертифицированные тренеры компании «Plasmolifting» проводят мастер-классы по следующим направлениям (г. Томск, г. Кемерово): косметология, трихология, гинекология, неврология, стоматология.

«Новые технологии»

г. Томск,

пер. Нахановича, 14, 3 подъезд

www.novtex-tomsk.ru

novtex-tomsk@mail.ru

plasmolifting.ru

«Империя иллюзий» братьев Сафроновых

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. Шоу «Империя иллюзий» — это классические и абсолютно новые трюки Братьев Сафроновых в грандиозной постановке лучших режиссеров, хореографов, художников и костюмеров нашей страны. Приходите в БКЗ всей семьей — ведь волшебство завораживает детей и удивляет взрослых!



16 марта

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

«Сердце боксера» снова на сцене

Юноша с забавной кличкой Ёё является в дом престарелых, чтобы там отработать наказание за угон мопеда: побелить комнату одного из обитателей. Вскоре выясняется, что «престарелый придурок», которого он дразнит, знаменитый боксер Красный Лео, в прошлом — настоящая звезда. Постепенно они сближаются... Юноша узнает, что старик готов отдать все свои медали за небольшую сумму, которая позволит ему сбежать из богадельни и уехать в Париж... И тогда Ёё решает помочь своему новому другу в осуществлении этой авантюры...

22 января

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



История — это мы... «Победители»

Спектакль по историческим документальным произведениям лауреата Нобелевской премии 2015 года Светланы Алексиевич «У войны не женское лицо» и «Цинковые мальчики». Голоса двух войн, Великой Отечественной и Афганской, пусть заговорят сегодня, когда мы разобщены и подчас враждебны. Чтобы не допустить нового кровавого кошмара, напомним нам великую сурьезную правду: война всегда несет лишь разрушение и скорбь. Чтобы мы узнали в их историях самих себя и поняли, что нет других, нет чужих; история — это мы.



22 февраля

Томский областной театр юного зрителя,
пер. Нахановича, 4, тел. 51-36-55, tuz-tomsk.ru
Начало в 19.00. 18+

«Вечные темы Шекспира»

В рамках абонементов «Планета Чайковский» в Томске вновь пройдет выступление скрипача Айлена Притчина в сопровождении Томского академического симфонического оркестра под управлением Ярослава Ткаленко. Прозвучит музыка П. Чайковского и А. Дворжака.

17 января

Большой концертный зал филармонии,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56.
Начало в 19.00. 6+



Авторский семинар Александра Лаврищева



Впервые в Томске пройдет открытый семинар «Новые технологии долголетия и качества жизни». Что влияет на продолжительность нашей жизни? Факторы риска и как их нивелировать? Генетический паспорт: мифы и реальность. Диета против старения. Технологии XXI века для долгой активной жизни. Семинар проводит Александр Лаврищев, врач персональной и антивозрастной медицины, терапевт, член Американской академии медицины за продление жизни (A4M).

20 февраля

Клиника Управления Возрастом, ул. Белинского, 20 а, тел. 433-833
Начало в 12.00. 18+

Арабская
Бизнес-тура
«Консул»

Дубайский торговый фестиваль 2016 (Dubai Shopping Festival) — крупнейшее культурное и развлекательное событие эмирата (ОАЭ). По традиции, на время фестиваля крупнейшие магазины и торговые центры Дубая предлагают покупателям скидки до 70%.

Даты проведения: 03.01.2016 - 02.02.2016

Стоимость туров:
3* от 37 600 Р
4* от 40 152 Р
5* от 44 450 Р

В стоимость включено:
• Авиаперелет «Новосибирск - Дубай - Новосибирск»
• Трансфер и проживание в отеле
• Медицинская страховка



Сабанцева Надежда, менеджер компании «КОНСУЛ»
По мотивам арабско-персидской средневековой сказки «Тысяча и одна ночь»

ул. Трифонова, 22
тел. 513-900, 511-900

АКЦИЯ! ОДНА ВИЗА В ПОДАРОК!

www.consul-tour.ru

Style Avenue
fashion jewellery

Ювелирный Тороскоп 2016

Овен 21.03-20.04 ЦИТРИН

Неутомимые Овны отличаются энергией и упрямством, они берут любую высоту и преодолевают самые сложные преграды. Возможно, секрет их успеха заключён в невероятном оптимизме и бескорыстной готовности делать приятное людям. Поскольку **цитрин** — символ радости и хорошего настроения, именно он станет верным талисманом для Овна. Украшения с цитрином подобно Солнцу дарят жизненную силу, они помогают восполнить тепло и доброту, которыми Женщина-Овен так щедро делится с миром.



Коллекция FASHION GEMS
КОЛЬЦО
Серебро 925 с черным родированием, корнелианы, амethystы, дымчатые кварцы, цитрины, диопсиды.

Телец 21.04-21.05 АГАТ

Прекрасные представительницы знака Тельца гармонично сочетают в себе нежность души и силу характера, настойчивость и трудолюбие. Им обязательно пригодится добрый помощник в виде украшения с агатом. Во многом для Тельца **влияние агата зависит от его природного цвета**. Красный стимулирует к действию и добавляет своей хозяйке энтузиазма, белый символизирует защиту и служит оберегом, а чёрный агат помогает преумножать победы и достижения.

Близнецы 22.05-21.06 ЖЕМЧУГ

Близнецы – воздушны и многогранны. Определить для них один единственный камень не просто, а потому лучше выбрать именно тот, что понравится больше всего. При этом **из всех камней астрологи традиционно выделяют именно жемчуг**. Для рождённой под знаком Близнецов натуральный жемчуг в украшениях – сильнейший талисман. Эти перламутровые бусины чудесным образом помогают своей непредсказуемой владелице быть более сдержанной и не принимать близко к сердцу проходящие невзгоды.

Рак 22.06-22.07 КВАРЦ

Зодиакальный период Рака – это поток прохладной воды среди жаркого лета. Представительниц этого знака отличает мягкость и подвизность, они словно противостоят избыточной агрессии мира. Астро-

логи рекомендуют таким дамам и талисманы выбирать подчинённые водной стихии: светлые камни цвета воды, излучающие свежесть. **Тоубой кварц подходит Ракам идеально**, ведь украшения с ним, ко всему прочему, способствуют преодолению стресса и очищению пространства от негативной энергии.



Коллекция FUSION
КОЛЬЦО
Серебро 925 с черным родированием, резные голубые кварцы, голубые агаты (камня), белые топазы.

WWW.STYLE-AVENUE.CZ
STYLE AVENUE FASHION JEWELLERY
STYLE_AVENUE_JEWELLERY



Лев 23.07-21.08 РУБИН

Царственным Львицам астрологи предлагают **остановить свой выбор именно на драгоценном рубине**. Во все времена красный рубин – это царский камень, отличительный знак власти и силы, символ бурной энергии, настоящей любви и пылкой страсти. Его влияние усиливает огненный темперамент Львицы и способствует достижению великих целей. Натуральный рубин, как никакой другой камень, достоин того, чтобы сиять в украшениях рождённой под знаком Льва, ведь она – всегда на вершине и в центре внимания.

Дева 22.08-23.09 САПФИР

Девам, склонным к раздумьям и способным вникать в самую суть вещей, стремящимся к совершенству и идеалу, конечно, подойдёт сапфир. Этот драгоценный и благородный камень обладает способностью прояснять мысли, помогает вовремя отсечь всё лишнее и разглядеть истину. **Натуральные сапфиры в любой своей природной окраске станут для Девы верными союзниками** в познаниях и размышлениях. Украшения с сапфирами считаются также способными привлекать и усиливать симпатии окружающих.

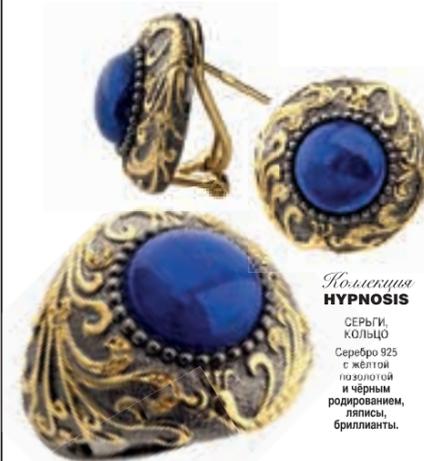


Коллекция SAPHIRES & RUBIES
БРАСЛЕТ
Серебро 925 с черным родированием, сапфиры мульти-кolor, голубые сапфиры, кожа ската.

Весы 24.09-23.10 ЛЯПИС

Синий с золотыми вкраплениями ляпис или лазурит, как его ещё называют, прекрасно подходит Весам. Женщины, рождённые под этим знаком, обаятельны, нежны и сентиментальны, но часто бывают нерешительны и долго сомневаются перед принятием решений. Именно с древних времён считается символом раздумья и выбора нового пути. **Украше-**

ния с ляписом помогают Весам спокойно собираться с мыслями и принимать верные решения, открывающие новые пути к смелым мечтам и заветным желаниям.



Коллекция HYPNOSIS
СЕРЬГИ, КОЛЬЦО
Серебро 925 с желтой позолотой и черным родированием, ляписы, бриллианты.

Скорпион 24.10-22.11 МАЛАХИТ

Один из самых мощных знаков Зодиака – это Скорпион, но даже его неотразимым представительницам придётся кстати магия природных минералов. Астрологи рекомендуют им выбирать для себя столь же сильные по энергетике камни. **Малахит с природными и неповторимыми узорами** идеально соответствует темпераменту обаятельного Скорпиона, ведь ювелирные украшения с этим камнем усиливают природную женскую красоту и привлекают к своей обладательнице поклонников и кавалеров.

Стрелец 23.11-22.12 ТОПАЗ

Неугомонным огненным Стрельцам от рождения даны жажда жизни и стремление к новым горизонтам. Астрологи рекомендуют им, наравне с яркими минералами своей стихии, **обязательно носить для равновесия энергии спокойные и холодные камни, например, голубой топаз**. Этот камень традиционно считается символом гармонии и душевного равновесия. А украшения с голубыми топазами помогают своей обладательнице строить отношения с людьми и дарят особую способность сохранять мир и согласие в семье.

Козерог 23.12-20.01 ГРАНАТ

Для Женщин, рождённых под знаком Козерога, астрологи рекомендуют выбирать украшения

с теми натуральными камнями, которые подчёркивают их собственную активность. **Среди всех подходящих камней, особым образом выделяется гранат**. Именно этот природный камень помогает активным Козерогам творить и работать, делать всё, за что они берутся, с полной отдачей. Важно, что редкий зелёный гранат в качестве талисмана ещё и помогает своей практичной хозяйке мудро распределять время и средства.

Водолей 21.01-19.02 АМЕТИСТ

Выбирая камень-амулет, Водолеям стоит остановить свой выбор на аметисте. Любопытные и энергичные, готовые легко вовлекаться во множество разных дел, они порой рискуют растратить свои силы впустую. **Аметист, заλογённый в ювелирное украшение, помогает** активным представительницам этого знака **мыслить конструктивно**, расставлять приоритеты и концентрироваться на главном. Инициативным и деятельным Водолеям аметист придаёт дополнительную уверенность, а также настраивает на победный лад.

Рыбы 20.02-20.03 САПФИР СИНИЙ

Романтичным и нежным Рыбам подходит много камней, но лучший талисман для них – камни цвета водной стихии. **Натуральный сапфир цвета глубокого океана в роскошном и ювелирном украшении – идеальный выбор**. Именно этот камень бережёт отзывчивых и заботливых Рыб от перерасхода собственной энергии. Сапфир поддерживает и усиливает позитивные черты этого утончённого знака: бесконфликтность и мягкость, а также помогает сохранять спокойствие в любых жизненных обстоятельствах.



Коллекция FIREBIRD
СЕРЬГИ
Серебро 925 с черным родированием, дуплеты из синего сапфира и кварца, голубые сапфиры, белые топазы.

ФИРМЕННЫЕ БУТИКИ ЕВРОПЕЙСКОГО ЮВЕЛИРНОГО ДОМА STYLE AVENUE

КЕМЕРОВО. ТРЦ «ПРОМЕНАД-3», пр. Ленина, 59а. • НОВОКУЗНЕЦК. ТРЦ «СИТИ МОЛЛ», ул. Кирова, 55. • ТОМСК, пр. Ленина, 121, ЦУМ, 1 этаж.

Арина Шуваева всегда умела привлекать к себе пристальное внимание. Всею виной громкие проекты, яркие идеи и неугасная энергия, благодаря которой она заставляла мир вращаться вокруг себя с заданной скоростью и в нужном направлении.

Фото: Максим Печерский

Быть, а не казаться

Сегодня повзрослевшая Арина все больше говорит о смене приоритетов, среди которых теперь дом, семья, теплые и доверительные отношения с родными. Она больше не хочет повсеместного внимания, ей достаточно внимания ее близких. Вот только феномен Арины Шуваевой заключается в том, что когда она внезапно исчезает со всех светских радаров, о ней начинают говорить с удвоенной силой.

Начинать новую жизнь с чистого листа — наша любимая январская забава. Причем начинать так, чтобы камня на камне не оставить от своего прошлого и заклеить свои ошибки. Чтобы обязательно не чистый лист, а кипенно-белый. Но задумывались ли вы, что можно и по-другому? По-другому — значит, по-взрослому. Значит, признать не только свои радости и успехи (это-то как раз легко). Чтобы отпустить прошлое, важно принять и свои маленькие и большие трагедии и неурядицы, случившиеся когда-то. И, что еще важнее, поблагодарить их за то, что в удивительном калейдоскопе жизни именно они причудливым узором разрисовали твоё настоящее и за руку привели тебя туда, где ты стоишь сейчас.

Сегодняшней героине «Лица с обложки» Арине Шуваевой хватает мудрости для того, чтобы с пониманием и уважением относиться к себе вчерашней и не сводить свой мир (прошлый, настоящий или будущий) к категориям «правильно» или «неправильно». Что бы ни происходило в ее жизни и как бы ни развивались события, она четко знает — все идет так, как должно идти. >



— *Еще несколько лет назад ты была в эпицентре клубной индустрии и светской жизни города. Внезапно для всех ты покидаешь эту сферу, заявив о том, что эта история для тебя окончена. Тем не менее, в начале прошлого года мы снова видим тебя в роли руководителя в одном из клубных проектов Томска. Что заставило тебя изменить свое решение?*

— Стоит разводить понятия — быть в эпицентре, жить и дышать этой жизнью или участвовать, но находиться чуть в стороне и с холодной головой наблюдать за происходящим. Логично, что если проект мне интересен, а мое имя и присутствие смогут привлечь к нему внимание, я пойду на это. Но я действительно больше не вернулась в клубную и светскую жизнь в том смысле, который я вкладываю в эти понятия. Я больше не была частью всего этого и скорее всего никогда уже не стану. Это был прекрасный период, но он окончен. Потому что, к счастью, всему свое время. Тем не менее, эта сфера, а скорее даже сфера сервиса, всегда меня притягивала. Это непростое дело, но это именно то, что у меня получается лучше всего. Это во всех отношениях мое.

— *Опять же возвращаясь на несколько лет назад, можно заметить, что в тот период у тебя было какое-то невообразимое количество проектов, идей и начинаний, и нередко они проходили параллельно. Что изменилось сейчас? Их действительно стало меньше?*

— Их действительно стало меньше. Когда-то, не успев открыть один проект, одно заведение, я бралась за другое, совершенно не рассчитывая сил. Но я никогда этих сил и не жалела. Я жила на бегу. И не успела оглянуться, как во всей этой суете, в этом забеге, пролетел целый этап моей жизни. Большой, сложный и насыщенный этап, во время которого, к примеру, росли мои дети. И хотя они всегда были рядом со мной и жили в таком же темпе, я понимаю, что очень многими прекрасными моментами их детства я так и не успела насладиться. Но прошлое уже не вернешь, мне остается только не упускать то, что я могу и должна прочувствовать сейчас. Поэтому сегодня я отношусь к жизни более вдумчиво и спокойно. Сегодня время для меня — самая большая ценность. Сегодня я хочу наслаждаться каждой минутой и понимать, что могу себе это позволить.

— *Возможно, такое переосмысление себя и своего отношения ко времени связано с переменами в личной жизни?*

— (Улыбается.) Возможно, не стану этого отрицать. Надо сказать, что жизнь всегда была ко мне благосклонна, и я благодарна каждому, кто сопровождал меня на том или ином ее этапе. Потому что не могу не признать — судьба сводила меня с очень достойными людьми, каждому из которых я могла, должна была сказать и говорю «спасибо». Пусть даже кто-то из них увидит мое «спасибо» только со страниц этого журнала. Но сейчас действительно изменилось многое. Наверное, я даже могу сказать, что начался кардинально новый этап моей жизни. Этап, на котором я перестала казаться счастливой и наконец-то начала ей быть. И я снова должна поблагодарить судьбу, потому что она дала мне возможность встретить человека, который помог мне почувствовать жизнь совершенно по-другому. Который сделал то, что не делал никто. В том числе забрал на себя огромную часть моих забот. Тех, с которыми я когда-то не могла справиться, или тех, на решение которых меня самой все время не хватало. Я безумно ему за это благодарна, но, пожалуй, это именно то, чего я никак не ожидала от жизни и никак не планировала. (Смеется.) Возможно, поэтому сейчас я могу позволить себе выдохнуть и расслабиться. Тем не менее, есть еще одна причина, по которой я разрешила себе слегка замедлиться. Мой жизненный план всегда был достаточно амбициозным и многозадачным. И очень значительную часть из того, что я планировала, я уже сделала. Речь здесь идет не только о материальном. Речь идет в том числе о доверии моих близких, об интересе ко мне как к партнеру. Конечно, если бы сейчас я задалась конкретной целью, я бы, как и раньше, всю себя посвящала ее достижению. Но я могу и хочу признаться самой себе — свои личные олимпийские рекорды я уже поставила. Мне больше нет необходимости

спешить. Лучшее, что я могу сделать сегодня — наслаждаться тем состоянием душевного равновесия, в котором я пребываю сейчас.

— *Все мы привыкли воспринимать тебя самостоятельной, сильной, уверенной в себе женщиной. Твое замужество — это смена приоритетов? Смена образов? Ты больше не бизнесвумен?*

— Если честно, я даже не могу сказать, что я когда-то ей была. Для меня бизнесвумен — это что-то гораздо более масштабное и серьезное. А я всегда старалась оценивать себя адекватно. Что касается самостоятельной, уверенной и волевой... Наверное, мне нравилось играть в это по неопытности и, кажется, у меня получалось. А, возможно, обстоятельства складывались так, что мне требовалось проявлять именно эти качества. В конце концов, трудно быть слабым или нерешительным руководителем. Но как бы то ни было, за всеми этими играми я никогда не забывала, что семья для меня — это самый главный приоритет. Семейные ценности, традиции, совместные праздники — это то, о чем я всегда мечтала. Сейчас в моей жизни настоящий культ семьи, и я надеюсь, что так будет продолжаться и дальше.

— *После такой переоценки ценностей, какую роль в своей жизни ты отвела работе?*

— Безусловно, я по-прежнему горю работой и посвящаю ей очень много своего времени, сил и себя самой. Мне приятно осознавать, что у меня есть такая возможность — заниматься тем, что меня вдохновляет. Например, заниматься Sebastian. Как и раньше, я работаю с огромным удовольствием, но теперь я выстроила приоритеты и никогда про них не забываю.

— *Раз уж речь зашла о Sebastian, не могу не спросить, почему именно этот проект на протяжении такого продолжительного времени удерживает твоё внимание и интерес? О нем все время говорят, его постоянно видят, и в этом чувствуется твой почерк. Так почему Sebastian? Ведь у тебя были и более громкие и масштабные проекты?*

— Таких проектов, как Sebastian, в моей жизни не было никогда. Он уникальный, и это не просто громкие слова. Награды Sebastian, которые мы получаем из рук мировых гуру в индустрии красоты, — это совершенно новый, не томский уровень. И если признание моей персоны мне довольно безразлично, то вот признание моего проекта для меня очень важно. При чем подчеркиваю, я имею в виду именно признание серьезных и авторитетных профессионалов своего дела. Стать «Салоном года» (Прим. ред. — награду «Салон года» по версии Prestige Club (г. Москва) имидж-студия Sebastian получила в ноябре 2015 года), слышать от топовых специалистов, что мы развиваемся вопреки любым законам жизненного цикла, что мы уникальны — это удивительно и необыкновенно.

Но есть еще одна причина, по которой я так трепетно отношусь к Sebastian. Эта небольшая камерная студия — эпицентр всего самого интересного. Жизни, моды, творчества, идей, креатива. Создание коллекций, фотосессии, конкурсы, награды, сложные некоммерческие образы — это то, что не может не вдохновлять. Ведь такая бурлящая энергия на таком маленьком пространстве — большая редкость. И, конечно, это огромная заслуга моих мастеров, которые легко вовлекаются в новые проекты, которых заводят новые высоты, которые каждый день хотят двигаться дальше. И здесь я должна сказать им отдельное «спасибо». Но они же задают мне самые сложные задачи, потому что как все творческие люди, мастера-стилисты подвержены кризисам, эмоциональным подъемам и спадам. И мне как руководителю приходится искать способы для того, чтобы эти кризисы не затягивались. Кроме того, хотя команда Sebastian давно сложилась, я нахожусь в постоянном поиске талантливых, пусть даже и начинающих мастеров. И я готова тратить свое время и деньги на то, чтобы растить таких специалистов. Потому что я хочу, чтобы рядом со мной, в моей команде всегда были люди, которые горят своим делом и мечтают о новых победах. И пока Sebastian будет продолжать генерировать свою уникальную творческую энергию, мне всегда будет интересно развиваться вместе с ним.

— *Мы, конечно, слегка отошли от темы семьи, но пока ты с увлечением рассказывала о своем деле, у меня возник вопрос — легко ли твоим детям-подросткам с такой активной — и чего уж там — успешной мамой? Есть ли у них желание в какой-то степени соответствовать тебе, и не давит ли это желание на них?*

— Конечно, этот вопрос лучше задать детям. Но могу сказать, что я как минимум стараюсь давать им необходимую свободу быть теми, кем им хочется быть. Я не вижу в них страха не соответствовать или страха ошибиться. Наоборот, они пробуют, начинают и нередко решаются на довольно авантюрные (в хорошем смысле этого слова) поступки. Возможно, здесь сказывается мой опыт, благодаря которому я вовремя поняла, что применять свои лидерские качества к воспитанию детей стоит далеко не всегда. Я помню, как не разделяла страсть своего сына к футболу и была против этого увлечения. Как мне казалось, что это бесперспективно и что в его возрасте нужно обращать внимание на другие, более важные вещи. Так было до тех пор, пока мне на глаза не попался его детский дневник, где он описывал свою мечту стать футболистом и был в отчаянии от того, что его семья, его мама в него не верят. Только тогда я смогла понять и прочувствовать его

Сегодня **ВРЕМЯ** для меня — самая большая **ЦЕННОСТЬ**. Сегодня я хочу наслаждаться каждой **МИНУТОЙ** и понимать, что могу себе это позволить.

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

переживания и осознать, что если я и дальше буду подавлять это его желание, мы не приходим ни к чему хорошему. Но еще более очевидным для меня стало другое — какими бы безумными ни были идеи моих детей, они должны знать, что я их поддерживаю, и должны эту поддержку чувствовать. С тех пор наша жизнь изменилась. Начался режим жестких тренировок 3 раза в день и просмотров в спортивные клубы. Но, видя, как Никита справляется с поставленными задачами, как преодолевает трудности, как мужественно принимает поражения, я ни секунды не сомневалась в нем и не позволяла ему сомневаться в себе. И большой удачей можно назвать то, что именно в этот период с нами рядом был человек, который также верил в Никиту, как и я, но зная футбольный мир изнутри, мог подсказать и помочь. Действием или просто советом, который тоже всегда приходился кстати. Сегодня Никита — ученик Академии футбола Краснодарского края, и только я и мои близкие знаем, каких трудов нам с ним это стоило. Не только ему попасть, пройти отбор (спортсмены меня поймут), но и мне отпустить своего 12-летнего сына одного в Краснодар. Потому что, как любая мама, я нуждаюсь в том, чтобы мой ребенок был рядом со мной. Я хочу болтать с ним по утрам, я хочу обнимать его, я хочу знать, что он засыпает в соседней комнате. Но несмотря на все мои «хочу», мне пришлось прислушаться к нему, услышать и отпустить. Как бы мне и ему ни было сложно.

В своей дочери Милене я также не вижу страхов поражений или страхов разочаровать кого-то. Наоборот, она спокойна, открыта и гармонична. Она не боится сдавать экзамены в школе экстерном, не боится провалиться. Не боится мечтать о жизни в другом городе, хотя здесь для нее без преувеличения есть все — квартира, бизнес, которым она может заняться, поддержка родных. И я порой поражаюсь ее силе воли, ее усидчивости, способности увлекаться и по-настоящему гореть тем, что ей нравится. Так, в прошлом году она получила от меня в подарок на один из праздников сертификат на курсы по макияжу. Предполагалось, что ей, как 15-летней взрослеющей девушке знания о том, как лучше подчеркнуть свои достоинства при помощи косметики, будут не лишними. И я совсем не думала тогда, что уже через пару месяцев она станет победительницей одного из профессиональных конкурсов визажистов и что скоро будет сложно записаться к ней в Sebastian на макияж. Но в этом вся Милена — она не может делать что-то просто хорошо или просто для себя. С головой окунаясь в новое увлечение, она, сама того не замечая и, возможно, даже не ставя себе таких задач, становится в нем лучшей.

— Ты спокойно относишься к их неудачам и поражениям, если такие случаются, или твой настрой всегда только на победы?

— У нас нет задачи победить любой ценой. И нередко я сама, видя чересчур серьезное и болезненное отношение детей к проблемам, советую им отпустить ситуацию и делать так, как получается. Потому что в любом случае, как бы ни сложились обстоятельства, мы все решим. И решим это вместе. Более того, я честна со своими детьми. Я никогда не рассказы-



ваю им о каких-то своих небывалых успехах в учебе, не бравую неудачами, не прошу ориентироваться на меня. В конце концов, сейчас они добились гораздо больших успехов, чем я в их возрасте. Но я также стараюсь научить их тому, что сама смогла понять — что нужно ценить время, особенно сегодня, пока у них его гораздо больше, чем у взрослого человека с ворохом проблем и сложностей. Что нужно жить здесь и сейчас. Что свои ошибки не стоит клеймить и ругать себя за них. Потому что однажды (и это бывало со мной) они совершенно невообразимым образом могут привести тебя к таким потрясающим результатам, что тебе и в голову не придет назвать их ошибками.

— Каких проектов нам ждать от Арины Шуваевой в ближайшее время?

— Сейчас я действительно снова готовлюсь к одному из самых важных проектов в моей жизни. Готовлюсь тщательно и осознанно, потому что когда он станет реальностью, я хочу до конца прочувствовать все те глубокие и непередаваемые эмоции, связанные с этим событием, которые я не ценила раньше, но которые для меня сегодня так важны. Я не буду говорить о том, что это будет и когда это будет. Но это точно будет событие. По крайней мере, для меня и для моих близких. ◊

ПРЕМИЯ ЛУЧШИХ САЛОНОВ РОССИИ PRESTIGE CLUB САЛОН ГОДА РОССИИ-2015

ИМИДЖ-СТУДИЯ SEBASTIAN PROFESSIONAL — ЭТО НЕ ПРОСТО САЛОН...

АМБАССАДОРЫ БРЕНДА
SEBASTIAN PROFESSIONAL
КОВАЛЕВ ИЛЬЯ И ШУБЕРТОВИЧ ОЛГА

ЭКСПЕРТ БРЕНДА
SYSTEM PROFESSIONAL
НА ПРЕМИИ «ЖЕНЩИНА ГОДА»
ОТ ЖУРНАЛА GLAMOUR
ЛЫЧКОВСКАЯ ГАЛИНА

ПУБЛИКАЦИИ РАБОТ
В ИЗВЕСТНЫХ ЖУРНАЛАХ
«ДОПОРЕС» И «ART COIFFURE»

АМБАССАДОР БРЕНДА NIOXIN
ИННА ГУБИНА

IMAGE STUDIO
SEBASTIAN
PROFESSIONAL

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

«Бизнесом нужно жить»

Руководитель компании «Пенопласт ОПТ» Юрий Ваколов считает, что самое интересное в бизнесе — это процесс его организации и становления. «Когда дело начинает приносить доход и работать, — говорит он, — мне становится скучно заниматься этим, хочется уже каких-то новых проектов...»

Текст: Софья Ломовская. Фото: Дмитрий Карпушев

Лучшей идеей для бизнеса я считаю реализацию долгосрочных проектов, рассчитанных на 5-7 лет, которые подразумевают надежные инвестиции, адекватных партнеров и в которых нет стремления получить прибыль в первый же месяц. Такой более «сложный вход» в бизнес — это его масштабность и залог будущего успеха. Мой бизнес строился именно по таким принципам: нельзя получить отдачу от своих вложений (материальных, физических, интеллектуальных) сиюминутно.

Самый сложный период в моей жизни пришелся на год моей свадьбы — это было 10 лет назад. Все началось с капитальной поломки машины, потом мой мебельный магазин полностью затопило кипятком, а в следующем месяце у меня была свадьба. Это были не только моральные и финансовые потери, это стало для меня вообще переломным моментом: что делать и чем заниматься дальше. Но такие неприятности только закаляют: в итоге мы приняли решение поменять специфику

бизнеса, подход к нему, взяли паузу... — и все наладилось!

Я многому научился, когда жил в студенческом общежитии с первого по пятый курс. По большей степени я всему научился там: строительным специальностям (как многие студенты я с первого дня привык содержать себя сам), как нужно зарабатывать деньги, к

чему стремиться, как общаться с совершенно разными людьми. В принципе, студенческая жизнь в общежитии очень сильно закаляет. Но зато все это мне пригодилось в дальнейшей жизни.

Я считаю, что было ошибкой с моей стороны пытаться делать бизнес с друзьями или родственниками. Бизнес — это либо деловые партнеры, либо один учредитель. Иначе — большие проблемы и испорченные отношения. Хотя, наверное, иногда бывает полезно проверить бизнесом дружбу.

Самый ценный совет в жизни я получил от своей мамы. Я по своей натуре человек с очень вспыльчивым характером, и мне мама в детстве еще сказала, что если возникает конфликтная ситуация, лучше промолчать и уйти. Раньше я этого не понимал, и зачастую это перетекало в какие-то проблемы. Сейчас я не просто стараюсь промолчать, но и проанализировать ситуацию, подойти к ней с другой стороны.



СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

ЛУЧШИЙ ГОРОД ЗЕМЛИ Москва

СЕЙЧАС ЧИТАЮ книги

о Дж. Ф. Кеннеди

МОЯ ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА

Слова-паразиты

ТАБУ Курение

СТРАСТЬ Музыка

НАПИТОК Кофе-американо



По-настоящему великим человеком я считаю Владимира Путина. Как достойного руководителя, который не ведется на провокации и способен принимать взвешенные решения.

Больше всего меня раздражает так называемое интернет-сообщество, которое чаще всего не несет в себе никакой интеллектуальной составляющей. Не всегда нужно транслировать свои взгляды на внешний мир.

Мне трудно предугадать, в какой момент женщина может обидеться. Мне кажется, что есть ситуации, на которые не стоит обижаться и реагировать, а возможно, иногда их обида — желание достичь какой-либо цели...

Думаю, мои подчиненные считают меня умным человеком. По крайней мере, я это вижу по частоте обращений ко мне. Мне интересно общаться с теми, кто ниже меня по положению. Я люблю делиться опытом, передавать знания, стараюсь донести до людей, что к любому делу — работе, учебе — нужно подходить конструктивно. Высокая должность не означает, что человек может и должен вести себя надменно. Думаю, это проблема воспитания, наличие детских комплексов.

Глядя на меня, никогда не подумаешь, что я увлекаюсь музыкой. Я играю на фортепиано, на гитаре, люблю петь. Искусство — это та составляющая жизни по большей степени, ради которой живет человек.



БИОГРАФИЧЕСКАЯ СПРАВКА

РОДИЛСЯ 06.08.1982

ОБРАЗОВАНИЕ ТУСУР, радиотехнический факультет

СЕМЕЙНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ Женат

КАРЬЕРА

2005 г. — руководитель салона мебели

«Арт-студио»

с 2011 г. — руководитель компании

«Пенопласт ОПТ»



Самое большое достижение в моей жизни относится еще к школьному периоду, когда я занял четвертое место в мире на Соросовской олимпиаде по физике.

Я хотел бы, чтобы мои дети были похожи на меня в целеустремленности, честности, уверенности, наверное, в широте ума. Чтобы они были воспитаны и скромны, как моя супруга. Чтобы от каждого из нас они что-то взяли...

Я не боюсь признаться в том, что на протяжении последних 10 лет я не ставил перед собой цель зарабатывать деньги, а искал сферу применения своих возможностей.

Только в нашей стране почти каждый человек думает, как из нее уехать.

Бизнесом не стоит заниматься тем, кто для него не создан, кто не коммуникабелен, у кого изначально отсутствует интерес к выбранному направлению. Многие думают, что бизнес — это доход и стабильность, но прежде всего, это огромные нервы и ответственность за сотрудников. Бизнесом нужно жить.

Лучше всего я умею договариваться. Если я понимаю, от чего зависит исход сделки либо проекта, то я всегда смогу удачно завершить дело.

Свадебная фотография

Каждый момент и каждая эмоция такого волшебного дня, как свадьба, навсегда остаются в памяти молодоженов. Для того чтобы они всегда были такими же яркими, как и в тот особенный день, и существует свадебная фотография. Именно она сделает историю любви вечной и для самих молодых, и для будущих поколений новой семьи.

Текст: Анна Жуковская

О том, как правильно выбрать свадебного фотографа и какими должны быть свадебные снимки, мы беседуем с известным томским фотографом Дмитрием Карпушевым в стенах его студии.

— Дмитрий, часто молодожены сталкиваются со следующей проблемой: они смотрят в интернете работы фотографа, которые их устраивают, заключают договор и ждут снимки невероятной красоты. Но результат часто кардинально отличается от тех сказочных картин, которые молодая пара видела в качестве образца. Почему так получается и как этого избежать?

— Причин тому несколько и они очень просты. Первая — портфолио такой фотограф создает «из-за плеча» более опытного наставника-фотографа, у которого он обучается или проходит мастер-класс. Например, приехал в город хороший профессионал из Австралии вместе со своими моделями для проведения обучения. Его модели делают макияж лучшие визажисты, одевают известные стилисты, потом преподаватель выстраивает композицию, свет, создает эмоциональность, и ученик делает снимок. Конечно, возникает вопрос: вправе ли ученик выдавать такой снимок за свой? Зачастую на этом же мастер-классе показываются и варианты обработки снятых кадров в различных фоторедакторах. И если в профессиональной среде показ таких снимков считается моветоном, то среди начинающих это входит в норму.

— А другая причина?

— Портфолио, увиденное вами, включает в себя работы, в которых фотограф снимал профессиональных моделей в студии или свадебном салоне, — то есть, в идеальной обстановке, где он мог не спеша настроить свет, подобрать интерьер и т.д. Это, как правило, рекламные или партнерские проекты. Например, для свадебного салона, которому нужны хорошие снимки, они делаются без привычного для реального события цейтнота, такая «фотосвадьба» может быть даже разбита на несколько дней. Или — как вариант — начинающий фотограф идет трудиться ассистентом к профессиональному опытному мастеру, что совершенно нормально, это обычный путь. Новичок работает с мастером на свадьбах, берет с каждой один-два кадра, составляет себе хорошее портфолио. И снова вопрос: сможет ли ассистент так же выстроить кадр и создать эмоции без поддержки своего учителя? Конечно, сможет, только это происходит не сразу. Так и получается, что при наличии хороших картинок опыта все же не хватает. Во всех случаях подобный «багаж работ» не даст вам полного представления о профессионализме фотографа, а чтобы его оценить, просите показать вам весь материал, который фотограф отдает в качестве конечного результата, — все тогда сразу станет ясно. Но об этом многие забывают, и именно в таких случаях бывают расхождения в ожиданиях и реальности.



— Но ведь и у профессионалов с большим опытом могут быть свои минусы: «замыленный» взгляд, отсутствие свежего взгляда на творчество. Иногда и у наших «матерых» фотографов кадры получаются без души. Что вы об этом думаете?

— И матерые фотографы бывают разными, но в большинстве случаев фотограф-профессионал даже в обыденной ситуации пытается сделать хорошие снимки: ему самому это важно и интересно. Но все, конечно, зависит от человека: кто-то стремится совершенствоваться, а кто-то нет. Для постоянного развития приходится смотреть много чужих работ, изучать живопись — если мастер держит себя в тонусе, он меняется в лучшую сторону. При равных условиях профессионал всегда снимет более качественно. Да, бывает, что у молодых и одаренных фотографов получаются невероятно хорошие работы. Но для опытного специалиста неудачные снимки — в большей степени исключение из правил, нежели норма. Конечно, случается всякое, но тут опять же — смотрите всю свадьбу, отданную фотографом целиком. Для профессионала снимки всегда имеют свои критерии оценки:

ФОТОГРАФИЯ, как хорошая книга, должна содержать **ИНТЕРЕСНЫЙ** рассказ

фотография, как хорошая книга, должна содержать интересный рассказ или эмоциональную составляющую. Снять эмоции несложно, непросто уловить полутона. Иногда люди, которые умеют «читать» изображения, это замечают.

— Как же это сделать?

— Нужно открыть свою душу и попытаться почувствовать: создает ли изображение особое настроение, вызывает ли эмоции, видишь ли в фотографии что-то новое для себя... И вот, приглядываясь, ты замечаешь, что в одном небольшом кадре раскрывается целый рассказ. На фотографии изображена уже не просто красивая невеста, а еще «хвастливый» жених на втором плане,



показывающий дорогое обручальное кольцо своим друзьям, на третьем плане — веселые ребята, которые пытаются утащить кусочек свадебного торта, который пока и трогать-то нельзя, а чуть поодаль — лучшая подруга невесты в слезах от счастья... и не только. (Смеется.) На каждой фотографии — всегда история самого важного счастливого момента в жизни двух любящих людей, рассматривать которую можно бесконечно. И работа свадебного фотографа — не упустить этот момент и максимально точно передать его эмоциональность, не навредив своим присутствием. В большей степени, свадебная фотосессия — это так называемый управляемый фоторепортаж: ты снимаешь то, что происходит, но на том фоне, который соответствует происходящим событиям. Фон должен дополнять людей, а не вырываться наружу. Иначе получается съемка в стиле «я и памятник» — когда фон становится важнее человека. У каждого специалиста — свой подход: Мне очень нравится, как фотографируют девушки, их фотографии более чувственные, и они отлично работают с парой, а вот с гостями бывают сложности. Мой совет: если вы хотите провести фотосессию, чтобы гости не отвлекали, продумайте, чем их занять, например, можно пригласить второго фотографа исключительно для работы с гостями.



— Кроме портфолио на что еще следует обращать внимание при выборе фотографа?

— На его характер. Люди бывают очень разные — и поведение, и открытость человека не всегда заранее можно прочесть по его работам. Есть «мертвые», вылизанные снимки — и ты понимаешь, что их сделал дотошный фотограф; есть легкие, воздушные работы — и их автор такой же человек. При выборе «своего» фотографа вы должны быть уверены в нем, может, даже симпатизировать друг другу, поскольку в течение всего свадебного дня он будет мельтешить перед вами, может, даже и раздражать, а необходимо, чтобы у вас с ним установился контакт, и в итоге получились отличные фотографии. Фотограф должен тонко чувствовать людей — он не просто работает, он с помощью фотоаппарата передает ваши чувства друг к другу, которые являются, по сути, отражением того, как видят вас родные люди. Он пытается увидеть вас чужими глазами, ведь невеста позирует не фотографу, а жениху, который будет смотреть готовые фотографии, а пара позирует для близких ей людей. Фотограф должен создавать ощущение отношений и передавать эмоции каждого человека, с которым он работает.

О творчестве и ремесле

— Фотографа всегда выбирают — а есть ли право выбора у него? Бывает, что вы не хотите с кем-то работать?

— Крайне редко. Если чувствую, что пара не моя (бывает, что не совпадает энергетика) — это нормально, просто говорю, что занят. Я никогда не заключаю договор сразу, даю людям и себе время подумать. Иногда меня спрашивают, могу ли я снять так же, как... — и приводят в пример понравившихся авторов и их работы. Я смогу снять хуже или лучше — «так же» снять нельзя, у каждого человека абсолютно свой стиль, и если этот стиль не соответствует представлениям пары о фотографии, лучше для реализации этого представления поискать другого фотографа. Сам я учусь у сильнейших мэтров фотографии. И своих учеников, когда преподаю, обучаю на примерах лучших мировых фотографов и художников, пытаюсь снимать в разных стилях, стараясь избегать однотипности — в противном случае работа перестает быть творчеством и становится ремеслом.

— То есть, для вас работа свадебного фотографа — это в первую очередь творчество?

— А как же иначе? Конечно, без творческого начала работа становится скучна и не интересна, что неминуемо образом отражается на результате такой работы, а я отвечаю за то, что снимаю: стараюсь везде вытащить энергетику и эмоцию, всегда чувствую, когда «нажать» кнопку. Но и рабочие моменты упускать нельзя. У меня все просто: первая встреча, затем заключение договора, затем подготовка сценария, с учетом логистики передвижения и расположению света по пути следования, чтобы я знал поминутно, где и что мы снимаем. Обязательно делаю предсвадебную фотосъемку пары, чтобы войти в контакт и почувствовать друг друга: сложно снимать незнакомых людей. У нас рождается даже свой язык жестов: например — «уронить градусник»: так я говорю, чтобы девушка не прижимала к себе руку, а отводила ее, чтобы молодые целовались, слегка касаясь друг друга, правильно смотрели друг на друга. Я как дирижер во время свадьбы — взглянув на меня, они понимают, что и как сделать.

— Существуют ли какие-то тренды в свадебной фотографии? Что сегодня хотят видеть люди в своих свадебных альбомах?

— В наш век сотовых телефонов они хотят видеть то, сложно

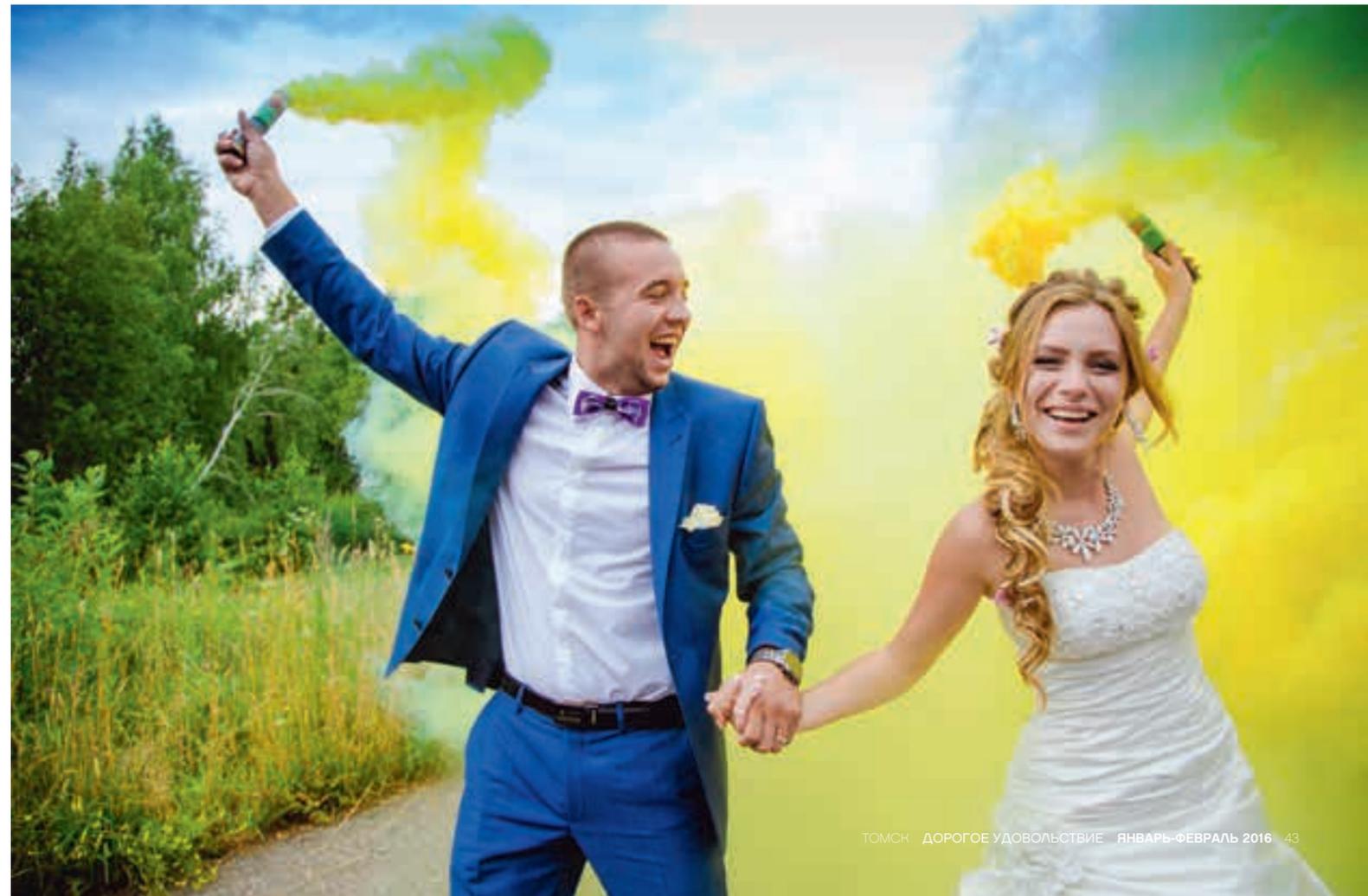
снять самим. Это размытый фон, крупные планы, ночная съемка, приятные цвета, которые тоже подбираются индивидуально.

— И все же каким должно быть идеальное свадебное фото?

— Свадебное фото не должно раздражать — поэтому искусство съемки требует чуть больше знаний, чем просто основы композиции. Неправильная, неудачная фотография, повешенная на стену, будет раздражать, угнетать. Бывает, приходишь в караоке, и вынужден слушать человека без слуха и голоса... Плохая фотография — это то же самое.

— Нужно ли обращать внимание на участие фотографа в творческих проектах? Участвуете ли вы в них?

— Это неважно, но набирается определенный опыт работы в решении нестандартных задач. Я с удовольствием участвую в различных проектах, даже бесплатно, но мне интересно тогда, когда в нем от меня хоть что-то зависит. Когда мне предлагают снимать красивых людей в прекрасных местах на безвозмездной основе, мне это не интересно — с этим справится каждый. Вот проект, где я снимал 90-летних бабушек — другое дело, там мне работать было интересно, когда снимаешь замечательных людей, лица которых светятся и излучают жизненную энергию, не до-





Как только попросишь деньги — поймешь, сколько стоишь. Это самый сложный переход из любителей в профессионалы, поэтому всегда говорю ученикам — снимайте как можно дольше для себя, и будет вам счастье, ведь занятие фотографией это как творческая отдушина, выражение своих чувств и переживаний через изобразительное искусство, тем более инструмент подходящий и кисточек не надо покупать. (Смеется.)

— Получается, у хорошего фотографа должна быть творческая предыстория, а в свадебном фото новичкам места нет?

— Совсем нет. В том случае, когда есть талант, его можно и нужно развивать, в том числе, и самостоятельно, занимаясь самообразованием. Нельзя заниматься фотографией просто потому, что тебе подарили хороший фотоаппарат. Пусть снимают много и бесплатно и получают безмерное удовольствие. Нужно просто получать кайф от того, что ты творишь. Как только ты начнешь снимать много красивых вещей, люди сами к тебе пойдут, а когда ты не будешь успевать фотографировать всех желающих, можешь начинать брать деньги. ◊

Студия красоты и фотографии Дмитрия Карпушева,
ул. Карташова, 29 б, тел. 32-22-26

ступную многим молодым, от таких съемок я тащусь... И даже делаю рекламу для журналов, я сначала снимаю для себя, а потом для клиентов, в этом, наверное, и заключается творческий процесс.

Обидно, что мне редко нравятся свои работы — или я очень критичен, или так и не научился передавать своих чувств, а может, оттого, что я привык разбирать фото по полочкам. Когда сделаю шедевр и не к чему будет стремиться — фотографию можно бросать. Потому что важнее творческий процесс, а не деньги: работая главным конструктором на предприятии, я зарабатывал больше, а выбрал любимое дело. Мы живем по-настоящему тогда, когда делаем то, что нравится. Вообще, я завидую людям, которые еще только начинают свой путь в мир фотографии, которые не начали брать деньги за свою работу. Занимаешься творчеством, и проблем нет — снимай стройки, девушек, кактусы, запотевшие окна.

ГАЛИНА ФИНОВСКАЯ, КЛИЕНТ «СТУДИИ ДМИТРИЯ КАРПУШЕВА»



Когда встал вопрос о выборе фотографа для нашей свадьбы, моя подруга сразу вспомнила о замечательном профессионале Дмитрии Карпушеве, который год назад делал фотографии ее бракосочетания, поразившие всех нас своей красотой. Я сразу же решила, что наша свадьба должна быть не менее прекрасной. Оговорюсь сразу: цена фотосъемки нас устраивала полностью, никаких проблем не возникло, тем более мы понимали, что платим за высокий уровень и отличное качество. Сначала мы снимали девичник. Все девчонки, которые до этого наперебой нахваливали и советовали мне своих знакомых для работы на свадьбе, вышли из фотостудии Дмитрия, буквально очарованные им, в один голос утверждая, что он самый лучший! Он заставил нас почувствовать себя на фото-

сессии обворожительными принцессами, роскошными, уверенными в себе. На такой эмоциональной волне мы и продолжили свой праздник, и это был самый замечательный девичник. Потом у нас с будущим мужем прошла съемка в стиле «Love story», на которой Дмитрий популярно объяснил нам все секреты удачных кадров. И конечно, наш главный день прошел изумительно, а свадебная фотосессия стала одним из главных и приятных его событий. Несмотря на холодную погоду, огромный шлейф и мою аккуратно уложенную прическу, мы с Максимом грелись в объятиях друг друга на морозе, залезали в сугробы, прыгали с пufика и кружились по фотостудии... В ЗАГС на регистрацию приехали растрепанные, замершие, но главное — счастливые! Мы благодарны Дмитрию, который не дал нам запаниковать перед входом в ЗАГС, успокоил, сказал, что все идет просто чудесно. Хочется сказать огромное спасибо рукам мастера, создавшего красоту, которой мы будем наслаждаться долгие годы!

LOOK & Style*

САМЫЙ ВАЖНЫЙ ДЕНЬ

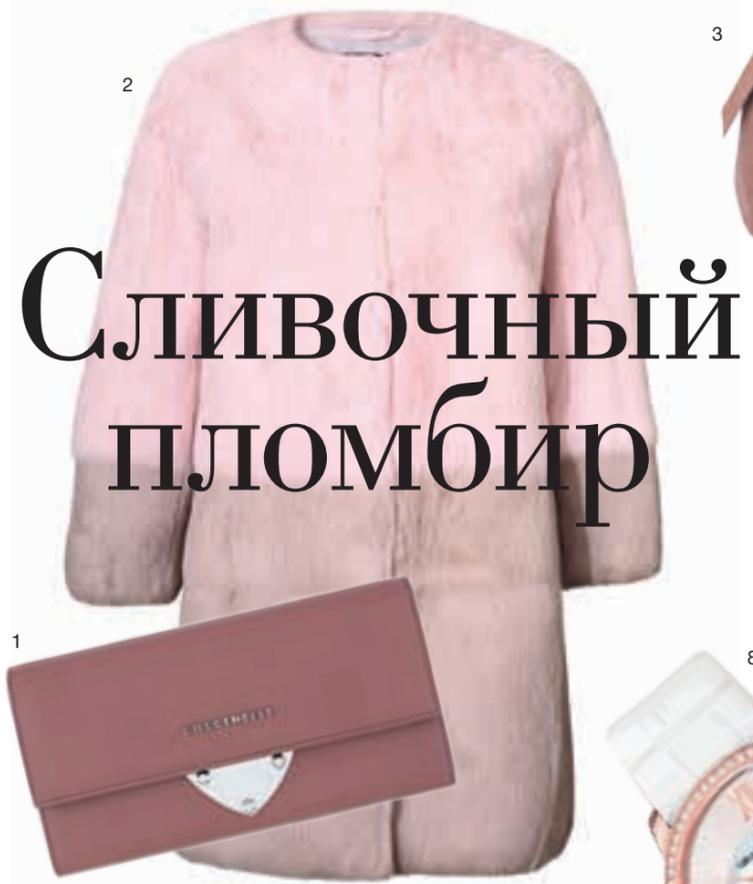
Вот уже 52 года испанский модный дом **Pronovias** одевает самых элегантных невест мира. Тончайшее кружево, чувственные вырезы, изящность приталенных силуэтов — все это позволяет невесте полностью ощутить свое совершенство в самый важный день! Каждый год показ **Pronovias** с нетерпением ждут модные критики, поскольку именно эта марка задает все свадебные тренды.

* «ОБРАЗ И СТИЛЬ»



Официальным представителем Pronovias в Томске является центр свадебной и вечерней моды «Подружка невесты»

Сливочное, шоколадное, кофейное или фруктовое — оттенки разных сортов любимого лакомства расскажут о том, как вы нежны и соблазнительны. А вот оставаться холодной или растаять — решать вам.



1. Клатч, **Coccinelle**, 9050 руб.
2. Шуба, **MaxMara**, цена по запросу.
3. Сумка, **Jimmy Choo**, 65 250 руб.
4. Рюкзак, **Furla**, 15 200 руб.
5. Кольцо, **Московский Ювелирный Завод**, от 80 990 руб.
6. Кофта, **Charactere**, 13 900 руб.
7. Блузка, **Pinko**, 25 500 руб.
8. Часы, **Girard Perregaux**, цена по запросу.
9. Брюки, **Axara**, 9000 руб.
10. Туфли, **Jimmy Choo**, 63 700 руб.

СЛИВОЧНЫЙ ПЛОМБИР

СТИЛЬНЫЙ МИНИМАЛИЗМ

Минимализм с легким оттенком богемности отличает итальянский бренд Ekle, знаменитый своим неповторимым индивидуальным стилем и способностью идеально комбинироваться с любым предметом базового гардероба для создания эксклюзивных и необычных образов.



Все представленные модели имеются в наличии в бутике «Иль де Франс»

Иль де Франс
галерея французской моды

ул. Трифонова, 22
тел. 51-21-22

#Счастьесть
CAFE

MOSAICO
Family



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

На Никите:
пиджак Lardini,
кашемировый джемпер
Brunello Cucinelli, джинсы
Barba Napoli, кеды Santoni

На Даше:
кашемировая водолазка,
берет, палантин, перчатки
и шерстяная юбка — все
Re Vera, замшевые ботинки
Sergio Rossi

Зима — в радость!

На Даше:
кашемировая туника,
митенки, перчатки,
берет и шарф — все
Re Vera, сапоги Brunello
Cucinelli

На Никите:
кашемировый
джемпер Re Vera,
свитер и джинсы
Barba Napoli, кеды
Santoni



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



На Даше:
кашемировый твинсет
с митенками, перчатки,
шарф, берет — все
Re Vera, юбка и сапоги
Brunello Cucinelli

На Никите:
пиджак Lardini, кашемировый шарф
Re Vera, свитер и джинсы Barba
Napoli, кеды Santoni



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

IMAGE STUDIO
SEBASTIAN
PROFESSIONAL

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



Кафе «СчастьеЕсть»,
ул. Белинского, 28/1,
тел. 57-15-57



На Даше:
кашемировая туника, шапка, шарф,
митенки — все Re Vera

На Никите:
пиджак Canali,
рубашка, галстук,
джинсы — все Barba
Napoli, кеды Santoni



ВНИМАНИЕ! БЕСТСЕЛЛЕР!

Дизайнеры бренда **MaxMara** остаются верны простым, но символизирующим достоинство и элегантность нарядам. Последняя коллекция **MaxMara** несет в себе романтику и удобство одновременно: подчеркнутая талия и линия бедра, пушистые свитера, стеганные юбки, крупная вязка, мягкие песочные, серые и пастельные тона... Особое внимание в коллекции отведено ставшему бестселлером пальто **MaxMara**. В этом сезоне большинство моделей выполнено в силуэтах *oversize* в классическом бежевом цвете.

Галерея бутиков На Набережной, ул. Набережная р. Ушайки, 4 а



МЕХОВЫЕ ШЕДЕВРЫ

Женская зимняя коллекция **Braschi** радуется свежими идеями и пристальным вниманием к деталям и фактурам. Графичные формы и необычные оттенки моделей можно сравнить с шедеврами великого Пабло Пикассо. Совершенные силуэты меховых изделий подчеркнули благородство и превосходное качество коротковорсовой норки **NAFA**. Новые грани красоты «мягкого золота» раскрыла уникальная техника инкрустации, при которой различные меха и материалы ювелирно сшиваются в мозаичные узоры.

Меховой салон «Furogo», ул. Набережная р. Ушайки, 10



ТРИУМФ ФОРМЫ И ЦВЕТА

Геометрия и футуризм, лондонский авангард и абстрактный дизайн, лак и длинный искусственный мех — это все новая коллекция **Casadei**. Но главный ее триумфатор — цвет! Кроме черного, туда вошли и контрастные оттенки: уникальный темно-синий **Gotham**, пурпурный, цвет плюща и вина **Sassicaia**. Создавая эту коллекцию, итальянские мастера снова превзошли себя и достигли высочайшей точки красоты и чувственности.

Центр свадебной и вечерней моды «Подружка невесты», ул. Гоголя, 55



СТАВКИ СДЕЛАНЫ!

Популярная марка **Pinko** и в холодное время года предлагает модницам делать ставку на комбинацию разнообразных тканей, фактур и узоров, не бояться контрастов и смело сочетать спортивный стиль с романтическим, а женственные платья чередовать со строгими, почти мужскими костюмами. Цветовая гамма коллекции — это смесь теплых и холодных оттенков под предводительством серого, черного, вишневого, кремового, горчичного и белого.

Multibrand store «Forum», пр. Фрунзе, 90



ВОПЛОЩЕНИЕ ЭЛЕГАНТНОСТИ

Sportmax — одежда, вдохновленная свободным городским женским стилем. Ультрасовременная коллекция, представленная на миланских показах, — это сочетание вневременной европейской элегантности и некой небрежности: многослойность, вещи *oversize*, теплый и уютный трикотаж, женственные платья, натуральные природные колоры.

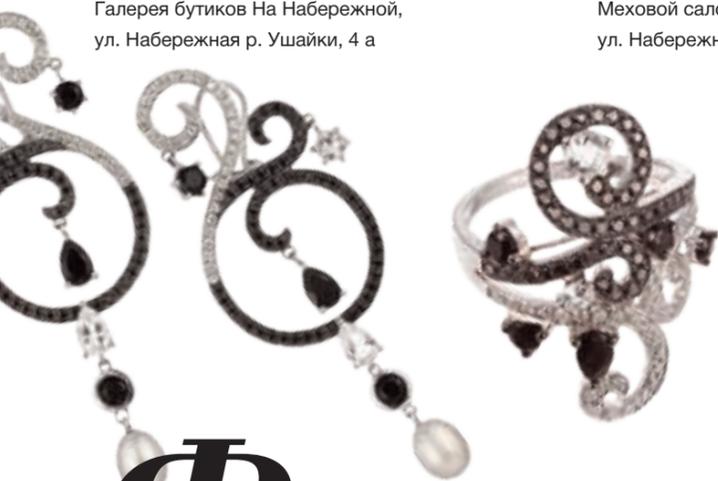
Мультибрендовый магазин европейских марок «Модный бульвар», пр. Ленина, 15



BON VOYAGE!

В дальнюю дорогу лучше всего отправиться с сумкой или чемоданом фирмы **Samsonite**: удобная складная ручка, прочный пластиковый корпус, четыре надежных колесика, вместимость до 100-120 литров, небольшой вес, комфортное передвижение. Среди цветов и фактур всегда можно найти что-то на свой вкус. Смена сезонов — это отличный повод приобрести новый аксессуар для себя и членов вашей семьи.

Салон сумок и чемоданов «Глобус», пр. Фрунзе, 46



ЮВЕЛИРНЫЙ ВЗГЛЯД

Блистательная элегантность Италии, горячее солнце Африки, эксцентричная притягательность Испании, глубокое своеобразие Индии — всё это можно увидеть и почувствовать в разнообразных коллекциях ювелирного дома **JV**. Мастерство **JV** заключается в умении угадывать и даже предвидеть мечты клиентов, в глубоком понимании моды и собственном творческом почерке. Это позволяет **JV** каждый сезон представлять поклонникам ювелирной моды в России передовые идеи ювелиров всего мира.

Арт-бутик «Русский Шарм», ул. Набережная реки Ушайки, 4а



ВЗГЛЯНУТЬ ПО-НОВОМУ!

Новые коллекции оправ итальянского бренда **MIU MIU** представлены моделями очков полукруглой формы или кошачьего глаза с дужками черного, коричневого, бежевого, голубого и черепахового цветов. Слоган данного бренда — «Богемность и непринужденность, элегантность и безупречность для тех, кто стремится к совершенству». Купить такую оправу — значит забыть о своих проблемах и взглянуть свободно на современную моду.

Салон оптики «Айкрафт», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город»

ПРЕДЧУВСТВИЕ ВЕСНЫ

Promise — популярный испанский бренд женского нижнего белья и одежды для дома, известный на европейском рынке более 40 лет. Последние годы он активно завоевывает популярность среди российских модниц: ведь он создан для современной активной женщины, которая предпочитает чувствовать себя комфортно и уверенно в любой ситуации. Новая коллекция белья радуется нежными пастельными красками, удобными формами, широким размерным рядом, разнообразием моделей и тканей.



Январь-Февраль 2016 Дорогое удовольствие Томск

Фэшн-гид

ПО МОДНЫМ КОЛЛЕКЦИЯМ,
СОБЫТИЯМ, НОВИНКАМ,
ИМЕНАМ И ТРЕНДАМ

ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ
2016

Fashion-Forum



Софья Колесникова
в платье Patrizia Pepe

Вот и наступил самый интересный и долгожданный модный сезон, когда и зимняя распродажа еще в самом разгаре, и новые коллекции весна-лето 2016 уже радуют нас. Приглашаем любимых клиентов за вдохновением и новыми нарядами!



Куртка Brioni, цена по запросу.
Компания Brioni не перестает радовать своих поклонников новыми моделями мужской верхней одежды. Многие операции по пошиву этой кожаной куртки красивого цвета баклажан выполнялись исключительно вручную, что позволило добиться высокого качества.



Парка Blugirl, цена по запросу.
Стильная теплая парка, украшенная мехом лисы, красивого бежевого цвета — находка для настоящих модниц.



Платье Valentino RED, 48 500 руб.
Платье из тонкой шерсти в цветочный принт для тех, кто даже в самый красивый зимний день ждет весны!



Платье Blugirl, 38 900 руб.
Приталенное платье средней длины с расклешенной юбкой, выполненное из материала, напоминающего аппликацию из лоскутков ткани в виде листочков и цветочков. Такое коктейльное платье — замечательный вариант для самой лучшей вечеринки!



Платье Blugirl, 36 600 руб.
Ультрамодное платье в клетку с белым воротничком, который освежает лицо и подходит почти всем, — тот вариант, когда платье можно надеть практически на любой случай.



Платье Valentino RED, 36 500 руб.
Красное платье в клетку — хит этого сезона. Носить с плотными черными колготками, ботинками на плоском ходу и меховой жилеткой.



Джемпер Zilli, цена по запросу.
Нежный джемпер из кашемира, шелка и шерсти с воротником-поло, вставками из кожи — модель, уже полюбившаяся многим клиентам Zilli по всему миру.



Портмоне Stefano Ricci, цена по запросу
Портмоне от Stefano Ricci с эмблемой головы орла стало визитной карточкой, обязательным атрибутом всех успешных, влиятельных и знаменитых мужчин планеты.

Джинсы Stefano Ricci, 42 900 руб.
Прямые джинсы «классического» фасона с минимумом декора — выбор тех представителей сильного пола, которые отдают предпочтение элегантности в одежде.



Ремень Stefano Ricci, 44 000 руб.
Ремень Stefano Ricci — это неповторимый аксессуар, который по праву заслужил статус вневременных изделий. В гардеробе он будет уместен не только сегодня, но и всегда, благодаря элегантности и качеству пошива.

Обувь Zilli, цена по запросу.
Кроссовки в ряду модной мужской обуви занимают почетное первое место. Конечно, ведь этот вид обуви давно уже перестал быть сугубо спортивным, теперь мужские кроссовки — это повседневный стильный и удобный вариант.



Платье Valentino RED, 39 900 руб.
Черное платье с длинным рукавом, красивым воротничком, усыпанным кристаллами. Такое платье легко трансформировать и создавать новые образы: с шубой и элегантными лодочками — красивый вариант для ресторана; в сочетании с пальто и сапогами на плоском ходу — стильный look для прогулок.

Сумка Patrizia Pepe, цена по запросу.
Эта черная классическая сумка идеальна для работы: она имеет среднюю величину и поэтому вместительна, удобные отделения помогают распределить вещи, а ее лаконичный дизайн поддерживает строгий образ бизнес-леди.



Талантливая художница Анна Криницина для «Forum multibrand store»
@Ginger_jellyfishh

Зима в самом разгаре, но настоящие модницы так и не успели расстаться с туфлями на каблук, да и зачем это делать, ведь совсем несложно добежать из автомобиля до нужной двери, да еще и под руку с любимым мужчиной.

В ресторан 🍷🍷🍷



Пальто Blugirl, цена по запросу. Юбка Valentino Red, 31 900 руб. Водолазка Valentino Red, 16 500 руб. Туфли Casadei, 35 900 руб. Бюстгалтер Pleasure State, 8 500 руб., трусы, 6 000 руб. Сумка Dior, цена по запросу

В театр 🎭🎭🎭



Шляпка Pinko, 43 500 руб. Юбка Blugirl, 25 900 руб. Кофта Blugirl, 15 500 руб. Туфли Philipp Plein, 40 000 руб. Платье Blugirl, 16 900 руб. Шляпка Blugirl, 12 800 руб.

В кино 🎬🎬🎬



Пальто Blugirl, 48 500 руб. Платье Blugirl, 36 500 руб. Туфли Casadei, 34 600 руб. Сумка Blugirl, 31 500 руб.

За покупками 🛍️🛍️🛍️



Шуба Blugirl, цена по запросу. Кофта Blugirl, 24 800 руб. Юбка Blugirl, 22 500 руб. Туфли Casadei, 39 500 руб. Брюки Patrizia Pepe, 2 350 руб. Контрага Falke, 20 den, 1 380 руб.



Екатерина Быстрицкая в платье Red Valentino и жилете Patrizia Pepe.

ЕКАТЕРИНА БЫСТРИЦКАЯ:
Принт клетка всегда в моде! Наверное, не существует такой женщины, у которой в гардеробе нет ни одной вещи из клетчатой ткани: юбки, платья, клетчатой рубашки, да хотя бы шейного платка! Мало того, клетка — универсальный принт, он подходит для различных стилей и любых типов фигуры. Наряды в клетку можно носить как на работу в офис, так и на праздничный вечер!



Рубашка Valentino Red, 23 800 руб.



Платье Patrizia Pepe, 17 900 руб.



Юбка Pinko, 13 900 руб.



Эмма Уотсон
Тейлор Свифт

Шляпка Blugirl, 12 500 руб.
Нежная трикотажная шляпка с кристаллами — отличный вариант подарка для любимой подруги.



Пальто Blugirl, 46 500 руб.
Черное пальто из мохера и шерсти, украшенное кристаллами, выглядит шикарно в сочетании с ботфортами на высоком каблуке и ультрамодной сумкой.



Сапоги Casadei, цена по запросу.
Яркие двухцветные ботинки на меху — тренд этого сезона и красивый акцент в вашем теплом повседневном гардеробе.



Зимние праздники продолжаются! Приглашаем в гости за красивыми подарками, которые уже сейчас можно купить с хорошей скидкой!



Глинтвейн, шоколад, мандарины, а самое главное — долгожданные скидки ждут вас весь январь.

Инстаграм forum_multibrand_store всегда вместе со своими клиентами. Стильные девушки Томска в нарядах от нашего бутика.



Прекрасная @polyachernyykh в куртке Patrizia Pepe
Шикарная @emelianovazaytseva в шубе Yves Salomon
Прекрасная @emelianovazaytseva в юбке Pinko, блузке Patrizia Pepe
Стильная @tatiana_aranasova в парке Pinko, ботильонах Sergio Rossi

LABBRA — современная и демократичная марка от итальянских дизайнеров, созданная для тех, кому нравится экспериментировать со стилем и при помощи аксессуаров с легкостью менять свой образ каждый день. Ассортимент марки включает в себя сумки, вечерние клатчи, перчатки, платки, палантины, зонты, кошельки и портмоне.



Итальянские открытия

«LABBRA» — это звучное слово будто соткано из звуков мандолины, разноголосицы южных улиц, аромата кофе, апельсинов и моря... Мода для итальянцев — это способ существования, в основе которого — искусство красивой жизни. Яркое тому подтверждение — стильный бренд LABBRA, созданный итальянским модным домом ELEGANZZA (Флоренция) в 2010 году, и уже через год покоривший сердца россиянок. Продукция LABBRA соответствует актуальным веяниям моды, а качество и практичность изделий прослеживается во всех коллекциях, которые разрабатываются в концепции Total Look — готового стилистического решения на все случаи жизни, будь то прогулка в парке или выход в свет. Широкая цветовая палитра и большой модельный ряд позволяют без труда найти комплект аксессуаров по вкусу.



Бренд LABBRA рассчитан на широкую женскую аудиторию и включает в себя популярные стили — классический, романтический, спортивный и casual. Это выбор женщины, которые умеют меняться, оставаясь самими собой, превращаясь из строгой бизнес-леди в звезду модного клуба или беспечную путешественницу.



LABBRA

Салон «LABBRA»
ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СМАЙЛcity» (1-й этаж),
пр. Комсомольский, 13 б,
ТРЦ «Изумрудный город» (2-й этаж),
www.labbra.ru, vk.com/labbra_tomsk

Элегантность вне моды

ELEGANZZA — название редкого и чудесного оттенка мозаичной смальты. Именно это имя носит и знаменитый итальянский бренд, создающий уникальный мир сумок и других изысканных аксессуаров из кожи, которые элегантно дополняют шарфы, зонты, а также стильная коллекция бижутерии.

Изысканный оттенок венецианского зеркала стал фирменным цветом нового бренда, а его визуальным символом — античный мозаичный лик, который отражает его идеологию и философию: аксессуары, как детали мозаики, создают безупречный образ современной жительницы большого города. Модный дом ELEGANZZA — одна из немногих компаний, которая формирует свои коллекции по принципу Total Look, все ее бутики — это территория стиля, где можно выбрать готовое дизайнерское решение или создать образ индивидуально. Комплект выстраивается из любого набора аксессуаров, где каждая линия (сумки, перчатки, платки, зонты) идеально дополняет друг друга. Женщина в стиле ELEGANZZA — эффектная, целеустремленная, харизматичная и привлекательная. Для нее стиль и элегантность важнее быстротечной моды. Марка обладает фантастической способностью подчеркнуть красоту и индивидуальность русских женщин, что объясняет ее необычайную популярность в нашей стране.



Торговую марку в 1991 году основал успешный дизайнер Бенvenuto Арно, который не случайно назвал ее ELEGANZZA. Этот уникальный оттенок был создан знаменитым скульптором и художником эпохи Ренессанса Бенvenuto Челлини, а спустя несколько веков секрет его изготовления стал достоянием деда Арно, реставратора. Так, благодаря магии семейной легенды, Бенvenuto (названный, кстати, в честь великого мастера) продолжил художественные традиции своего клана, но уже в области создания женских сумок и аксессуаров.



ELEGANZZA

Салон «LABBRA»
ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СМАЙЛcity» (1-й этаж),
пр. Комсомольский, 13 б,
ТРЦ «Изумрудный город» (2-й этаж),
www.labbra.ru, vk.com/labbra_tomsk





Fashion-бренд ОТ ТЕЛЕЗВЕЗДЫ

MOLLIS — российский бренд одежды, лицом и дизайнером которого является популярная телеведущая Ru.TV, экс-участница телепроекта «Дом-2» Нелли Ермолаева.

Неудивительно, что за несколько лет своего существования молодежная марка уже сумела завоевать массу поклонниц. Покупатель одежды MOLLIS — современная, уверенная в себе девушка, жительница большого города, которая следит за модой и новыми тенденциями. Все самые актуальные стильные мировые тренды присутствуют в каждой коллекции MOLLIS, которые представлены размерами S-M-L. Мы знаем, что современные девушки проводят огромное количество времени за общением в социальных сетях, поэтому все новинки, уникальные предложения, информацию об акциях, скидках и новых поступлениях поклонники бренда могут увидеть на страничках ВКонтакте и Instagram. Долой долгий поход по магазинам! Выбери понравившуюся вещь ВКонтакте или Instagram и приходи в «Изумрудный город». Добро пожаловать в армию #Mollis!



like & show
Mollis

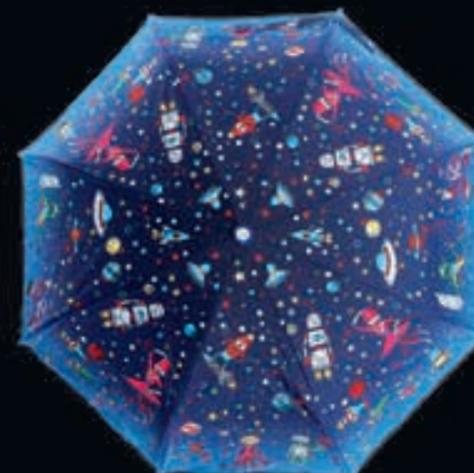
MOLLIS, пр. Комсомольский, 13 б,
ТЦ «Изумрудный город» (3-й этаж)



ANNABELLE

В этом сезоне вам будет во что завернуться. Все модели шарфов и палантинов — вязанные, тканые, одноцветные, с рисунком — очень объемные и уютные. Мягкие и благородные смеси кашемира и шерсти высочайшего качества обеспечат особый комфорт, а смеси модала с вискозой поразят своей легкостью. Новая актуальная коллекция зонтов Moschino — прекрасная возможность порадовать себя первой весенней покупкой этого года.

ПЛАТКИ, ШАРФЫ И ПАЛАНТИНЫ ANNABELLE,
пр. Ленина, 99, магазин «Каприз» (1-й этаж),
пр. Ленина, 15, ТЦ «999» (32 пав.),
тел. 8-903-954-93-33





Прекрасное преображение

Перифразируя слова Коко Шанель, можно сказать, что девушка, которая не носит красивое нижнее белье, слишком высокого мнения о себе. Действительно, правильно выбранное нижнее белье в буквальном смысле слова преобразит человека. Оно не только скроет недостатки и подчеркнет достоинства, но и позволит почувствовать себя по-настоящему прекрасной и желанной.



Салон нижнего белья «Mon Plaisir»,
Новый ГУМ (2-й этаж), тел. 934-024
vk.com/public65581970

зимний **sale** НАСТРОЕНИЕ ПОКУПАТЬ



МАГАЗИН МОДНОЙ ОДЕЖДЫ
FASHION HOUSE

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

детская брендовая одежда
FASHION HOUSE
kids



Платье 5 490 руб.

Платье 690 руб.

ЕГО ВЕЛИЧЕСТВО ПЛАТЬЕ

Платье для женщины гораздо больше, чем просто одежда. Наверняка в вашем гардеробе есть платье и, скорее всего, не одно и не два. Среди них есть любимое, есть такое, что в любой ситуации — беспроблемный вариант, есть платье для особого случая, которое напоминает о приятных мгновениях.

О роли платья в жизни женщины ведутся бесконечные дискуссии, однако суть вопроса остается прежней — как выбрать свой идеальный вариант. На этот вопрос отвечают стилисты BIZZARRO.

Длина. Если вы невысокого роста, выбирайте среднюю длину юбки — до колена или на ладонь выше. Высоким девушкам позволены эксперименты, однако помните, что открытой должна быть самая красивая часть ваших ног.

Фасон. Для обладательниц миниатюрной фигуры, переживающих, что облегчающий силуэт придаст угловатость фигуре и подчеркнет ее хрупкость, правильным решением станут струящиеся ткани, создающие объем.

Природа наградила вас пышными формами? Выбирайте приталенный фасон, который поможет акцентировать талию и скроет пышность в зоне бедер. При этом сделайте выбор в пользу плотных тканей, которые помогут создать гармоничный силуэт.

Принт. Табу для невысоких девушек — крупные принты. Горизонтальные линии и подчеркнутый контраст всегда используйте с осторожностью, так как они делят фигуру на части и могут нарушать пропорции.

Используя наши советы, вы всегда сможете подобрать идеальное платье! Уже решили, какого именно не хватает в вашем гардеробе?

BIZZARRO

ТЦ «МираМикс», пр. Мира, 36 (2-й этаж),
тел. 8-905-990-46-16



Платье 4 490 руб.

Платье 4 990 руб.
Ремень 790 руб.



Платье 3 090 руб.



Платье 3 190 руб.

Платье 4 990 руб.



Платье 4 290 руб.
Ремень 515 руб.

Платье 990 руб.
Ремень 750 руб.

Платье 4 990 руб.



Сумки Kellen

Палантин Dr. Koffer

Сумка Di Gregorio

Платок Venera

Палантины Dr. Koffer

Обложка для паспорта, кошелек и футляр для визиток Alessandro Beato

Косметичка, портмоне и сумка Alessandro Beato

Сумка Kellen
Сумка CROMIA

Портфель, футляр для кредиток Dr. Koffer



Сумка для документов Neri Karra

Сумка Kellen



Сумка Kellen

Перчатки Dr. Koffer

Шарф Dr. Koffer



Сумка Dr. Koffer

Сумка Alessandro Beato

Портмоне, кошелек и обложка Neri Karra



Ремни Dr. Koffer



Перчатки Dr. Koffer

Стильные мужские сумки и аксессуары из натуральной кожи пользуются большим интересом среди современных представителей мужского пола, ведь они способны многое сказать о своем владельце. Мужская сумка способна придать особый шарм и элегантность, она прочно занимает свое место в гардеробе современного мужчины, являясь идеальным вариантом подарка по любому значимому поводу. И, конечно, всегда нужно помнить, что для покупки новой сумочки для дамы не нужно уважительных причин: хватит одного страстного женского желания!

Саквояж и сумка для документов Dr. Koffer



Папка, футляр для визиток и футляр для ключей Neri Karra



САЛОН СУМОК И ЧЕМОДАНОВ

пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235

Новинки каждую неделю!
На дамские сумки, поступившие в продажу до 01.09.2015*, скидки до 50%!

Пробуждение силы

Праздники прошли, а усталость осталась. Почему организму требуется отдых после «отдыха»? Как восстановить силы и вернуть энергию? Мы задали эти вопросы эксперту с мировым именем в области Spa&Wellness технологий, почетному доктору медицинских наук Михаилу Кочиашвили.

Праздники — это колоссальный стресс для организма. Есть факторы, влияющие на стресс: несбалансированное питание, недостаточная или неправильная физическая активность, хроническая интоксикация, психологический информационный стресс, нарушения сна.

Праздники страшны тем, что идет обильное застолье, мы потребляем много разноплановой пищи дома, в ресторанах, в гостях. Заметьте, в обычной жизни мы такое количество блюд не едим — это нагрузка на поджелудочную железу, на печень, на желудок. Идет интоксикация от приема алкоголя. Как правило, люди ме-

нее подвижны в праздничные дни. К тому же, это период отсутствия привычных видов деятельности. Происходит изменение биоритма жизни — поздний отход ко сну и позднее просыпание, то есть идут нарушения по всем стрессовым факторам. Интоксикация, с которой организм не может справиться во время праздников, депонируется в жировой ткани, это доказано работами нашей Академии медицинских наук, а также авторами из Европы и США.

Что мы имеем в итоге? После праздников не всегда удается надеть любимую



МИХАИЛ КОЧИАШВИЛИ,
международный эксперт по
Spa&Wellness-терапии, почетный
доктор медицинских наук

В Clinic&Spa «Живой стиль» разработана специализированная **ПРОГРАММА** быстрого восстановления — «Детокс. Стройность. Тонус», которая **ЭФФЕКТИВНА** даже при **ОДНОРАЗОВОМ** прохождении.

одежду, включение в постпраздничный режим жизни требует специальных усилий, снижен жизненный тонус...

Можно ли этого избежать? Можно!

В Clinic&Spa «Живой стиль» разработана специализированная, эффективная программа быстрого восстановления — «Детокс. Стройность. Тонус». Врач-координатор проведет диагностику состава тела и даст профессиональную консультацию, итогом которой станет индивидуальный план процедур.

Как правило, в программу входят:

- английские витаминно-минеральные комплексы
- чай из лекарственных трав
- мыльный массаж в уникальной для Томска паровой кабине Rasul
- правильный ручной лимфодренажный массаж
- аппаратная коррекция фигуры на самом современном европейском оборудовании
- профессиональное обертывание на водорослях.

Такая программа по очищению организма, коррекции фигуры и веса, укреплению иммунитета и жизненного тонуса действует даже при однократном прохождении комплекса «Детокс. Стройность. Тонус», но чтобы получить реальный долгосрочный эффект, нужно от 3 до 6 посещений в зависимости от возраста, общего состояния здоровья, а также от того, насколько бурно прошли праздники.

Детокс, стройность, тонус — простой и эффективный рецепт пробуждения силы от «Живого стиля». Запишитесь на бесплатную экспресс-консультацию уже сегодня!



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

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

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 и таким образом сокращают мелкие и глубокие морщины, наполняя их. **Saxifraga sarmentosa** в модифицированной липосоме защищает и восстанавливает ДНК клетки.



* «ТЕЛО И КРАСОТА»



Мыльный массаж
в паровой кабине

Прямые инвестиции

Пришло время выделить 15 минут в день на упражнения для позвоночника: оказывается, спина дугой приводит к проблемам с сердцем, легкими, желудком и настроением.

Текст: Марина Дивич



Если у человека выступает назад седьмой шейный позвонок, то можно с уверенностью сказать, что в скором времени тут будут проблемы с сердцем», — тренер Школы оздоравливающих практик *Wu Ming Dao* водит указкой по модели скелета. Школу основала Анна Владимировна — врач по образованию, десять лет изучавшая цигун в Китае. Здесь практикуют новый подход к исправлению осанки: стараются научить не только спину, но и нейроны мозга правильному «образу тела». И главное, объясняют, что сутулость влияет на сердце, легкие, желудок и даже настроение.

Здоровый позвоночник имеет естественные изгибы. Он, можно сказать, выстраивает тело как частицы пазла. А неправильное положение позвоночника автоматически приводит к смещению внутренних органов, постоянному давлению на них или нарушению притока крови в нужные зоны. С помощью Анны Владимировны мы решили выяснить, к чему приводят напряжение шеи, сутулость, прогибы, и как с ними бороться по новому методу. Ниже — вся правда от А до Я, до есть от первого до последнего позвонка.

ПОГНАТЬ В ШЕЮ

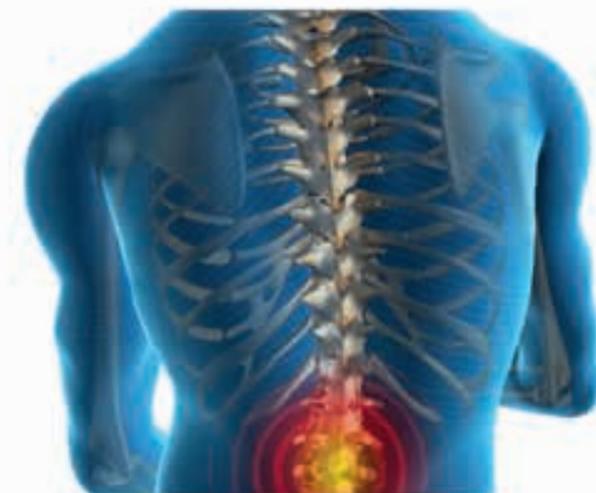
Tech neck — так называют на Западе совокупность симптомов, мучающих поклонниц «Инстаграма» или тех, кто частенько проверяет почту на смартфоне. Наклон головы в 15 градусов, который нужен для смартфона, не физиологи-

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

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

Болят спина? Ответ один — «АКСИОМА»!

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



Проверяя почту **НА ТЕЛЕФОНЕ**, мы держим шею **ПОД УГЛОМ** от 15 до 60 градусов. Это не физиологично, предупреждают врачи. **НАГРУЗКА** на шею в таком положении в 2–5 раз **БОЛЬШЕ**, чем обычно.

чен, предупреждают врачи. Это создает лишнюю нагрузку на все 7 шейных позвонков, от которой рукой подать до головных болей, рассеянности и апатии.

Через первый шейный позвонок проходит главная вена, отвечающая за отток крови из области черепа. Если после трудного дня вы чувствуете головную боль с пульсацией в зоне глазных яблок, это точно первый шейный: из-за нарушения циркуляции организм пытается перестроить отток крови через глазные вены. «Если эти симптомы возникают регулярно, нужно браться за восстановление, — объясняет Анна. — От голов-

ных болей страдаете не только вы, но и клетки клетки мозга. Со временем они могут гибнуть от гипоксии, что вызывает снижение умственной активности, рассеянность». Упражнения для шеи, которые мне выдают в Wu Ming Dao, и правда делают голову легкой, как после хорошего восьмичасового сна. А еще у них есть приятный побочный эффект — кажется, что глаза отдохнули и зрение стало острее.

А вот седьмой шейный позвонок связан с работой сердечно-сосудистой системы. «Выпирающий седьмой шейный позвонок — сигнал о том, что у человека

уже есть или будут развиваться проблемы с сердцем, — говорит Анна Владимировна. — При такой форме позвоночника пространство для работы сердца сокращается, в результате постепенно ухудшается питание миокарда. С возрастом эти проблемы дают о себе знать аритмией, ишемической болезнью сердца».

РАСКРЫТЬ ПОТЕНЦИАЛ

«Каждый миллиметр раскрытия грудины — это в прямом смысле лишний год жизни», — продолжает Анна. Четвертый грудной позвонок — это легкие. Открытие этой точки заставляет легкие работать в полную силу — и мы начинаем дышать в полную силу, а не только верхушками легких, как это делает большинство людей. В результате улучшается снабжение кислородом всех органов и тканей, а бронхиты, если они вас одолевают, становятся редким явлением. «Кроме прочего, снятие спазмов в

Гимнастика для шеи

На упражнения нужно выделять 15 минут каждый день. Шея подвергается вредным воздействиям ежедневно, поэтому зарядка должна стать частью повседневной рутины, как чистка зубов.

«ШЕЯ ЖУРАВЛЯ»

Внимание — на первый шейный позвонок (на нем «голова кивает»)

- Встаньте ровно, руки на пояс. Представьте, что кто-то берет вас за подбородок и чуть тянет вперед. Голова движется вперед. Шея и лицо расслаблены. Область первого шейного сжимается. Пауза.
- Сохраняя позицию, опускайте шею вниз, как будто носом «проглаживаете» стену перед собой. Шея и область первого шейного расслаблены, в шею ощущается легкое вытяжение.
- Вращение головы вперед: голова медленно опускается на грудь. Раскрывается пространство первого шейного позвонка. Насладитесь этой расслабленной позицией.
- Медленно поднимайте голову вверх, как будто «проглаживая» подбородком шею. Голову подняли, но подбородок остается направленным чуть вниз, к шее, чтобы сохранить раскрытие первого шейного, достигнутое в повисании.

«ГОЛОВА ДРАКОНА»

Внимание — на седьмой шейный позвонок (небольшой выступ у основания шеи)

- Вспомните упражнение, которое делали на уроках физкультуры — вращение на основании шеи. А теперь срочно забудьте! Мы будем делать аналогичное движение, но с другим наполнением.
- Раскройте область первого шейного. Руки на пояс. Начинайте вращение: медленно, с небольшой амплитудой. В каждый момент движения следите за тем, чтобы область первого шейного была раскрыта. Ощущайте, как при вращении волокно за волокном расслабляются мышцы вокруг первого шейного позвонка. Не стремитесь растянуть мышцы, насильно увеличить амплитуду. Ощущения должны быть мягкими и приятными, как во время деликатного массажа.

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

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

FULLSKIN



ВОПЛОЩЕННОЕ ПОНЯТИЕ «ИДЕАЛЬНОЙ ДЕРМОТОНИИ»

Стройные бедра
Подтянутые ягодицы
Тонус мышц
Уменьшение целлюлита

Ловите на себе только восхищенные взгляды!

СОБСТВЕННЫЕ КЛИНИЧЕСКИЕ РЕЗУЛЬТАТЫ



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



Упражнение для диафрагмы

Диафрагма — это мышца, которая влияет на состояние легких, пищевода и органов малого таза. Вот упражнение, которое поможет понять, где именно находится эта важная мышца и как снять в ней напряжение.

«РАЗМЕТАНИЕ ОБЛАКОВ»

Внимание — на двенадцатый грудной позвонок (напротив солнечного сплетения — самый нижний позвонок грудного отдела, ниже начинаются значительно более крупные поясничные позвонки).

● Встаньте прямо, руки вдоль корпуса. Начните небольшое медленное вращение на двенадцатом грудном. Если бы вы стояли в

спине повышает стрессоустойчивость, — добавляет Анна. — Расправьте плечи, запрокиньте голову, начните глубоко дышать. А теперь попробуйте вспомнить грустное событие из жизни и погрузиться в него. У вас точно не получится. Это объясняет нейрофизиология: помогая телу обрести более здоровую форму, мы снимаем массу напряжений и начинаем смотреть вокруг более радостно».

Состояние спины в районе двенадцатого грудного позвонка отвечает за работу печени, желудка и селезенки. А еще в этой области находится диафрагма, которая подвержена у большинства из нас хроническому спазму. Например, диафрагма рефлекторно сжимается, даже когда нас просят сложить в уме двухзначные числа. Что уж говорить о более сложных задачах, с которыми мы сталкиваемся каждый день. В общем, скручивания, помогающие снять напряжение в грудине, я решила повторять каждый день.

НЕ СТОИТ ПРОГИБАТЬСЯ

Если грудной отдел чаще подвержен кифозу (так медики называют ту са-

мую сутулость), то поясницу настигает лордоз — то есть чрезмерный прогиб. Казалось бы, ничего плохого, и даже красиво, особенно в комплекте с тренированными ягодичными мышцами, — взять хотя бы фото Алессандры Абросио или Ирины Шейк, набирающие в «Инстаграме» десятки тысяч лайков. Но специалисты по осанке заверяют, что если изогнуться для фото на пару секунд можно, то нагружать так спину каждый день непростительно.

«Прогиб в пояснице часто бывает связан с проблемами кишечника, — опускает меня на землю Анна Владимировна. — Тяжесть, вздутие, дисбактериоз, запоры — все это прогрессирует при перенапряжении мышц поясницы, потому что снижается тонус кишечника». А точку сочленения второго и третьего поясничных позвонков связывают с мужской силой. Теперь понятно: поясницу надо беречь.

ОСНОВА ОСНОВ

«На фоне офисной работы и сидячего образа жизни появилась очень распространенная форма таза, когда копчик движется вперед, пах напряжен», —

мы с Анной, двигаясь вниз по позвоночнику, дошли до основания позвоночного столба. Оказывается, положение таза, на который опирается позвоночник, тоже имеет значение. Запомните аксиому: если таз движется вперед, все органы, которые находятся в его зоне, двигаются вниз. У мужчин это приводит к проблемам с потенцией, у женщин — к гинекологическим проблемам. Существует отдельное упражнение, которое помогает найти правильное, нейтральное положение таза.

ОБРАЗ ТЕЛА

А еще из разговора с Анной Владимировной узнаю важное: что делать, чтобы добиться стабильного эффекта горделивой осанки. Для меня, человека, которого от наследственной сутулости не спасли уроки балета, а позже — йоги и пилатеса, это очень интересно. Для того, чтобы спина не уходила в привычную дугу, Анна применяет запатентованный метод прямого обучения мозга. В основе — последние достижения нейрофизиологии и труды ученых Калифорнийского университета (в США, к слову, их применяют для решения серьезных проблем со скелетом). Если коротко, ученые поняли, что в одной из зон мозга записан «образ тела»: какое пространство тело занимает и как движется. Мозгу проще использовать уже существующие нейронные связи, отвечающие за привычное положение тела. Решение — перехитрить мозг и «перезаписать» образ тела. В результате мозг начинает посылать новые команды мышцам и связкам, и скелет (в нашем случае позвоночник) постепенно выравнивается навсегда. Процесс «перезаписи программы» не менее интересен, чем результат. В Wu Ming Dao, например, для этого используют серию несложных приемов и 3D-ролик, в котором созданный силами компьютерщиков человек с идеальной спиной совершает серию идеально правильных движений. Теперь выделяю на упражнения и видео 15 минут по вечерам, перед серией «Игры престолов», и надеюсь в скором времени получить королевскую осанку, скажем, как Серсеи Ланнистер. ☐

ЭДУАРД МЕРКЕР

пластический хирург

- ПРАКТИКА В ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ 24 ГОДА
- БОЛЕЕ 9 000 УСПЕШНО ПРОВЕДЕННЫХ ОПЕРАЦИЙ
- ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АВТОРСКИХ МЕТОДИК
- ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫЙ ЧЛЕН ОБЩЕСТВА ПЛАСТИЧЕСКИХ, РЕКОНСТРУКТИВНЫХ И ЭСТЕТИЧЕСКИХ ХИРУРГОВ РОССИИ
- ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫЙ ЧЛЕН ОБЩЕСТВА ПЛАСТИЧЕСКИХ ХИРУРГОВ ГЕРМАНИИ «INTERPLAST»
- ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫЙ ЧЛЕН АССОЦИАЦИИ ЭНДОСКОПИЧЕСКИХ ХИРУРГОВ РОССИИ

Лифтинг-массаж, во время которого двигают кости черепа, вода, насыщенная водородом, детокс-капсула, заменяющая 20-километровую пробежку, и другие разработки для вечной молодости из страны долгожителей.

Текст: Марина Дивич

Красота ПО-ЯПОНСКИ



Все еще считаете, что японская бьюти-индустрия — это только про шампуни на основе шелка и коллагеновые напитки? А зря. В лабораториях Токио разрабатывают средства, которые изменят ваше тело раз и навсегда. Понемногу эти инновации завоевывают Запад, а начать решили, разумеется, с России. В этом году в России появилось сразу несколько японских бьюти-новшеств, про которые так и хочется сказать — из будущего.

ДО КОСТЕЙ

На массаж коруги токийские селебритиз записываются за 3–4 месяца: график у главного специалиста Японии по коруги, врача-косметолога японского бренда Relent Сато Эмико. Коруги — редкая и дорогая даже для Японии процедура, во время которой косметолог воздействует не на мышцы и не на кожу, а на кости черепа. Говорят, эффект того стоит: если после обычного лифтинг-массажа вы ходите с подтянутым лицом около пяти дней, то после сеанса коруги — целый месяц. И все же — двигать кости черепа даже ради того, чтобы сбросить лет пять?.. «С возрастом прежнее положение теряют не только мышцы и кожа лица, но и кости черепа — в этом первопричина всех изменений», — объясняет **Екатерина Третьякова, врач-косметолог спа-бутика Sante de la Russe**. В Sante de la Russe недавно прини-

MASTERFILE/ASTNEWS

РекоСМА[®]

РЕАЛЬНОЕ ЛАЗЕРНОЕ ОМОЛОЖЕНИЕ

Что такое РекоСМА?
Уникальная технология лазерного омоложения.

Как это работает?
Лазер воздействует на клетки подкожных тканей, «пробуждая» и активизируя их. Кожа не нагревается и не повреждается.

Каков результат?

- Кожа обновляется и подтягивается.
- Возвращается упругость и эластичность.
- Разглаживаются глубокие морщины, в том числе носогубные складки.
- Овал лица становится четким.

ЭФФЕКТИВНО **БЕЗ БОЛИ** **БЕЗ ОПЕРАЦИИ**

Поч № 00-70-01-000004, от 05.10.2011 **WWW.LINLINE.RU**
проспект Ленина, 113 ☎ (3822) 28-35-35

ЛИНЛАЙН
СЕТЬ КЛИНИК ЛАЗЕРНОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

® РЕКОСМА. Знак обслуживания, образован на сочетании элементов: «реко» (реконструкция) и «сма» (смайл, улыбка), косметологические, омолаживающие, восстанавливающие, в аббревиатуре СМА (смайл-омоложивающая) (СМА (смайл-омоложивающая) и лечение) — знак, пространственно подображенный аббревиатуре РЕКОСМА (реконструкция омолаживающая) на аппаратах МУЛЬТИЛАЗЕР с использованием уменьшенных настроек (уменьшение испускания), разработанных индивидуально для каждого пациента Сана-Клиника «ГРИПЛАЙН».

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА**

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

мали Сато Эмико, которая проводила первый этап обучения косметологов сложной технике массажа. Коруги пока не внесли в меню салона, но надеются сделать это в ближайшем будущем — первыми в Москве: в России технику коруги пока вообще не применяют.

Итак, о костях. Оказывается, со временем между костями черепа накапливаются шлаки. Мы привыкли думать, что кости черепа подвижны лишь у младенцев, но это не так — о чем хорошо известно, например, остеопатам. Они работают с костями черепа, объясняя, что череп — это множество гибко соединенных между собой костных фрагментов, которые могут смещаться — конечно, на доли миллиметра, но и это имеет значение. Как оказалось, не только для остеопатов, но и для косметологов. Спецы по красоте сообщают, что из-за накопления шлаков кости черепа расходятся — пусть едва заметно, но этого хватает, чтобы овал лица изменился. Массаж коруги как раз призван оздоровить костный каркас,

ВОДОРОДНАЯ БОМБА

Еще одна японская водородная разработка, недавно появившаяся в Москве, — водород в таблетках **Mitate**: их бросают в воду во время мытья головы. Хлор, который содержится в водопроводной воде, вступает в химические реакции, вымывая протеины из волос. Водородные таблетки сводят действие хлора на нет, не лишая воду (в отличие от фильтров) полезных веществ. Волосы после такого мытья выглядят более здоровыми, сильными и блестящими. А еще таблетки дают приятную газированную пену.

вернув его в «молодое» состояние. «Во время массажа кости черепа оказываются поставлены в свое первоначальное положение, — говорит Екатерина Тресько. — Это возвращает лицу рельеф. Мы говорим, что лицо «уменьшается». Причем оно не просто выглядит более подтянутым, как после обычного лифтинг-массажа, а на самом деле меняется физически, отчего выглядит более молодым».

Изначально техника коруги появилась в Корее, но корейский вариант коруги настолько болезненный, что немногие способны выдержать процедуру до конца, а тем более повторить ее. Сато Эмико хотя и обучалась в Корее, владеет японским вариантом коруги: он мягкий, безболезненный, но не менее эффективный. Именно этот массаж с легкой руки Сато был внедрен в токийских салонах Relent.

Чего ожидать после сеанса массажа — который, к слову, состоит из 44 этапов и длится два часа? С помощью коруги можно увеличить или уменьшить лоб, поднять скулы (и убрать тем самым носогубные складки), улучшить форму подбородка (и подтянуть нижнюю часть овала лица), поднять кости глазниц (увеличить глаза, уменьшить отечность век). А воздействие на кости нижней челюсти может после курса массажа визуально уменьшить лицо на 20%. Впрочем, многие эффекты коруги видны сразу: например, работа с височными костями моментально поднимает брови, открывает и подтягивает

Фарфоровый сервис

Светлая и ровная фарфоровая кожа — главный бьюти-фетиш японок, и косметические концерны приходят им на помощь.

- В антивозрастной линии **Sensai Cellular Performance** (1) появилась ночная маска **Extra Intensive**: она восстанавливает энергию в клетках эпидермиса, имеет приятный аромат и легкую текстуру вуали.
- Пилинг-скатка **Exfoliation Lite** — звездное средство **Wamiles** (2). Гель без абразивных компонентов деликатно удаляет омертвевшие клетки и загрязнения. В составе — глубоководная морская вода и экстракты морских солей и растений.
- Бестселлер **Pola** — биоактивный омолаживающий крем В.А. (3), который восстанавливает поврежденные волокна коллагена, а также выводит вредные вещества, образующиеся в результате воздействия глюкозы на коллаген.
- Сыворотка **Relent La Cerarl Doreor Runny** (4) с экстрактами лекарственных трав восстанавливает уставшую кожу, улучшает цвет лица, делает его сияющим и полупрозрачным. Дистрибьютор в России — Royal Cosmetics. Используется во время ритуала коруги.



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ПОЧУВСТВУЙТЕ РАЗНИЦУ

с **LYCON**
precision waxing™

Эксклюзивно
в салоне коррекции
фигуры и SPA
«VIP-Триумф»

- ✓ Только приятные ощущения от эпиляции благодаря **особому составу восков** и применению **уникального защитного масла**
- ✓ **Индивидуальный подбор воска** для каждого типа кожи и волос
- ✓ Удаление даже самых упрямых волосков длиной **от 1 мм!**
- ✓ Эффект от эпиляции длится **до 8 недель!**

КТО ЛЮБИТ LYCON...

Виктория Бекхэм
Сиенна Миллер
Минни Драйвер
Эмили Блант... и многие другие



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



COLOUR
YOUR
LIFE
WITH
LYCON
precision waxing™

веки. Словом, остается надеяться, что косметологи Sante de la Russe скоро сдадут экзамен Сато-сан — и смогут заняться скуловыми и височными костями москвичек.

ЖИВАЯ ВОДА

«Я часто бываю в Токио и Киото и могу сказать, что Япония впереди планеты всей по созданию anti-age технологий. Это страна с самым большим



Аппарат Enhel Water

ВОДОРОДНАЯ вода оказывает на организм действие, похожее на действие **ЖИВОЙ ВОДЫ** из сказок. Водород — **СИЛЬНЫЙ** антиоксидант — **ЗАЩИЩАЕТ** саму **ДНК** клетки от свободных радикалов.

количеством долгожителей, и одна из основных причин — японские технологии оздоровления организма», — говорит **Юлия Богданова, президент компании Enhel**. Она недавно привезла в Россию прибор для получения водородной воды «Энхель» (Enhel Water): «В Японии сейчас бум водородной воды», — говорит она. Кажется, похожее увлечение охватывает и Россию: аппараты для получения водородной воды уже поставили в клубах World Class, клиниках и салонах красоты, среди которых, например, «Медси» и «Пятый элемент».

История того, как вода с двойным обогащением водородом покорила Японию, началась в 2007 году. Ученые обнаружили, что водород — это сильный антиоксидант. Попадая в организм, он тут же обезвреживает свободные радикалы так называемого токсичного кислорода: они образуются в организме под действием самых разных вредных факторов и атакуют здоровые клетки, отбирая у них атомы водорода и таким образом их разрушая. Водород приходит на помощь, соединяясь с этими радикалами и превращая их в обычные молекулы воды. Самый надежный поставщик водорода в организм — водородная вода. Эксперименты показали: водородная вода имеет на организм если не точно такое же дей-

этого процесса выделяется вещество — маркер окислительного стресса, уровень которого можно измерить. Так вот тесты показали, что с водой Enhel окислительный стресс — а значит, и повреждение ДНК клеток — на 20% ниже. Вообще, файл с описанием эффектов водородной воды, даже адаптированный для журналистов, содержит не один десяток страниц. Если коротко, то самым важным ученые считают повышение качества жизни: у участников эксперимента снизился уровень сахара и холестерина, да что там — даже показатели вирусов в крови пошли вниз; астронавты, согласно тестам, получали меньший урон от космической радиации, а страдающие атопическим дерматитом достигали стойкой ремиссии.

Словом, в 2010 году по заказу медицинских учреждений Японии был создан аппарат «Энхель» с эффективным двойным обогащением воды водородом.

Самое важное в процессе работы аппарата — это обогащение до терапевтической концентрации 1,1ppm и дополнительное закачивание водорода в газообразном виде (концентрацию можно замерить специальным прибором). Ученые доказали, что меньшая концентрация неэффективна для

ствии, как живая вода из сказок, то очень похожее. «Японцы декларируют, что водородная вода защищает все клетки организма от разрушения», — говорит Юлия Богданова. Водород защищает саму ДНК клетки от свободных радикалов. При любом стрессе, будь то интенсивная физическая нагрузка или рабочий цейтнот, в организме появляются в больших количествах активные формы кислорода, которые атакуют ДНК клетки. Во время

МОЛОКО ДЛЯ КЛЕТОК

Препарат «Лаеннек» известен в России давно — благодаря основательнице клиники RHANA Екатерине Дибровой, которая привезла препарат в Москву. По словам Екатерины, в Японии инъекции гидролизата плаценты человека «Лаеннек» полностью одобрены официальной медициной и входят в программу медицинского страхования. «Лаеннек» применяется для снятия стресса, улучшения мозгового кровообращения, регенерации клеток печени, — в общем, всего того, что входит в понятие «долголетие». Впрочем, препарату под силу решать и более конкретные задачи: фармакопунктура (подкожные инъекции по точкам рефлексотерапии) с «Лаеннек» используется в акушерстве и для устранения половой дисфункции. Секрет в том, что препарат содержит факторы роста, которые, попадая в организм, находят все неполадки и заново настраивают работу биохимических систем. В Японии «Лаеннек» называют «молоко для клеток» — и, кажется, не зря.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

оздоровления и омоложения организма. Сегодня аппараты «Энхель» используются в реабилитационных целях в клиниках и больницах, во время процедур в салонах красоты, а в спортивных клубах на водородную воду можно приобрести абонемент.

ВНУТРЕННИЕ ВИБРАЦИИ

А еще японцы придумали, как похудеть на несколько килограммов и вывести из организма вредные вещества без спорта и бань. Сделать это помогает детокс-капсула **Iyashi Dome**, испускающая лучи той длины инфракрасного спектра, которые испускаются и человеческим организмом (за что называются «лучами жизни»). В результате совпадения волн возникает эффект внутренней вибрации, который запускает каскад биохимических процессов. Сеанс в капсуле вызывает такой же эффект, как бег на марафонские дистанции — от 20 киломе-



Детокс-капсула Iyashi Dome

тров. Только при таких нагрузках организм начинает отдавать все, от чего мы так стремимся избавиться. Выходят накопленные тяжелые металлы (ртуть, кадмий, свинец), продукты обмена (соли, аммиак, креатинин, мочевая кислота и мочевина) и активный кислород (да-да, снова он). Курс сеансов — и анализы как у физкультурника гарантированы. И конечно же, происходит такое желаемое расщепление жиров, — этот процесс продолжается и после сеанса, так как тело, освобождаясь от тяжелых металлов и токсинов, перестраивает метаболизм на более интенсивный уровень. Был проведен эксперимент: группа добровольцев после 16 сеансов в капсуле (в течение двух месяцев) похудела на 3–6 килограммов, не меняя рациона питания. Конечно, и здесь не обходится без маленького научного чуда: вместо металлического излучателя в капсуле стоит органический, карбоновый, на основе черного угля, что усиливает интенсивность вибраций в два раза. **Мария Сонина, управляющий директор FiveSPA** (где можно испытать Iyashi Dome в деле), говорит, что после курса из восьми процедур не только чувствуешь себя лучше и теряешь килограммы, кожа тоже становится более упругой и увлажненной. А главное, сеансы в капсуле не имеют противопоказаний и подходят даже тем, кому марафоны и банные процедуры запретил врач. ♡

Чистовье

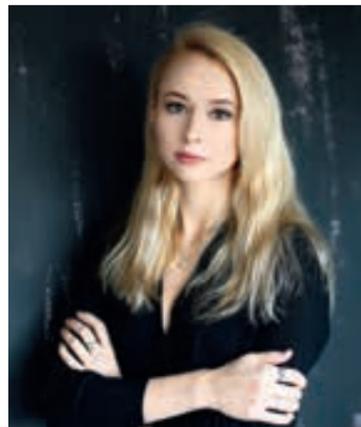
качество в чистом виде



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

ОДНА НЕДЕЛЯ В СОЛЕРНО



МАРИЯ БЫСТРОВА
ассистент редакции

После новогодних праздников я решила заняться спортом и привести себя в ту форму, о которой давно мечтала, а конкретнее — увеличить мышечную массу! По совету друзей решила остановить свой выбор на **Wellness club «Солерно»**. На основании своего предыдущего опыта занятий фитнесом, решила, что начать мне следует с тренажерного зала. Я нашла себе замечательного тренера для персональных тренировок — **Игоря Чернова**, которому рассказала о том, чего хочу добиться от занятий с ним, озвучила все свои пожелания. Игорь составил для меня **особую программу тренировок** на увеличение мышечной массы и придание мышцам рельефа. Нам удалось понять и услышать друг друга: занимаясь, я не испытываю ни психологического, ни физического дискомфорта и понимаю, что результаты не заставят себя ждать. Занятия проводятся три раза в неделю. Мне очень понравилось отношение к клиентам в «Фитнес-Солерно», где к каждому человеку пытаются найти индивидуальный подход.



Тренажерный зал

Систематические силовые тренировки позволят всегда быть в отличной физической форме, приобрести правильную осанку, увеличить двигательную активность, улучшить обменные процессы, усилить сжигание калорий, нормализовать массу тела. Кроме этого стабилизируется артериальное давление, сокращается риск развития остеопороза, гипотонии, травматизма.



Индивидуальные занятия

В тренажерном зале можно проводить индивидуальные занятия с инструктором с учетом физиологических особенностей организма и личных пожеланий. Благодаря индивидуальному подходу к тренировочному процессу осуществляется контроль техники и правильного дыхания при выполнении упражнений, обеспечивается высокая эффективность, безопасность и максимальная польза тренировок.



Stretching

Тренировка для растягивания мышц, связок и сухожилий. Растяжка мышц ног — один из основных элементов данной дисциплины. Занятия прекрасно тренируют мышцы шеи, спины, рук и всей верхней части тела. Регулярные упражнения не дадут вашим мышцам и суставам утратить подвижность и будут способствовать быстрому снятию напряжения и восстановлению сил.



Step

Аэробная тренировка с использованием степ-платформы направлена на улучшение работы сердечно-сосудистой и дыхательной систем, снижение веса, повышение выносливости, улучшение координации, работоспособности и стабилизации здоровья. Простая хореография и несложные комбинации оказывают положительное влияние на нервную систему, излечивают депрессию.



ТАТЬЯНА САМОЧЕРНОВА
Домохозяйка

Отправляясь после Нового года в фитнес клуб «Солерно», я имела перед собой четко поставленную цель: улучшить состояние суставов и их подвижность, увеличить эластичность мышц ног, да и просто поддержать свою форму после праздника. Выбрала я **Wellness club «Солерно»**, так как там есть все, что мне нужно: бассейн, сауна, разнообразные групповые тренировки, поклонницей которых я являюсь. На ресепшене внимательная девушка-администратор подробно рассказала обо всех вариантах занятий, которые могли бы быть мне интересны, провела экскурсию по всему клубу — такое душевное и теплое отношение к клиентам на самом деле очень «зацепило». В итоге свой выбор я остановила на тренировках с **Натальей Плужниковой**, к.м.с. по художественной гимнастике. Занятия проводятся три раза в неделю: два на растяжку и одно — **step-аэробика**. Теперь я знаю, в «Солерно» для каждого найдется то, что ему нужно!



**Wellness club «Солерно» —
ваш фитнес в центре города!**

пер. 1905 г., 8/1,
тел.: 51-70-01
www.solerno.ru



ЗВЕЗДНЫЕ ВОИНЫ

СИЛЫ СВЕТА И СИЛЫ ТЬМЫ НА СЛУЖБЕ У КРАСОТЫ

1 ХОЛОДНЫЙ ЛИПОЛАЗЕР

В определении «локальные жировые отложения» есть своя доля позитива: локальные, значит, кое-где. Но эти кое-где, неожиданно возникающие на животе, спине, ягодицах, бедрах, способны испортить настроение и лишит уверенности в себе. И ладно бы они оставались в виде маленьких жировых складочек, так нет — они имеют обыкновение увеличиваться в размере,

пропорционально увеличивая наше недовольство собой. Минувя первый из главных русских вопросов «кто виноват?», обратимся сразу ко второму — «что делать?»

Помощь окажет липолитический, или «холодный» лазер. Длина излучаемой им световой волны специально настроена на β-рецепторы жировой клетки, которые отвечают за накопление жира. Под воздействием излучения β-рецепторы активизируют фермент липазу, запускающий процесс расщепления жира. Жир начинает устраниваться

силами самого организма. По окончании 20-минутной процедуры из клеток выводится до 95% расщепленного жира. Действию «холодного лазера» доступны области живота, спины, боков и такие обычно сложные зоны, как бедра и руки. При этом исключена вероятность термического ожога. Процедура осуществляется на аппарате STS завода медицинской техники Sorisa, и это единственная подобная процедура, официально сертифицированная в России на данный момент.

Сибирская медицинская группа,
ул. Белинского, 20 а, тел. 433-833



СИБИРСКАЯ
МЕДИЦИНСКАЯ
ГРУППА



2 НОЧНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ

Умное решение для тех, кто не успевает регулярно делать курс пилинга в салоне: ночной обновляющий крем-пилинг Academie. Благодаря особому комплексу кислот (гликолевая, молочная, салициловая, азелаиновая), этот ночной уход заставляет клетки нашей кожи активно обновляться, пока мы спим. Дополнительно работает укрепляющий комплекс и витамин E. Полезная привычка ухаживать за собой на ночь уже через месяц обеспечит вам свежий цвет лица, сияние кожи, более четкий овал лица и отличное весеннее настроение!

Спрашивайте в салонах города



3 НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ СВЕТОВЫХ МЕТОДИК

Высокие стандарты израильских медицинских методик признаны во всем мире. Это в полной мере относится и к новому аппарату лазерных и световых технологий FORMA. Доказанная эффективность и безопасность программ удаления нежелательной пигментации, сосудистой сеточки, решение проблем акне и широкие возможности омолаживающих программ признаны мировым профессиональным сообществом. Новый шаг вперед: благодаря специальным ультракоротким импульсам, процедуры стали более комфортными и безболезненными.

Медицинский Центр «Генелли»,
ул. Алтайская, 24, тел. 21-21-20, www.genelli.ru



Фото до и после одной процедуры



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



МАЛЕНЬКОЕ ЧЕРНОЕ ПЛАТЬЕ СТАЛО СЛИШКОМ МАЛЕНЬКИМ?

до **-80 см**
за **1 процедуру**

НОВАЯ ПРОЦЕДУРА Т-SHOCK

Клиника современной косметологии «Medical G»
Томск, ул. Советская, д. 68, тел.: 22-95-65

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

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

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

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

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

Beauty-тренды 2016

Новый сезон всегда приносит свежие тенденции в каждую сферу: наука и инновации, бизнес и технологии. И конечно, мода и красота — не исключение. Миллионы девушек во всем мире с трепетом следят за модными новостями, желая оставаться стильными, ухоженными и, несомненно, прекрасными, чтобы достойно встретить весну.

Какие beauty-тренды приготовил нам наступивший год, какие инновации в сфере красоты и ухода за собой уже появились в модной индустрии — об этом мы решили поговорить с экспертами Центра моды и красоты «Подружка невесты».

Тренд №1. Здоровые волосы от Kerastase

В 2016 году блестящие, сияющие и наполненные силой волосы станут одним из главных трендов. Следуя этому, эксперты центра «Подружка невесты» предлагают уникальный инновационный ритуал от **Kerastase — Therapiste** (Терапист).

— В Kerastase все линейки по уходу за волосами являются роскошными ритуалами красоты, — рассказывает амбассадор Kerastase Юлиана Беклемешева, парикмахер-стилист Центра красоты «Подружка невесты». — Therapiste является наиболее эффективной процедурой, которая помогает волосам победить ломкость. Ритуал восстановления идеально подходит тем, кто часто красит волосы, а также тем, у кого от природы они непослушны. Специальные вещества, входящие в состав витаминного бустера, заполняют волос изнутри, разглаживают его и великолепно питают.

Therapiste — это та процедура, которую невозможно описать: ее нужно просто



THERAPISTE — это та процедура, которую **НЕВОЗМОЖНО** описать: ее нужно просто **ИСПЫТАТЬ** на себе

испытать на себе, но это действительно целое действо во имя красоты и здоровья ваших волос. Сначала вас ждет шампунь-ванна и релаксирующий массаж с ароматом дорогого французского парфюма, затем на волосы наносится специальный активный концентрат и витаминный бустер, которые с помощью теплового воздействия «запечатываются» внутри волоса. Завершается ритуал легкой укладкой. Эффект от Therapiste сохраняется около месяца, продлить действие можно продукцией из «домашней» линейки, которую подберет вам мастер «Подружки невесты».

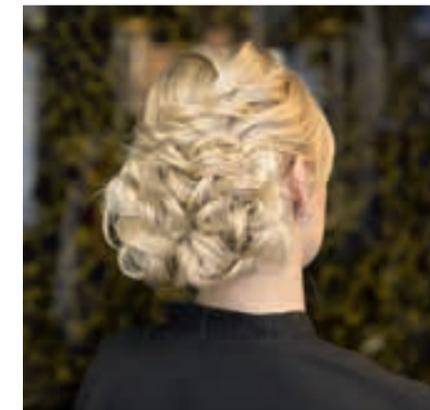
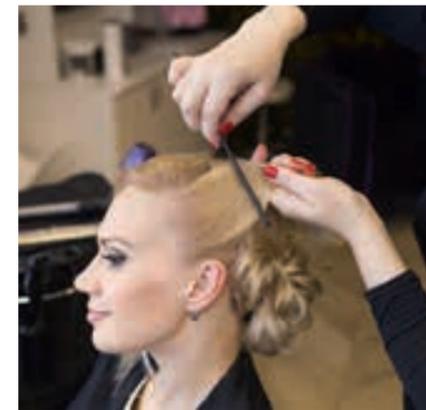
Тренд №2. Объемные косы и прически на их основе

Еще один тренд 2016 года — 3D-косы. Косоплетение в последние

годы приобрело большую популярность: по всей видимости, «наигравшись» с обычными косами, парикмахеры-стилисты перешли к объемным прическам.

— Косы — это всегда невероятно красиво, — рассказывает Наталия Вторушина, парикмахер-стилист Центра красоты «Подружка невесты». — Как бестселлеры на подиумах, они переходят из сезона в сезон, придают нам индивидуальность и раскрывают женственность. Косы могут быть как самостоятельной прической, так и элементом укладки: а на следующий день после плетения, распуская волосы, вы получаете естественные волны.

Объемная коса «просматривается» со всех сторон и идет абсолютно каждой: весь секрет в том, что ее нужно верно подобрать, исходя из особенностей внешности клиента, типа лица и,



ОБЪЕМНАЯ КОСА «просматривается» со всех сторон и **ИДЕТ** абсолютно **КАЖДОЙ**: весь секрет в том, что ее нужно **ВЕРНО ПОДОБРАТЬ**

конечно, образа в целом. Словом, курс на женственность!

Тренд №3. Объемная ручная роспись на ногтях

Лариса Слабович — специалист по маникюру и педикюру Центра красоты «Подружка невесты», ученица всемирно известной леди №1 в nail-индустрии Джессики Вартухян, основательницы марки Jessica.

— В 2016 году особо актуальна объемная художественная роспись на ногтях, причем с использованием необычных материалов, — рассказывает Лариса Слабович. — Это не та роспись, которую вы видели прежде: это худо-

жественные акценты на одном-двух ноготках, который оживляют любой маникюр и дополняют ваш образ. Мы проводим его с помощью гелевых красок Empipasta, которые не наносят вреда здоровью ногтевой пластины и долго держатся.

Впереди у нас целый год: хочется верить, что за этот период вам удастся найти время, которое вы сможете посвятить только самим себе, ведь такие моменты бесценны. Доверьтесь в эти минуты рукам настоящих профессионалов Центра красоты «Подружка невесты», прислушайтесь к актуальным трендам индустрии красоты — и получите не только блестящий результат, но и невероятное удовольствие!



**Подружка
Невесты**
ЦЕНТР КРАСОТЫ

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

instagram, vkontakte, facebook: topnevesta

Посмотрите, как мы работаем: «Уроки стиля и красоты от «Подружки Невесты» на YouTube»

Этот вопрос был задан нами Ирине Павловне Аксененко, кандидату медицинских наук, врачу-дерматологу, косметологу с 20-летним стажем, директору Клиники эстетической медицины «Cher ami».



Ирина Аксененко

Что нового в косметологии?

Но, как оказалось, ответ на него интересуют не только нас. Именно об этом чаще всего спрашивают Ирину Павловну и пациенты, приходящие на прием в клинику, и косметологи на обучающих семинарах.

— Вот уже более 3 лет я совмещаю работу в Томске и Москве: полмесяца в своей томской клинике, полмесяца в столице, где провожу обучения, мастер-классы, принимаю участие в конгрессах. Скоростной московский ритм вынуждает быть на «гребне событий», осваивать самые современные методики омоложения. Мои московские коллеги своим многолетним опытом и замечательными отсроченными результатами своих процедур убедили меня

приобрести современные американские системы: лазерный аппарат Фраксель, который еще называют «бриллиантовым», ультразвуковой лифтинг «Альтера», взять на вооружение самые эффективные и безопасные пилинги. На подходе — еще одна уникальная для нашего региона система. Самые «продвинутые» клиенты «Cher ami» уже получили эти высокоэффективные процедуры и единодушно отметили их прекрасные результаты!

Такие интенсивные и действенные методики идеально подходят тем, кто не хочет оперироваться или по каким-то причинам не готов получать «инъекции красоты». Совсем недавно мы внедрили в клинику новейшие замечательные нанопилинги от Promoitalia, которые,

не повреждая верхний, аккуратно «проваливаются» в средний слой кожи, что даст отличный редуцирующий, омолаживающий эффект. При этом пациент не «выпадает» из рабочего ритма, а обновление кожи проходит не агрессивно, давая необходимый эффект именно на нужном слое кожи.

— Если суммировать все современные тенденции, какие из них наиболее востребованы?

— К счастью, большинство пациентов осознали актуальность и необходимость постоянного системного наблюдения в клинике у своего врача-косметолога, который обеспечивает диспансерное ведение пациентов по его индивидуальной программе омоложения с учетом многих факторов. Сейчас все меньше становится пациентов-«бегунов», неудачливых экспериментаторов, которые одну процедуру делают у одних врачей, другую — у других. При этом они часто не знают, что за препараты им вводятся, когда следует повторять процедуры, с чем они совместимы, а с чем нет. В клинике, где ведется амбулаторная карта, учитываются все этапы и препараты, вовремя назначаются будущие курсы лечения и коррекции эстетических дефектов.



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

«CHER AMI» В ЦИФРАХ

- Более 7 000 постоянных клиентов.
- Более 20 мастер-классов и обучений проходит ежегодно на базе клиники. Часто на них приглашаются известные московские косметологи.
- Более 3 000 процедур контурной пластики и более 3 500 процедур ботулинотерапии проводится ежегодно докторами «Cher ami».
- Около 1 000 процедур в год по лечению бородавок, папиллом, удалению невусов с гистоконтролем.
- Более 100 пациентов клиники получили процедуру альтератерапии (причем, у мужчин эффект более выраженный и длительный!).
- Более 15% клиентов «Cher ami» — мужчины.
- Клиника единственная в городе аккредитована на применение и обучение профессиональной космецевтики Sothys (Франция).
- Доктора «Cher ami» в полном составе обучены и сертифицированы по контурной пластике и ботулинотерапии, альтератерапии, лазерным методикам.



— Сегодня в косметологии часто встречается выражение «квартет молодости». Что оно означает?

— Так называются самые эффективные методики омоложения, которыми на данный момент являются: ботулинотерапия, контурная пластика, плазмолифтинг и пилинги. Но к ним нужно отнести и современные аппаратные методики с выраженным эффектом подтяжки кожи. Именно такое сочетание позволит длительное время поддерживать молодость кожи. На самом деле любые маски и массажи после 40-45 лет дают минимальный эффект: мало влияют на морщины, не ослабляют «провисание» овала лица и не восполняют утраченных объемов. Это сказочный миф, что можно ничего не делать, наносить маску из огурцов или что-то в этом роде, и выглядеть в 60 на 30. Так не

После процедуры нанопилинга от **PROMOITALIA** пациент не «выпадает» из рабочего ритма, а **ОБНОВЛЕНИЕ** кожи проходит не агрессивно, давая необходимый эффект именно на **НУЖНОМ** слое кожи.



бывает! Хотя, безусловно, генетические особенности имеют место быть. Другое дело, что не все могут себе позволить косметологические процедуры и не все специалисты владеют актуальными методиками омоложения. Ведь чаще всего остерегаются, боятся и ругают современные косметологические методы именно те специалисты, которые не владеют данными техниками.

Главное для врача — помочь пациенту гармонизировать свою внешность и при этом не лишиться его собственной индивидуальности. Пора штамповки одинаковых губ и инъекций ботокса по стандартным точкам прошла. Владение всеми прогрессивными методиками, постоянное обучение — без этого достичь результатов невозможно: сегодня это понимают и специалисты, и клиенты.

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.



КУПИТЕ МОЛОДОСТЬ

ВМЕСТО ОЧЕРЕДНОГО ПЛАТЬЯ

- Уникальная разработка
- Уникальный состав
- Уникальные результаты

Это новый шаг в современной инъекционной косметологии!
 Это инновационный подход к ревитализации кожи!
 Это передовые технологии в производстве!

Только плюсы для пациентов, применяющих биоревитализацию с препаратом **RENOVA REVITAL**

- + содержание в составе уникального пептида, применяющегося на коже вокруг глаз, благодаря чему **RENOVA REVITAL** можно использовать для устранения отеков, пигментации, морщин и «мешков под глазами»
- + содержание в составе пептида, способствующего лечению, устранению и профилактике пигментации любого происхождения, делает **RENOVA REVITAL** незаменимым в коррекции любых пигментных образований
- + содержание в составе четырех пептидов, способствующих синтезу качественного и жизнеспособного коллагена, делает ревитализант **RENOVA REVITAL** уникальным препаратом для коррекции и устранения возрастных проявлений – дряблости и избытка кожи.

Кроме того, в состав данного комплексного биоревитализанта входят антиоксиданты и увлажнители, что всегда благотворно сказывается на внешних показателях качества кожи.

Это ощущение комфорта, отсутствие стянутости и сухости, ощущение увлажненности, изменение цвета кожи, устранение серости, ощущение гладкости и ровности, изменение ее текстуры.

Инновации и достижения современной научной косметологии на страже красоты и здоровья кожи!!!

Запись на консультацию косметолога и на процедуру биоревитализации и реструктуризации:

Клиника эстетической косметологии «REVITAL»
 г. Томск, пр. Фрунзе, 88,
 тел. (3822) 225044

Центр косметологии и коррекции фигуры «Melagrano»
 г. Томск, пр. Фрунзе, 119е,
 тел. (3822) 245000

Центр красоты «Beauty Palace»
 г. Томск, Карла Маркса, 13,
 тел. (3822) 784085

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

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



RENOVA REVITAL – высокомолекулярная гиалуроновая кислота, обогащенная пептидами и аминокислотами
RENOVA REVITAL – уникальный ревитализант и реструктуризатор для коррекции всех признаков старения кожи

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



Лайф-коучинг

- порядок в мыслях и жизни за 2 часа
- семейная психотерапия

Восстановление молодого лица

- портретное сходство с молодым лицом
- эффект на годы
- без операции и реабилитации
- не имеет аналогов

Аппаратные и инъекционные методики премиального класса

- эффективное решение всех косметологических проблем
- LUXE-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

Элитная платформа VIP LINE

- уменьшение объемов до 12 см за 20 минут
- коррекция до 6 зон одновременно
- подтяжка груди до 15 см
- «бразильская попка»
- плоский живот

Эстетическая гинекология

- без операции
- быстрое восстановление после родов
- усиление оргазма
- увеличение чувствительности точки G
- гармонизация «зоны ИНЬ»

Склеротерапия

- удаление сосудистых звездочек без операции на ногах

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

Лайф-коучинг

Живи эффективнее (за 1 сеанс)

Восстановление молодого лица

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

Аппаратные и инъекционные методики премиального класса

Эффективное решение всех косметологических проблем:

- частого бритья
- повышенного потоотделения
- LUXE-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

Склеротерапия

- удаление сосудистых звездочек без операции на ногах

**ПОДАРОЧНЫЕ СЕРТИФИКАТЫ
НА ЛЮБУЮ СУММУ**

ИДЕАЛЕ

КЛИНИКА СОВРЕМЕННОЙ КОСМЕТОЛОГИИ И ДИЕТОЛОГИИ

Пока все предлагают попробовать —
мы гарантируем!



ВАША ВНЕШНОСТЬ — ЛУЧШИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ УСПЕХА!

пр. Ленина, 110, тел. 908-988, ideale70.ru

Весь мир в ваших глазах!

Хорошее зрение сегодня редкость. Согласно мировой статистике, у каждого шестого есть проблемы с глазами. Томичи — не исключение, поэтому число желающих попасть в Центр микрохирургии глаза «ТомОко» на диагностику и лечебные процедуры постоянно растет. Чтобы помочь максимальному количеству пациентов, в Центре решили, что необходимо открывать новые отделения.

— Уже в начале 2016 года пациенты смогут проходить лечение в филиале на Иркутском тракте, позже добавится отделение на Каштаке, и на этом в «ТомОко» останавливаться не собираются, будем продолжать искать максимально комфортные для всех варианты, — рассказывает директор Центра Лариса Ермакова. — По статистике каждый 11-й томич хотя бы раз обращался в наш Центр: у нас огромное количество прооперированных пациентов по поводу катаракты и восстановивших зрение с помощью лазерной коррекции Lasik. Мы уже больше года успешно применяем технологию «ортокератология» (ночные линзы), и она становится все более востребованной. Наш центр предоставляет максимально широкий спектр услуг в области офтальмологии.

Мы принимаем пациентов с первых

дней жизни, и верхнего возрастного предела тоже нет! Можно смело сказать, что мы сопровождаем молодую семью от момента ее создания. Наблюдаем мамочек во время беременности, осматриваем новорожденных — визит к специалисту теперь обязателен уже в первый месяц. И дальше мы следим за ними, помогаем, стараемся быть для них максимально полезными — это главное в нашей работе.

— Какие услуги можно будет получить в филиалах «ТомОко» и когда они начнут свою работу?

— Поскольку первым открывается лечебно-диагностическое отделение на Иркутском тракте, то могу сказать, что там будет идти диагностический прием и пациенты получат то же самое лечение, как и в Центре на Герцена. Речь идет не о хирургии, а о лечебных процедурах, многие из которых проходят курсами. Выбраться один раз к доктору в «ТомОко» несложно, мы расположены в центре города. Но ездить на лечение 10 дней или дольше для многих очень непросто, особенно если речь идет о маме и малыше. Лечение ведь должно быть комфортным и для жителей спальных районов. Разницы в организационных моментах между основным центром и отделениями не будет: услуги также будут доступны при оплате наличными и по терминалу. Не возникнет проблем у тех, кто работает с нами по ОМС и по добровольному медицинскому страхованию. Все те же условия лечения, которые мы предлагаем людям в «ТомОко», будут сохраняться и в новом филиале.

— Возможно ли в принципе избежать проблем со зрением, что для этого нужно делать?

— Ответ один: только профилактика поможет сохранить зрение или вовремя заметить намечающуюся проблему. Родителям стоит внимательно наблюдать за своим малышом, насторожиться, если, например, ребенок подносит книгу



ЛАРИСА ЕРМАКОВА,
директор Центра
микрохирургии глаза «ТомОко»

близко к глазам, подходя к телевизору, щурит глазки... Малыш сам не догадается о проблемах и научится воспринимать мир искаженным. Важно ограничивать общение детей с «гаджетами»: ребятишкам дошкольного возраста можно ими пользоваться не более 20 минут в день, в младших классах — 45 минут, причем в идеале это должен быть компьютер, а не планшет. Мудрые мамы развлекают своих детей иначе, без помощи электронных устройств — например, выбирают подвижные игры. И плановые осмотры никто не отменял — каждому здоровому малышу хотя бы раз в год надо посетить офтальмолога. Это же касается и взрослых, особенно тех, кто работает за компьютером (а сегодня к ним относится примерно 90% людей). Конечно, есть заболевания, которые будут прогрессировать вне зависимости от того, как мы относимся к своему зрению. Но в большинстве случаев наше зрение — это наша собственная культура. Основной слоган центра — «Весь мир в ваших глазах!». «ТомОко» постарается сохранить его максимально четким, ярким, насыщенным!



Центр микрохирургии глаза «ТомОко»,
ул. Герцена, 68, стр. 2,
тел.: 52-08-40, 52-07-43

ВСВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

HOME & Design*

АБСОЛЮТНОЕ СОВЕРШЕНСТВО

Natuzzi, крупнейшая компания мебели и аксессуаров класса люкс, наиболее знаменита великолепным набором качественных и комфортных диванов и кресел. Товарная линейка Natuzzi разбита на отдельные коллекции, которые наилучшим образом отвечают потребностям клиентов с точки зрения стиля, вариантов обивки и функциональности. За достижения в области мебельного дизайна основателем компании Паскуале Натuzzi, в минувшем году была присуждена премия «Italian Talent Award 2015». Natuzzi — идеальный пример абсолютного итальянского совершенства в индустрии интерьерного дизайна и философии комфортной жизни.

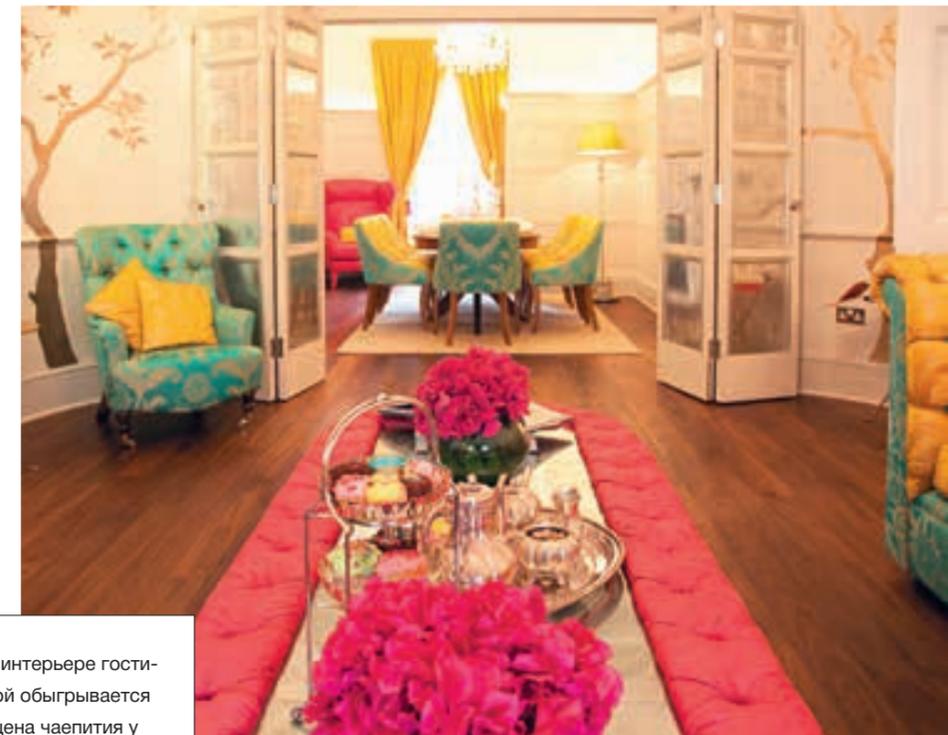


Официальный представитель бренда Natuzzi в Томске —
салон мебели и интерьерных решений «Маэстро»,
ул. Красноармейская, 18





РЕБЕККА ДЖЕЙМС,
дизайнер, арт-директор
студии Interior Desires



В интерьере гостиной обыгрывается сцена чаепития у Безумного Шляпника. Здесь всегда пять часов — время пить чай.

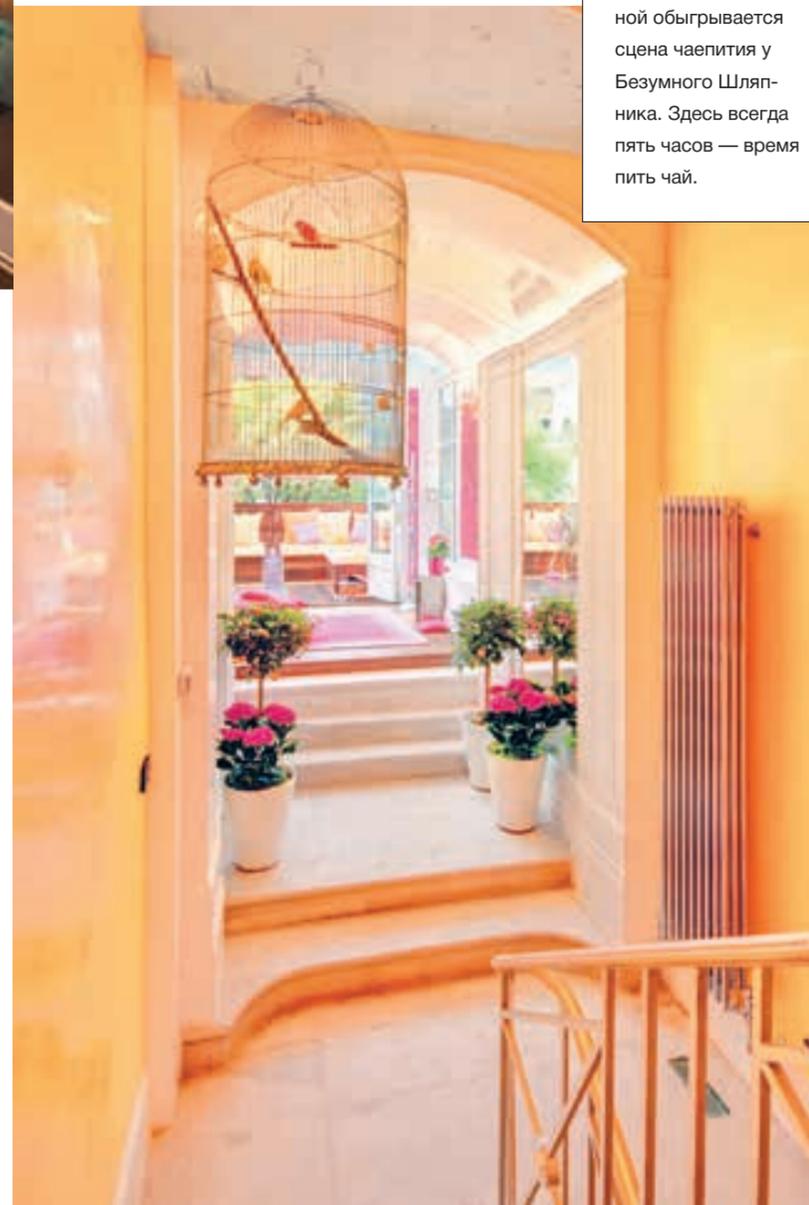
Следуй за Белым Кроликом

Сохранить исторический фасад лондонского особняка и создать невероятный, оригинальный и при этом близкий каждому из членов большой семьи интерьер — с этой непростой задачей блестяще справилась дизайнер Ребекка Джеймс. А на помощь ей пришел Льюис Кэрролл.

Текст: Павел Жаворонков

В окрестностях площади Монтегю в лондонском Вест-Энде сохранилось множество георгианских домов второй волны застройки. Это один из немногих типов исторической недвижимости в Англии, которые можно приобретать в частную собственность и подвергать реконструкции. Неизменным условием является сохранение исторического фасада в первоначальном виде, а внутри можно реализовать самые невероятные фантазии и замыслы владельцев.

Один из этих прекрасных памятников архитектуры приобрела семья выходцев из Индии. Домовладелец, его супруга и трое их детей-подростков, как и многие иностранцы, относительно недавно переселившиеся в Англию, с восхищением восприняли британские традиции и культуру. Однако у каждого члена семьи оказались собственные представления о подлинном английском стиле. Старшее поколение предпочитало «старую добрую классику», молодежь мечтала об интерьере в панк-стилистике 1970-х. После долгих



споров и обсуждений заказчики пригласили в качестве дизайнера и консультанта по архитектуре Ребекку Джеймс, арт-директора престижной студии Interior Desires.

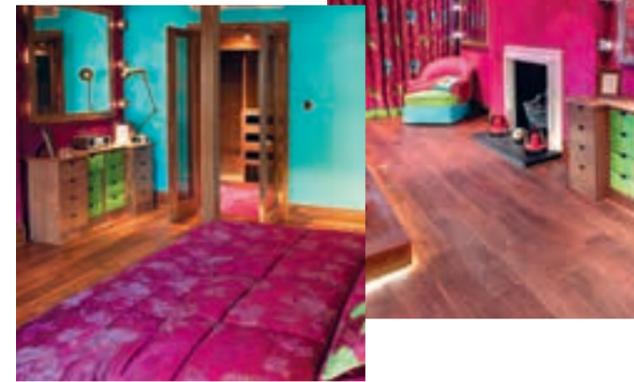
«Интерьер должен был отражать индивидуальность каждого члена семьи, — рассказывает дизайнер. — Все они очень любят традиционный английский стиль и современный дизайн, но точки зрения у них заметно расходятся. Они хотели, чтобы их дом был неповторимым, ярким и в то же время объединяющим всю семью». Ребекка провела настоящее исследование, вместе с заказчиками она посетила главные лондонские музеи, театры и картинные галереи. В результате выяснилось, что все члены семьи обожают «Алису в Стране чудес» Льюиса Кэрролла и считают эту абсурдистскую сказку истинным выражением британской культуры. Дизайнер решила оформить их дом в духе волшебного путешествия по фантастическому миру.



«Волшебные приключения начинаются сразу, как только вы входите в дом, — рассказывает Ребекка. — Вход чем-то напоминает кроличью нору. Дальше невероятные сочетания позитивных цветов сопровождают вас в каждом помещении. В некоторых комнатах эмоция, которую символизирует тот или иной цвет, доводится до абсурда, становится такой выразительной, что происходит «взрыв» зеленого, желтого, сиреневого...»

В интерьере нет прямых цитат — это было бы слишком грубо и банально, здесь допустимы лишь тонкие аллюзии на ситуации и персонажей и сказочная атмосфера мира Кэрролла. Например, центральная гостиная с подковообразным диваном создана по мотивам сцены безумного чаепития. Стены расписаны контурами деревьев из сада Безумного Шляпника, в стол вмонтированы карманные часы Мартовского Зайца, а вся мягкая мебель обита фетром, из которого в XIX веке

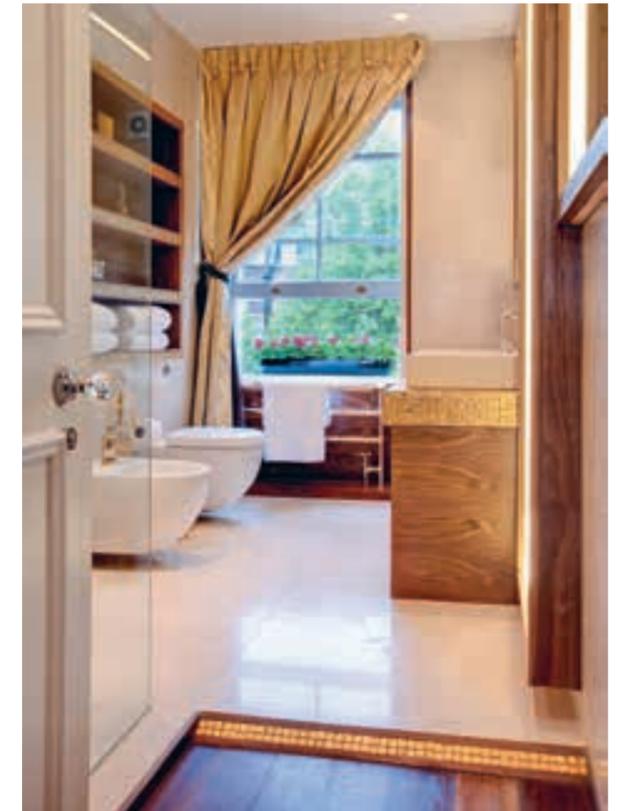
Настоящее ВОЛШЕБСТВО не сразу бросается в глаза. Ребекке Джеймс удалось ВСТРОИТЬ в здание XVIII века современный ЛИФТ, разбить на крыше САД С ВОДОЕМОМ, из которого во внутренний двор стекает водопад.



делали головные уборы. «Здесь всегда пять часов — время пить чай», — смеется автор проекта.

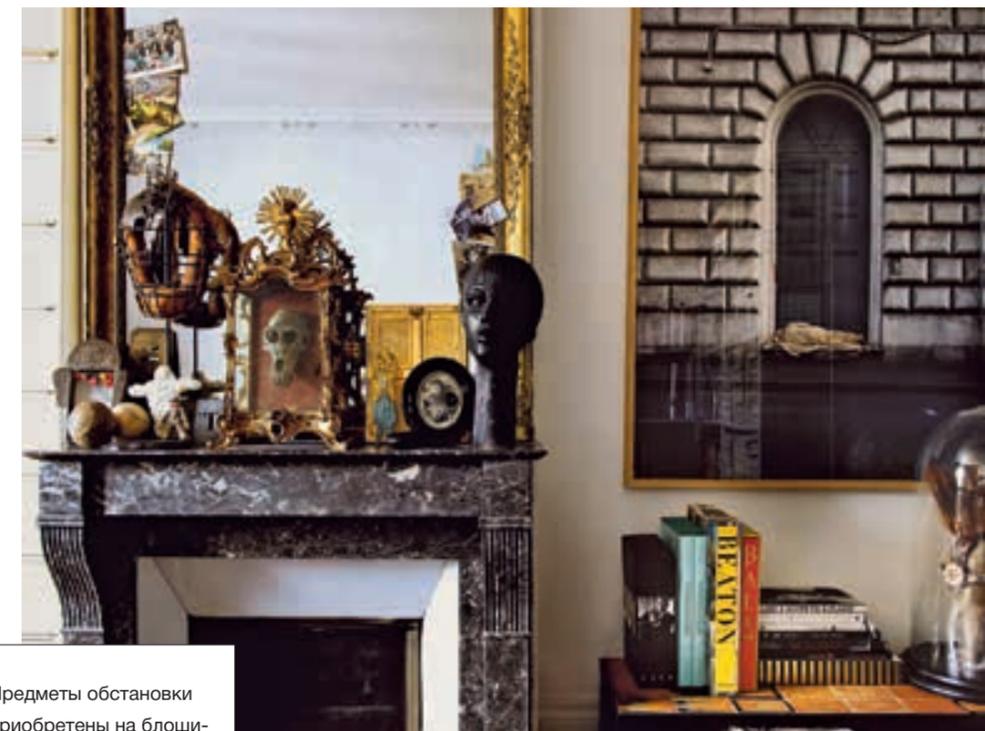
Смелая работа с яркими цветами и современными арт-объектами нисколько не противоречит бережному отношению заказчика и дизайнера к сохранившимся декоративным элементам исторического здания. Камин, лепнина, старинные двери с удовольствием принимают участие в игре, придуманной Ребеккой.

Настоящее волшебство в этом объекте не сразу бросается в глаза: специалистам Interior Desires удалось встроить в здание XVIII века современный лифт, разбить на крыше сад с водоемом, из которого во внутренний двор дома стекает водопад. При этом исторический георгианский фасад остался в неприкосновенности, а архитектурная ценность здания после реконструкции лишь возросла. ♡





САША УОЛКХОФ,
дизайнер



Предметы обстановки приобретены на блошиных рынках, в антикварных салонах и в галереях современного искусства либо созданы лично Сашей.

Где рождается мода

Дом знаменитого fashion-дизайнера — совсем не то место, где можно укрыться после рабочего дня и побыть обычным человеком. Творческий процесс не прекращается никогда, поэтому пространство должно служить источником вдохновения, выразить художественные взгляды и философию мастера.

Текст: Павел Жаворонков



Креативный директор модного бренда Christian Lacroix дизайнер Саша Уолкхоф купил престижную буржуазную квартиру в старинном доме, расположенном в IX округе Парижа, и перевернул в ней все с ног на голову. Теперь это отражение его творческой вселенной, где в первоначальном хаосе молниями проносятся гениальные идеи и образы. От первоначальной планировки не осталось и следа: каждое помещение предназначено одновременно и для сна, и для работы, и для ужина с заказчиками или вечеринки с друзьями. «Если классная идея вдруг придет мне на кухне, во время завтрака, я что, должен все бросить и бежать в кабинет?» — удивляется Саша. Поэтому здесь каждая комната >



— это и столовая, и спальня, и гостиная, и рабочая зона. На стенах практически нет пустого места, они плотно завешаны произведениями искусства, фотографиями, зеркалами, чучелами и книжными шкафами. В оформлении пространство дизайнер смешивает и сочетает то, что смешивать и сочетать никак нельзя. Хозяин коллекционирует антиквариат, керамику, винтажную мебель, рисунки Пикассо, Кокто, Шарлотты Перьен и арт-объекты Марселя Вандерса. В результате смешивания этих разрозненных предметов в едином пространстве возник яркий, живой, игровой интерьер. «Моя квартира — не шоу-рум и не собрание брендовых и именных вещей, а отражение моего альтер эго», — говорит Саша.



Девятый округ Парижа строился на болотистой почве, так что здание 1820 года немного «поплыло», а отделка стен и деревянные полы местами растрескались. Хозяину все нравится и так. «Это такой парижский шик...» — говорит он. Эти трещины и потертости действительно неплохо дополняют интерьер, в котором органично сочетаются пожелтевшие черепа, чучела зверей, выпрыгивающие из стен, античные скульптуры и шторы из маскировочной сетки. ♡



Каждое помещение **ПРЕДНАЗНАЧЕНО** одновременно и **ДЛЯ СНА**, и для работы, и **ДЛЯ УЖИНА** с заказчиками или **ВЕЧЕРИНКИ** с друзьями.





Вазы, подсвечники, картины, гобелены — эти благородные предметы обладают уникальной способностью расставлять необходимые акценты в интерьере: они могут и превосходно вписаться в уже имеющийся интерьер созвучного стиля, и сыграть на контрасте эпох и направлений, и придать оттенок статусности и аристократизма, или напротив, добавить света и легкости.

Многие привыкли к тому, что аксессуары служат всего лишь дополнением к основным предметам обстановки в доме,



Правильный акцент

Любой, даже самый идеальный дизайн помещения, словно полотно настоящего художника, нуждается в завершающем штрихе. Здесь, как никогда, будет уместно говорить об украшении дома дизайнерскими аксессуарами, наполненными объемом, жизнью, идеей, великолепием, красотой и индивидуальностью.



ЛАРИСА ВАСИЛЬЕВНА СЕЛИВАНОВА,
директор салона «Антураж»:

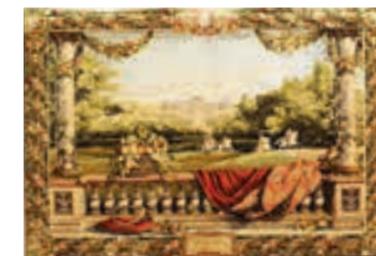
Мы всегда помним, что покупатели салона — это «мотор» нашей компании, который позволяет нам двигаться вперед, и за это мы бесконечно вам благодарны. Надеемся и дальше оправдывать ваше доверие, как делали это всегда, в течение многих лет. Со своей стороны мы продолжим прилагать все усилия, чтобы превратить ваши мечты в реальность, к каждому попытаемся найти индивидуальный подход, которого, без сомнения, заслуживают все, кто приходит в наш салон.

От себя лично и от имени всей команды «Антураж» желаю вам счастливого Нового года и Светлого Рождества! Спасибо вам за 2015 год!



но иногда оригинальная кофейная пара, ваза необычной формы или картина в стиле авангарда способны придать абсолютную завершенность дизайну любого помещения. Особенно стоит обратить внимание на такой модный тренд, как декорирование стен гобеленами: он идеально вписывается в классический стиль и негромко, но уверенно даст понять, что хозяева дома — люди с идеальным вкусом.

Самое важное при подборе аксессуаров — ориентироваться на качество, на гармоничное сочетание предметов со всей обстановкой и дизайном всего жилища. Лишь тогда интерьер сможет подарить удивительное чувство душевного комфорта и стать отражением вашего собственного «я».



Мебельный бутик
АНТУРАЖ

ул. Белинского, 29, тел. 557-700;
ул. Партизанская, 6, тел. 650-675

Черное и белое — извечные философские противоположности — в интерьере сочетаются неожиданно гармонично. Черные и белые детали, созданные современными дизайнерами, добавляют энергии и драматизма пространствам, оформленным в любых стилях.

Во власти контраста



1. Ковер Tiger, дизайнер Дино Марторелл, *Moustache*. 2. Дверная ручка, дизайнер Антонио Читтерио, матовая сталь, черная кожа, «Триумфальная Марка», www.gooddoor.ru. 3. Люстра Wgar Pendant, *Sko*. 4. Кожаное кресло Safira, www.koinor.ru. 5. Керамическая ваза, *Abhika*. 6. Комод из коллекции Trip Fifties, *Seletti*. 7. Интерьерная скульптура Guest, дизайнер Гuido Дело, *Gardeco*. 8. Стул Graph Femme, *Akrila*.

НОВЫЙ ПРОЕКТ

агентства недвижимости «Центр»

«ИПОТЕКА ПЛЮС НОВОСТРОЙКА»

Быстро. Объективно. Бесплатно.

**Подобрать оптимальный ипотечный кредит
+ Выбрать новостройку = БЕСПЛАТНО**

11 банков 10 застройщиков

Важная информация для всех желающих приобрести новое жилье: сейчас самое время для приобретения новостройки — огромный выбор квартир, государственных программ и акций застройщиков. Не упустите свой шанс, получите максимум выгоды!

Благодаря нашим долгосрочным партнерским отношениям с банками и застройщиками города вы можете выбрать квартиру в новостройке (10 застройщиков) и подобрать оптимальный для вас ипотечный кредит (11 банков) в одном месте, в одно время, без суеты и очередей. Оказываем комплексную услугу бесплатно. Предоставляем всю объективную информацию.

Если для приобретения новостройки нужно продать свою квартиру, вам также выгодно обратиться к нам. Оценив вашу квартиру и подобрав подходящую новостройку, мы определим оптимальную схему проведения обеих сделок, состыкуем сроки, учтем все нюансы.

3 Шага к новостройке по взаиморасчету

Шаг 1: Выбор

Ознакомиться и выбрать Новостройку из всего разнообразия предложений

Шаг 2: Поиск покупателя

Вашу квартиру оценивают, а затем ищут покупателя. Одновременно с этим бронируется выбранная вами квартира в новостройке и одобряется ипотечный кредит

Шаг 3: Заключение договора

Когда покупатель вашей квартиры будет найден, вы одновременно подписываете два договора — о продаже старой и покупке новой

Застройщики в г. Томске: ОАО «ТДСК», ООО «Энергосберегающие технологии», ООО «ТПСК», ООО «ИИФ «Эспера», ОАО «СУ ТДСК», ГК «Карьероуправление», ООО «Лидер-Прогресс», ООО «Маркер», ЗАО «ТОМ-ДОМ ТДСК», ООО «СИБАКАДЕМСТРОЙ»



АН «Центр» регулярно проводит «*Марафоны новостроек*» — автобусные экскурсии, на которых за одно посещение вы ознакомитесь с 7 жилыми комплексами: «Радонежский», «Зеленые Горки», «Ясная Поляна», «Молодежный», «Южный», «Южные Ворота», «Школьный», «Дубовый» (более 30 домов за 3 часа). Во время экскурсии можно получить всю необходимую информацию по этим стройкам, посмотреть материалы с планировками и ценами на просмотренные объекты и при желании — забронировать квартиру, без оплаты комиссии.

Не один год в агентстве успешно проводятся «*Ипотечные субботы*». Для вашего удобства одновременно 5 банков: ПАО Сбербанк, «ВТБ 24» (ПАО), АО «Газпромбанк», ПАО АКБ «Связь-банк» ежемесячно (каждую последнюю субботу месяца) собираются в одном месте — офисе АН «Центр», чтобы вам было удобно купить квартиру в ипотеку. Очень выгодно прийти на ипотечную субботу, определиться с ипотекой и в следующую субботу проехать за три часа все основные стройки города.

До новой квартиры вас отделяет только один шаг — звонок в АН «Центр», тел. 977-226

Работаем также по г. Северску, г. Новосибирску



Комод *Cattelan*

Современный стиль в интерьере — это стремление к простоте, легкости и функциональности, отражающих картину мира и философию наших дней, где любая деталь занимает нужное место и вбирает в себя максимум задач.

Интерьер-тренды 2016

Атмосфера современности

Современный дизайн интерьера предполагает отсутствие лишних деталей и много света в помещении, и идеально подходит людям, которые любят строгие формы и прямые линии. В цветовой гамме также приветствуется минимализм или игра контрастов.

При выборе мебели внимание следует обращать на практичные и комфортные варианты, которую будут максимально просты и лаконичны. Тем, кто предпочитает оформление дома в современном стиле, могут остановить свой выбор на статусной мебели высочайшего качества, представленной гостинными, кабинетами, спальнями испанского бренда La Ebanistería. Не менее интересны выполненные из разнообразных материалов столы, стулья, журнальные столики, итальянские коллекции Cattelan: они настоль-

Зеркало *Riflessi*

ко самодостаточны, что способны стать центром внимания любой комнаты.

Как еще одну характерную черту интерьера в современном стиле можно отметить практически полное отсутствие декора. Если же некоторые предметы и достойны присутствия в данном помещении, то это лишь те, которые представляют особую ценность и хорошо вписываются в общую атмосферу. Можно остановиться на таких вариантах, как настенные функциональные часы Nomon в стиле минимализма, являющиеся настоящим произведением искусства, или знаменитые прямоугольные зеркала Riflessi, сделанные из венецианского стекла, обладающие уникальной способностью создавать особую атмосферу во всем доме.

Официальным представителем данных фабрик в Томске является интерьерный салон «Маэстро»

Часы *Nomon*Комод *Emmobili*

Дизайн, функциональность, эргономичность и экологичность

Дизайн и функциональность уже довольно основательно вошли в жизнь нового поколения умных и образованных людей, и это очень радует. А вот эргономичность и экологичность интерьера, необычайно востребованные сегодня на Западе, постепенно завоевывают наши домашние и офисные пространства. Европейские дизайнерские компании Zanotta и Emmobili в основном останавливают свой выбор на ценной древесине и редких породах дерева, сочетая антикварный дух и современные детали, предлагая мебельные варианты и дизайнерские решения, которые, являясь синонимом итальянского качества и элегантного стиля, удачно вписываются в помещения различного интерьерного направления и отвечают всем параметрам эргономики пространства.

Для любителей конструктивного дизайна и новых веяний предлагаются концептуальная мебель и аксессуары от голландской марки Moooi и итальянской иконы стиля-фабрики Flos и Paola Lenti: светильники, ковры, зеркала, часто выполненные в футуристическом и смелом дизайне и разнообразных цветовых решениях, способные формировать атмосферу, менять пространство и стереотипы.

Столовая *Visionnaire*Гостиная, светильники *Moooi*Ковер *Paola Lenti*Мягкая зона *Philippe Selva*

Комфортный шик, лоск натуральных текстур и материалов

Этот истинно аристократичный тренд в основном воплощен в изделиях класса люкс и подходит искушенным ценителям, любителям искусства, знающим цену настоящей роскоши. Дизайнерские диваны и кресла, предметы интерьера ручной работы, светильники интерпретированы в духе итальянской декоративности и спокойной, уверенной роскоши, что отражено в изделиях Philippe Selva, Baxter, Visionnaire, Rubelli.

Богатство текстиля, использование полудрагоценных камней, хрусталя, мрамора, оникса, ценных пород деревьев и других великолепных материалов, в сочетании с инновационными технологиями — все это создается с одной единственной целью — чтобы человек жил в комфорте и постоянно наслаждался красотой вокруг себя.

Официальным представителем данных фабрик в Томске является мебельный салон «SMART»

Гармония art deco

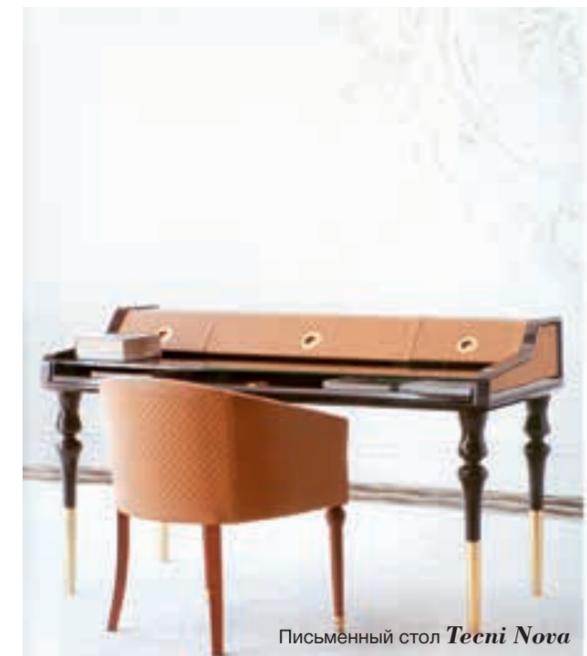
Стиль art deco — это роскошь, заключенная в неповторимые обтекаемые формы, с элегантным блеском и утонченной текстурой, где традиция и эволюция соединяются вместе, чтобы дать начало мебели, которая олицетворяет собой красоту и совершенство.

«Звездный стиль» — именно так говорят об этом направлении. Мебель art deco — это только непревзойденные материалы, плавные обтекаемые формы, изысканные сочетания цветов, выразительность и великолепие ушедших эпох, которые идеально воплощаются в реалиях современной жизни.

Спальня *Soher*Гостиная *Soher*

Оригинальное сочетание различных фактур сделали мебель в стиле art deco, которую представляют знаменитые испанские бренды *Soher*, *Tecni Nova*, *Collecion Alexandra*, итальянский *Vismara Design*, одной из самых популярных сегодня. Этому стилю, безусловно, оказывают предпочтение все, кто всегда привык окружать себя только лучшим. В процессе изготовления мебели столь высокого уровня участвуют только лучшие дизайнеры и мастера, которые, создавая комфорт и красоту, тщательно продумывают каждую деталь.

Официальным представителем данных фабрик в Томске является мебельный бутик «Антураж»

Гостиная *Vismara Design*Письменный стол *Tecni Nova*

Стилю **ART DECO**, безусловно, оказывают **ПРЕДПОЧТЕНИЕ** все, кто всегда привык **ОКРУЖАТЬ СЕБЯ** только **ЛУЧШИМ**.

Кресло *Collecion Alexandra*Кресло *Collecion Alexandra*

Мебель art deco изготавливается только из ценных пород дерева с использованием рельефного декора ручной работы, высококачественной дизайнерской кожи и тканей, а также других материалов: слоновой кости, перламутра, кристаллов, кожи акулы и крокодила.



Новые коллекции европейского текстиля в салоне «OmDecor» — отражение всех модных трендов и направлений в сфере искусства текстильного декорирования, важного направления современного дизайна интерьера.

Наряду с роскошью и торжественностью классики все большую популярность приобретают в России такие тенденции, как стремление к натуральности и естественности.

Желание человека постоянно находиться во взаимодействии с природой воплощает в себе эко-стиль, который является базовым для большинства западных коллекций. Отражено это и в составе материалов, и в подборе цветов. Так, в смесовых тканях, где процент натурального материала доходит до 80%, а полиэстер и вискоза необходимы для удобства, ис-



сти делают этот дизайнерский материал идеальным инструментом оформления любого жилого помещения.

Постельный текстиль

Европейские предложения

кусственные волокна позволяют ткани не давать усадки, отлично держать форму и меньше мяться. Цветовая гамма главным образом основана на серых цветах, с голубыми, темно-серыми, бежевыми, золотыми и серебристыми оттенками. Вдохновленные природой дизайнеры наполнили коллекции разнообразными орнаментами, фактурами. На пике моды и мелкая геометрия, и размытая, сглаженная; винтажные, как бы состаренные и потертые поверхности. Невероятно популярны соединения материалов различной плотности: легкой и прозрачной с тяжелой и непроницаемой. Салон «OmDecor» предлагает как люксовые текстильные варианты, так и более бюджетные, способные удовлетворить вкусы и запросы самых разных потребителей.



Эксклюзивно от VERSACE

Текстиль знаменитого итальянского бренда теперь эксклюзивно представлен в салоне «OmDecor». Классические материалы со сложной фактурой — жаккард и бархат — это олицетворение подлинной роскоши и утонченного итальянского шика, что подчеркивают и традиционные для VERSACE узоры и орнаменты, и искусная имитация эффекта патины. Цветовая гамма коллекции: королевский чистый пурпур, изумрудный зеленый, фиолетово-синий, медно-золотой... Особенно удачно выглядит сочетание текстиля VERSACE в интерьере, оформленном декоративной штукатуркой с эффектом старения.

Греческие мотивы

Актуальные дизайнерские идеи отражают два знаменитых текстильных бренда из Греции IFI и PROTOS. IFI — это в основном эко-цвета, геометрические рисунки с равномерным распределением по ткани, хорошее плетение, сочетание плотных и прозрачных элементов, своеобразное соединение современной классики с элементами Востока с акцентом на фактуру.

В коллекциях PROTOS, выполненной в сдержанных оттенках, — различные жатки с геометрическим рисунком, сетки с люрексом, пайетками, аппликациями, которые подчеркивают богатство ее фактуры. Сочетание плотности и прозрачно-

Португальские бренды по производству текстиля для дома Vovi и Devilla представлены в России торговой маркой Luxberg, чей фирменный стиль определяется как «эко-city»: сдержанность цветовой гаммы, отсутствие принтов, максимальное использование натуральных хлопковых тканей (сатин и перкаль), нарочито скромный дизайн. Основные декоративные украшения каждого изделия — вышивка, прорезная гладь, меретка. Белые, пастельные и коричневые спокойные тона — абсолютные фавориты всех европейских коллекций. Хитом последних сезонов являются машинные вязаные бельевые комплекты, воплощенные в смягченно-коралловом цвете, оттенках пудры и холодной лаванды.

Вдохновленные **ПРИРОДОЙ** дизайнеры наполнили коллекции разнообразными орнаментами, **ФАКТУРАМИ**.

OmDecor

г. Томск, ул. Киевская 30,
тел.: 24-95-72, 44-26-76,
omdecor-tomsk.ru

КЛУБ постоянных клиентов

Как известно, лучшая реклама – это рекомендация человека, которому вы доверяете. А поэтому – добро пожаловать в наш Клуб Постоянных Клиентов, которые о своих любимых местах знают все!



**АЛЕКСЕЙ И АНАСТАСИЯ АЛЬПЕТ,
ООО «СИБИРСКАЯ ОРЕХОВАЯ КОМПАНИЯ»:**

У нас свой дом за городом, поэтому мы с самого начала хотели наполнить его особой атмосферой тепла и уюта, с помощью необычных и редких предметов интерьера придать ему свое уникальное лицо, неповторимый характер. В бутике «BOGASCHO» для этих целей можно найти отличный выбор различных аксессуаров: модных, стильных, качественных и эксклюзивных. Так у нас в доме появились необычный комод и зеркало для прихожей из коллекции Тауэр, оригинальные статуэтки для гостиной, часы «Хранитель времени» и роскошный письменный набор для рабочего кабинета.



Часы каминные *Павлины*

**СТАС ТОНОЯНЦ И АННА ГАДЕБСКАЯ,
СТУДЕНТЫ:**

Анастасия: Я узнала о «BOGASCHO» от Стаса, когда в подарок на свой день рождения получила необычную куклу. Это была большая фигурка кошки, наряженной в старинное платье (Стас знает, как я обожаю этих животных). На Новый год он вручил мне милую вещицу в винтажном духе — шкатулку для ювелирных изделий, а я, если честно, уже присмотрела себе там подарки на День всех влюбленных и 8 Марта.

Стас: Рад, что моя девушка оценила и мой вкус, и интересный выбор необычных вещей в «BOGASCHO». Скажу честно, если бы в первый раз мне не помогли консультанты бутика, растерялся бы сам. Они спросили, что любит Аня, как обставлена ее комната, и предложили мне милую и необычную куклу для нее. Теперь мы часто заходим сюда: приятно находиться в этом красивом месте, выбирая подарки для себя и своих близких.



Кошка *Леди Макбет*



Часы каминные *Конь*



Скульптура *Сладкая парочка АС*

BOGASCHO
бутик предметов интерьера

Магазин сувениров и предметов интерьера
«Bogascho», ул. Красноармейская, 122,
тел. 46-90-35



НИГЯР АЛИЕВА,
хозяйка гостевого дома
«Шале»

«У него есть своя магия», — так часто говорят гости «Шале». Действительно, стоит только переступить порог гостевого дома, кажется, что вы попали в Европу, настолько утонченный и притягательный интерьер напоминает об уютных домашних западных рестораниках.

Уютно, как дома

Здесь одинаково приятно греться у камина за чашкой чая, пить свежевыжатый сок в летнем саду на веранде, решать деловые вопросы во время ланча или отмечать любое важное событие своей жизни.

Почему в «Шале» так красиво и вкусно, почему из этого дома так не хочется уходить, рассказывает его создательница и хозяйка Нигяр Алиева.

— Нигяр, что для вас было главным, когда вы продумывали дизайн и организацию работы «Шале»?

— Для меня было очень важным, чтобы люди чувствовали себя у нас комфортно: уверена, если есть уют, то и все остальное постепенно приложится. Когда мне говорят: «У вас так хорошо, по-домашнему!» — мне эти слова как бальзам на душу! В этот момент понимаю: у нас все получилось. Сегодня мы можем предложить гостям самые разные варианты для прекрасного проведения

времени в нашем кафе. Так, основной зал рассчитан на 40-45 человек, а веранда, украшенная круглый год зеленью (мы создали здесь небольшой летний сад), вмещает 30-35 гостей. На третьем этаже камерный каминный зал вместимостью до 20 посетителей с настоящим камином, что очень нравится гостям: бывает, даже летом просят его разжечь, чтобы сделать фото на его фоне.

— Ваши залы привлекают не только уютom, но и своим гармоничным интерьером и стилем...

— Он у нас, кстати, часто меняется — мне нравится разнообразие. Мы сотрудничаем с дизайнером, я и сама что-то часто придумываю, предлагаю. Много внимания уделяется посуде, аксессуарам, в залах живые цветы и зимой, и летом. Важно, чтобы у нас всегда было красиво, чувствовалась атмосфера праздника, романтики, ведь в нашем кафе многие приятные события отмечают, часто делают предложение руки и сердца!

— В «Шале» ведь есть и гостиничные номера?

— Да, на верхнем этаже расположены три номера. Обычно ночь в «Шале» мы дарим молодоженам, отпраздновавшим у нас свадьбу, — нам нравится делать подарки!



— А как проходят праздники в «Шале»?

— Накануне Нового года мы вручали гостям корзинки с мандаринами. Тем, кто отмечает у нас день рождения, мы непременно преподносим шампанское или фруктовую тарелку. Конечно, будем удивлять и в День влюбленных, и на другие весенние праздники — без презентов никто не останется! Даже во время бизнес-ланча делаем ежедневные комплименты от шеф-повара гостям: пирожные или свежевыжатые соки. Внимание приятно, витамины полезны. У нас большой выбор отличных фруктов — я уже 20 лет занимаюсь этим бизнесом, «ИП Алиева» известно в городе: мы сотрудничаем почти со всеми ресторанами, поставляем им фрукты, овощи, зелень.



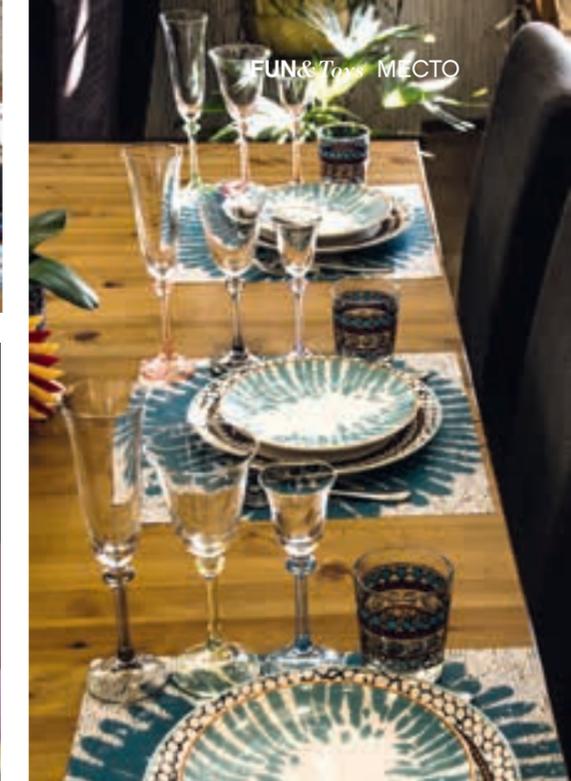
— Большой популярностью пользуются ваши бизнес-ланчи...

— Пообедать у нас можно в любой будний день с 12 до 16, обходится это в 200-250 рублей. Все блюда у нас свежие, их готовят перед приходом посетителей — подаем все с пылу, с жару! Готовим быстро, за 40 минут можно спокойно пообедать. Можно позвонить заранее и сообщить о визите, тогда не придется ждать заказа. Меню бизнес-ланча очень разнообразное, блюда большие, сытные. Недавно один из наших постоянных клиентов пригласил к нам гостей на свадебный обед. Пара вечером улетала, а днем праздновала свое событие у нас. Жених признался: «Знаю, у вас и вариантов много, и очень вкусно!». Иногда гости совмещают бизнес-ланч с деловыми переговорами: удобно обсуждать дела за вкусной едой, на фоне негромкой, приятной музыки.

— Что, по вашим наблюдениям, особенно любят гости кафе «Шале»?

— К нам многие приезжают специально, чтобы отведать мясные блюда. Например, из мяса-гриль самое популярное сегодня — баранина, около 80% гостей предпочитают именно ее. Неравнодушны люди и к нашему азербайджанскому салату с говядиной «Бахор»: в него входят болгарский перец, соленые огурчики, помидоры, зелень, заправленные оливковым маслом. Его любят все: мы часто меняем меню, но «Бахор» будет там всегда. Привлекает он и красивым оформлением, который сразу повышает аппетит, и свежими натуральными ингредиентами: тщательно выбираются и мясо, и овощи.

Много вариантов первого блюда: и крем-супы — тыквенные, из брокколи,



КАРТЫ ПОСТОЯННОГО ГОСТЯ кафе-гостиничного дома «ШАЛЕ» предполагают скидки ОТ 10 ДО 15%.

грибные; и азербайджанский суп дюшбара с крошечными домашними пельмешками из баранины; и более привычные варианты — борщ, щи, окрошка, солянка. Хлеб, серый и белый, у нас тоже свой: наши гости даже специально заказывают его, чтобы взять с собой домой.

Чай предлагаем в очень интересных сочетаниях — со свежей мятой, шиповником, тимьяном, с согревающим имбирем, что так приятно и полезно зимой. Недавно сами стали торты печь и пирожные: все должно быть свое, домашнее.

— Какие фирменные блюда для большой компании или банкетов есть в меню?

— На ваш выбор и щука фаршированная, и баранья ножка, и поросенок, и многое другое. Можно обсудить любое блюдо, даже если его нет в меню. Например, раньше мы не готовили манты, но для постоянного клиента, жена которого заказала манты на его день рождения, специально купили мантоварку, поработали над рецептом... И гости сказали, что таких вкусных мантов еще не ели! Теперь мы включили манты в меню, ведь у нас к

постоянным клиентам индивидуальный подход.

— Как складываются отношения с коллективом?

— Мы все очень дружны, в «Шале» каждый чувствует себя как дома. За два года деятельности «Шале» наш коллектив почти не менялся: у нас все болеют за свое дело, работая по принципу «один за всех и все за одного». «Шале» — мой второй дом, и я стараюсь поддерживать здесь хорошую, добрую атмосферу — это очень важно! Мне нравится мое дело, от которого я получаю удовольствие и без которого себя не представляю!

Гостевой дом «Шале» поздравляет томичей и гостей города с прошедшими новогодними праздниками и со всеми грядущими зимними и весенними датами.

Шале
кафе • гостевой дом

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



«Октябрьская» звезда Томска

Почти за десять лет своего руководства директор гостиницы «Октябрьская» Лариса Шемчак превратила ее в дом для бизнес-туристов и звезд российской эстрады, создала в ней атмосферу спокойствия и домашнего тепла, доказала, что гостеприимство и доброта способны сблизить людей и преодолевать любые языковые барьеры. С ней гостиница три раза смогла подтвердить свой трехзвездочный уровень.

— Лариса Васильевна, традиционный вопрос: как вы ощутились в роли «хозяйки гостиницы»?

— В первый раз — это было в 2000 году — я оказалась в гостинице совершенно случайно. Тогда она мне просто очень понравилась, и я еще подумала: «Хочу здесь работать». Видимо, звезды сошлись. (Смеется.) В гостиницу как раз требовался администратор. Так и на-

чалась моя работа в этом месте: сначала администратором, потом старшим администратором, а в 2006 году я стала директором «Октябрьской».

Со сложностями в работе пришлось столкнуться сразу же. Первая сертификация, необходимая для получения статуса «3*», проходила в 2007 году, она была для меня самой сложной. Дело в том, что я молодая, энергичная, есть желание и внедрить много нового, и уйти от «совковости», но что конкретно будет проверять комиссия, я не знала, конечно. Пришлось получить дополнительное профильное образование, прочесть много литературы, был сделан небольшой ремонт, улучшено техническое оснащение комнат — как раз в то время новшеством было появление Wi-Fi. Запал был такой, что я практически ночевала на работе!

Великолепный вид на **ТОМЬ** с одной стороны **ГОСТИНИЦЫ**, панорамный вид на город, на **КАФЕДРАЛЬНЫЙ СОБОР** — с другой. Такого обзора больше нигде нет!

— Объясните, должна ли сертификация гостиниц быть обязательной и какие преимущества дает ее наличие?

— Ответ на этот вопрос однозначный: сертификация должна быть обязательной для всех отелей. Проводится она каждые три года, последний раз мы подтвердили свой статус в 2014 году, следующим будет 2017. Система сертификации в первую очередь — гарант безопасности для гостя. Человек, выбирая гостиницу, безусловно, должен знать, за что он платит деньги! Он должен быть уверен, что получит определенный набор услуг, сервиса и безопасности. Гость должен знать, что он абсолютно защищен в нашей гостинице. На самом деле, и я понимаю, и клиенты это видят, и эксперты по сертификации отмечают, что мы достойны еще одной звезды, просто есть непреодолимые условия для ее получения. Одно из них — планировка здания, построенного в 1980-х годах и невозможность увеличения площади помещений.

— В чем основные преимущества гостиницы «Октябрьская» по сравнению с другими отелями Томска?

— Во-первых, наше расположение — одно из самых лучших в Томске. Великолепный вид на Томь с одной стороны гостиницы, панорамный вид на город, на Кафедральный собор — с другой. Такого обзора больше нигде нет! Во-вторых, транспортная доступность и близость всех культурно-деловых мест города делает «Октябрьскую» просто идеальным местом, к тому же шумный центр города от нас чуть вдалеке, это создает чувство спокойствия и уединения. Наши гости часто приходят и спрашивают:

«Мы одни живем в гостинице?» — и это в то время, когда у нас нет ни одного свободного номера. Важным преимуществом можно назвать и удобные объездные пути, и хорошую парковку. В-третьих, коллектив у нас слаженный и добросовестный. Я точно знаю: ко времени заселения или возвращения человека в номер, там обязательно будет идеально чисто, и мне не за что будет краснеть. Клиенты ценят это, признаются, что любят нас, поэтому у нас очень много постоянных гостей.

— Расскажите, какие они — ваши гости?

— В основном — это представители бизнес-туризма, делегации, которые приезжают в Томск на мероприятия или для запуска нового производства. По традиции, организаторы форумов Томска «придерживают» нашу гостиницу для важных клиентов. Много и иностранных гостей, например, в прошлом году французы жили в гостинице несколько месяцев. Наши администраторы владеют двумя языками — английским и немецким, но и с постояльцами, не знающими эти языки, мы прекрасно общаемся. На протяжении 15 лет к нам приезжает итальянец, который не говорит по-английски, мы и с ним смогли найти общий язык без переводчика. «Октябрьскую» любят приезжающие артисты и звезды эстрады. Причины, по которым нас выбирают, две: мы охраняем звезд от поклонников и журналистов, без приглашения им сложно попасть в гостиницу, также я запрещаю персоналу гостиницы просить у артистов автографы и делать фото, если только они сами этого не пожелают. Для Александра Розенбаума мы специально держим его перьевую подушку и одеяло; Валерия с мужем и Антон Макаровский с супругой часто останавливаются у нас.

— Можете поделиться планами будущего развития своей гостиницы?

— Самая главная задача на ближайшее будущее — это ремонт холла первого этажа, его очень сложно сделать, потому что через него проходят все гости «Октябрьской». Холл — это ведь лицо гостиницы и нужно выбрать время, чтобы создавать постояльцам минимум неудобств. А сейчас, перед Новым годом, мы купили новые телевизоры и заключили контракт на текстильное оформление — хотим сделать красивые шторы в каждом номере гостиницы.

— Что вам доставляет особое удовольствие на работе?

— Довольные гости! (Смеется.) Когда человек доволен и с благодарностью отзывается о нашей гостинице, это вызывает у меня улыбку. Бывает, что гости удивляются, почему у нас три звезды, а не пять. Я человек, который принимает все близко к сердцу, если гость плохо отзовется о работе сотрудников, то я это принимаю на свой счет. Поэтому при всей своей мягкости, если речь идет о работе, я очень требовательный и строгий человек. А какой еще может быть настоящая хозяйка гостиницы?



Гостиница «Октябрьская»

С заботой об уюте наших гостей

- Высокий уровень сервиса
- Квалифицированный персонал
- Круглосуточный режим работы
- Идеальное местоположение:

деловой, культурный, исторический центр города с видом на реку

- Отсутствие шума и суеты

К УСЛУГАМ ГОСТЕЙ:

уютное кафе (русская и европейская кухни, бизнес-ланчи) • парковка • зал совещаний • сауна • трансфер



г. Томск, 634050, ул. Карла Маркса, 12
e-mail: reception@tomsk.gov.ru
www.october.tomsk.gov.ru
тел. (3822) 51-21-51
факс (3822) 51-44-42





Время счастливых традиций

Долгая зима и экономические условия — вовсе не причина для отмены праздников! И в самые сложные моменты обязательно нужно находить поводы для радости, среди которых и долгожданные календарные события, и те, которые устраивают ваши добрые друзья, такие, как гостеприимный томский ресторан «Старый чердак».

По доброй традиции в начале декабря сюда были приглашены молодожены, сыгравшие в «Старом чердаке» свадебное торжество. Уже три года семейным парам предоставляется возможность выиграть туристические путевки и другие подарки для семьи.

«Старый чердак» — одно из самых достойных мест для проведения свадебных банкетов. Поэтому здесь не удивляются, что у них проводят свадьбы не только томичи, но и пары из разных уголков страны — из Новосибирска, Кемерово, Владивостока, Москвы... Рассказы о царящей атмосфере праздника, вкусных блюдах и увлекательных шоу

уже давно вышли за пределы Томска. Если молодая семья переезжает в другой город, у нее есть возможность прислать вместо себя на праздничную лотерею близких и друзей.

И вот... половинки жетонов опускаются в красивый стеклянный купол посередине зала. Присутствующие уверены в том, что судьбу призов определяет только фортуна. Определение победителей — продуманный ритуал, приятное и запоминающееся действие. По традиции вечер проводил Евгений Глютов — тамада почти всех свадебных торжеств и юбилеев в «Старом чердаке», один из лучших ведущих Томска.

Его творческими гостями были: ансамбль «Томские цыгане», который можно увидеть и услышать только в стенах «Старого чердака»; танцевальная группа «Фреш», соединившая русский стиль и акробатику; не менее колоритная вос-

Рассказы о царящей АТМОСФЕРЕ праздника, ВКУСНЫХ БЛЮДАХ и увлекательных ШОУ уже давно вышли ЗА ПРЕДЕЛЫ Томска.

точная танцовщица Карина и коллектив «Свет ночи», создавший атмосферу уютного волшебства. Праздничные эмоции от выступления артистов гармонично дополняли блюда от ресторана.

В лотерею 2015 года смогли побиться за призы 26 пар из 90 молодых семей, отпраздновавших свои свадьбы в «Старом чердаке». Сначала разыгрывались сертификаты на деловой обед в «Старом чердаке», затем — на покупки в сети кулинарных лавок «Домидж», открытых рестораном. Чего там только нет! Выпечка, горячие блюда, пельмени, вареники ручной лепки, салаты, пирожные — здесь можно выбрать все для аппетитного завтрака, обеда, ужина на любой вкус! Лавки стали необходимым и долгожданным помощником и для деловых женщин, которым не всегда хватает сил и времени заниматься приготовлением пищи, и для одиноких мужчин, мечтающих в отсутствие прекрасных половинок о домашней еде, и для тех, к кому неожиданно-негаданно нагрянули гости.

Главный приз — сертификаты на путешествия — все годы предоставляет туристическая компания «Тревел Бизнес Сервис».

С помощью жетонов выбрали счастливых обладателей сертификатов на 5, 7 и 10 тысяч рублей. Основной интригой стал финальный розыгрыш на 30 тысяч. Гости решили, что жребий счастливицу будет тянуть управляющая рестораном Жанна Валерьевна Шайт.

«Мы хотели сделать розыгрыш увлекательным, завораживающим, — рассказывает Жанна Валерьевна, — поэтому начали финальный этап с того, что ведущий объявил, какие номера жетонов остались еще в нашем куполе. Я доставала их, показывала гостям, с нетерпе-



ГЛАВНЫЙ ПРИЗ — сертификаты на ПУТЕШЕСТВИЯ — все годы предоставляет туристическая компания «ТРЕВЕЛ БИЗНЕС СЕРВИС».

нием ожидавших итогов, и возвращала назад. В итоге сертификат на 30 тысяч достался счастливой паре из Томска, которая сможет отправиться в путешествие в любое время года, выбрав страну по своему желанию».

Розыгрыш проводили в праздничных декорациях — в преображенном новогоднем интерьере, придерживаясь сочетания оригинальных находок и традиций. В ресторане стало гораздо просторнее — предметы интерьера, мешающие гостям танцевать и веселиться, убраны, при этом залы «Старого чердака» остаются стильными и узнаваемыми.

«Время сюрпризов в стенах «Старого чердака» пролетело стремительно, — рассказывает Жанна Валерьевна.

— Наши гости получили и подарки, и запоминающиеся эмоции. Уходили, улыбаясь, в прекрасном настроении. Думаю, после такого насыщенного приятными сюрпризами вечера им будет, что вспомнить».

Остались довольными и те, кто провел здесь предновогодние вечера. В залах ресторана клиенты наслаждались интересной шоу-программой и уникальными блюдами, специально разработанными к новогодним торжествам.

В 2016-м «Старый чердак» продолжает свои традиции — организацию свадебных и юбилейных банкетов на высочайшем уровне, достойное проведение фуршетов для участников презентаций и конференций. В ресторане уже начали

принимать заказы на следующий год.

А с понедельника по пятницу с 12 до 16 часов «Старый чердак» приглашает на деловые обеды, бизнес-ланчи. Меню меняется каждый день, но все блюда объединяет то, что они по-домашнему вкусны. Многие гости заглядывают в находящуюся у ресторана «Кулинарную лавку», приобретая гастрономический праздник домой.

Отменная еда делает нашу жизнь ярче, добавляет в нее особое удовольствие и создает приятное послевкусие от будничной жизни!

СТАРЫЙ ЧЕРДАК

Ресторан «Старый чердак»,
ул. Дальне-Ключевская, 14, тел. 40-03-04,
тел. агентства: 22-22-89, 41-94-03

Бойцовский дух Томска

Томский боец Симур Керимов вернулся в родной город и в большой спорт после серьезной травмы спины и долгого пребывания за границей. Мировой чемпион по тайскому боксу, каратэ кёкусинкай, боец К1 мечтает открыть в Томске свою школу и дойти до вершин сильнейших боев.

А пока он впервые вместе со своей командой взял на себя организацию грандиозного бойцовского мероприятия, которое пройдет в феврале, — «Битва за Сибирь».



— Симур, как можно сформулировать цели и задачи этого турнира?

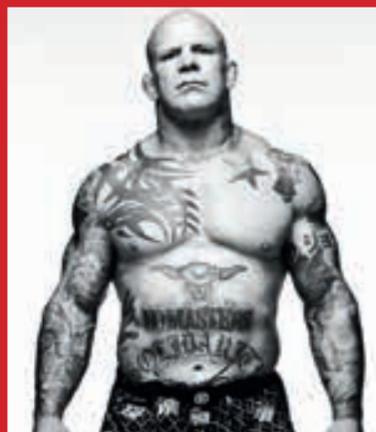
— Сейчас спорт заметно набирает популярность, и я рад, что у меня появилась возможность организовать этот турнир, пригласить на него знаменитого американского бойца Джеффа Монсона. Это мой вклад в продвижение спорта в Томске, желание заинтересовать молодых ребят спортом для воспитания духа, бойцовских качеств, терпения, выносливости, а также вывести наш город на высокий международный спортивный уровень.

— Трудно возвращаться в большой спорт после травмы?

— Было нелегко, но после периода реабилитации я провел несколько удачных боев в Азии и понял, что готов продолжить свой спортивный путь.

— Как познакомились с Джеффом Монсоном?

— Когда я набирал рост в боях, я при помощи своих друзей и команды мог часто бывать за границей на серьезных турнирах. На одном из них я и познакомился с Джеффом, мы продолжили общение. Он поддержал меня после моей травмы и сказал, что главное для спортсмена — это здоровье! Я ему рассказал о своей мечте драться в клетке и на больших аренах, где тренируются признанные универсальные бойцы. Чтобы дойти до этого уровня нужно потратить очень много сил. На это Джефф ответил, что мне нужны большие тренировочные базы и предложил мне тренироваться у него, в клубе «Америка Тор Тим», но травма отодвинула эти планы. Потом, когда я приехал в Томск, решил пригласить Джеффа на бой, он очень обрадовался возможности встретиться и помочь нам, поскольку это человек, болеющий за идею, к тому же он никогда не был у нас в городе.



21 февраля в Томске легендарный боец MMA **Джефф Монсон** по прозвищу «Снеговик», двукратный победитель ADCC Submission Wrestling World Championship и чемпион мира по бразильскому джиу-джитсу, проведет семинары и мастер-класс по грепплингу и MMA

По завершении — фотосессия и автограф со звездой
Также пройдет официальное взвешивание бойцов
Подробности по телефону: 34-00-54
Группа Вконтакте: Впервые в Томске Джефф Монсон

— Где сейчас вы тренируетесь и что планируете делать после турнира?

— Сейчас я занимаюсь в клубе «Фанат». После проведения турнира моя ближайшая цель — покорить Европу. После чего я планирую свой большой спортивный путь к боям MMA. Там дерутся признанные универсальные бойцы, чтобы дойти до этого уровня нужно потратить очень много сил.

Спонсоры турнира «Поздемка» и «Атлантик»



При поддержке Департамента по молодежной политике и спорту

Информационный спонсор ГТРК Россия



Дворец Зрелищ и Спорта

20 февраля

БИТВА ЗА СИБИРЬ
профессиональные бои
MMA | Муай Тай | К1

Специальный гость
легенда смешанных боев
Джефф Монсон
по прозвищу «Снеговик»

**Впервые
в Томске**

**ГЛАВНЫЙ
бой вечера**

Redouan Koubini **VS** Симур Керимов



Билеты в кассах Дворца Спорта
Бронирование VIP-мест и столиков по тел: 34-00-54

Мысли материальны. Сознание определяет бытие. Все это мы слышали не раз, но священник Уилл Боуэн в своей книге «Мир без жалоб» предложил практический способ повысить уровень счастья, взяв под контроль собственные слова и мысли. Просто это оказалось только на первый взгляд.

Текст: Анна Фендер

Счастье ПОД КОНТРОЛЕМ

ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ ЗА 21 ДЕНЬ

На восторженные отзывы о методе Уилла Боуэна стать счастливее я наткнулась в социальных сетях. Принцип этого метода заключается в осознанности.

«Чтобы стать счастливыми, нужно научиться следить за своими словами. Ведь наши слова напрямую влияют на наши эмоции, внутренние переживания и даже на наше здоровье», — утверждает Уилл Боуэн. В силу слова я убедилась давно. Поэтому не откладывая решила попробовать.

Метод Уилла Боуэна на первый взгляд был крайне прост: надеваешь на руку фиолетовый браслет и начинаешь следить за своими словами. Каждый раз, когда срываешься на критику, жалобы или сплетни, снимаешь браслет с одной руки и надеваешь на другую. Задача в том, чтобы браслет продержался на одной руке 21 день подряд. Что может быть проще? Я надела браслет на левую руку и приготовилась к 21-дневному марафону.

ПОПЫТКА И ПЫТКА

Со сплетнями и критикой проблем не возникло, но вот не жаловаться оказалось невозможно! Самое интересное, что мой внутренний цензор оставлял мелкие претензии без внимания. Более бдительным оказался муж — в минуты промахов он указывал мне на браслет.

Раньше я даже не подозревала, сколько раз в день я стенаю! Я жаловалась на головную боль, на дождь, на работу, на то, что родители пригласили на ужин в неудобное время, на то, что в магазине нет нужного размера туфель... И я считала себя оптимистом?! Пришлось усваивать разницу между деструктивными жалобами и нейтральными высказываниями. Например, сказать: «Опять болит голова, как же мне это надоело!» — это деструктивная жалоба. А если убрать эмоциональную окраску и добавить намерение, звучит по-другому: «Болит голова, приму таблетку», — негатива нет, просто констатация.

Правда, иносказательность почему-то давалась мне с трудом: плакать в жилетку было проще, чем озвучивать проблему и ее решение.

Вывод: среднестатистический человек жалуется как минимум 20 раз в день, и я не оказалась исключением.

КАК Я ОТРАЩИВАЛА ДЗЕН

Прорыв случился на второй неделе, когда я уже отчаялась удержать браслет на одной руке хотя бы несколько часов подряд. Я сходила с коллегами в ресторан и утром оказалась в больнице с сильнейшим отравлением. И все бы ничего, если бы через день нам с мужем не предстоял 11-часовой перелет в Токио.

“Самое интересное, что мой **ВНУТРЕННИЙ** цензор оставлял мелкие **ПРЕТЕНЗИИ** без внимания. Более бдительным оказался муж — в минуты промахов он указывал мне на **БРАСЛЕТ**.”

Поездка планировалась давно: билеты куплены, отель забронирован и лучшие друзья уже там. Сил, чтобы жаловаться и возмущаться, у меня не осталось. В самолете я с буддийским спокойствием отдала мужу свой обед, а потом ужин и завтрак и тихо пожевывала вареный рис, думая о том, что еще легко отделалась. Могло быть и хуже, а так я лечу в Японию, где всегда мечтала побывать.

Страна восходящего солнца по хорошему меня удивила. В местных храмах есть традиция — писать на дощечках свои благодарности и пожелания, а потом вешать их на стену. Японцы в основном желают мира во



всем мире и здоровья близким. Были там, правда, и менее радужные послания во вселенную — на одной из дощечек какой-то наш соотечественник (или скорее соотечественница) нацарапал примерно следующее: «Хочу, чтобы Мария бросила Владимира и нашла более достойного мужчину!». Я тоже решила оставить послание, повесила дощечку и поняла, как много всего в моей жизни,

за что я благодарна друзьям, близким и родственникам, хотя часто забываю об этом. Решила и дома повесить табличку с надписью Be Grateful! («Будь благодарна!»), чтобы не забывать о том, что жизнь все-таки прекрасна.

Вывод: повод для благодарности можно всегда найти, даже грустные события полезны, если они помогают увидеть ситуацию под другим углом. >

СЧАСТЛИВЫЙ ПОНЕДЕЛЬНИК

Каникулы явно пошли мне на пользу, и первый рекорд был установлен: браслет продержался на одной руке целых 3 дня! Обычно на то, чтобы достигнуть 21-дневного «дзена», уходит от 4 до 8 месяцев упорных тренировок. Я была на верном пути. До тех пор, пока не вышла из отпуска на любимую работу.

В офисе выяснилась забавная закономерность: жалобы и критика — двигатель общения. Встречаешь утром в лифте малознакомого коллегу — что еще обсудить, как не надоедливый дождь? Возле кофемашины самый простой спо-

есть лазейки. Допустим, о том, что Света ожидает двойню, можно рассказать общим подругам, но говорить о том, что Света за время беременности превратилась в бегемота, уже не стоит. Проверить «сплетню» на возможность ее озвучить просто: если вы готовы повторить все только что сказанное перед самой Светой — нет проблем, продолжайте обсуждать ее и дальше. Но если одна только мысль о том, что ваша знакомая узнает о сочных эпитетах в свой адрес, вгоняет вас в краску, то вы явно вышли за границы дозволенного. Я не отменила пятничные посиделки с подругами, просто стала время от времени направлять беседу в более доброжелательное русло.

” Проверить **«СПЛЕТНЮ»** очень просто: если одна только мысль о том, что ваша знакомая узнает о **СОЧНЫХ ЭПИТЕТАХ** в свой адрес, вгоняет вас в краску, то вы явно вышли за **ГРАНИЦЫ** дозволенного.

соб начать разговор — посетовать на то, что опять не выпалась. Не становится же социофобом из-за браслета?

Выход нашлся в теории Боуэна, который предлагает коллегам устраивать Happy Mondays. Смысл в том, чтобы начинать неделю с позитивной ноты, а не с картинок в соцсетях, где милые котик сверлят тебя жалобным взглядом, а надпись «Опять понедельник» заканчивается миллионом грустных смайлов. Мои коллеги идею «Счастливых понедельников» восприняли на ура, а некоторых мой пример даже сподвиг на собственный эксперимент с браслетом. Боевой дух мы решили поддерживать понедельничными пирожными.

Вывод: почти любого человека можно переключить на более оптимистичную волну.

ЕСЛИ ОЧЕНЬ ХОЧЕТСЯ, ТО МОЖНО

Сплетничать по браслетному уставу тоже не полагалось. Но в каждом законе

Оказывается, говорить о людях хорошо очень приятно.

Еще одним сюрпризом стал антипод «Счастливых понедельников» — день недовольства. Боуэн говорит, что если не можешь отказаться от жалоб, жалуйся, но только в строго отведенный для этого день. Например, 17-го числа каждого месяца. А до этого можно собирать свои черные мысли в черный-пречерный блокнот. Идея мне понравилась, и я стала записывать все неприятные события и эмоции. Но 17-го оказалось, что жаловаться мне не на что — я не смогла вспомнить, почему разозлилась на мужа из-за бежевой футболки, что ужасного было на работе во вторник и почему Катя такая дура. По истечении «срока годности» невысказанные жалобы перестали быть актуальными и выглядели глупо.

Еще один трюк — выражать недовольство на бумаге, расписывая в красках и деталях. Удивительно, но когда пытаешься изложить жалобу письменно, эмоции уходят, обнажая суть проблемы,

которая часто не стоит потраченной на нее шариковой пасты.

Вывод: не высказывать сегодня то, что можно отложить на послезавтра, глядишь — и причина для жалоб исчезнет.

ГРЕМЛИН В ВАШЕЙ ГОЛОВЕ

В каждом из нас живет по Гремлину, утверждает Боуэн, и с этим сложно не согласиться. Мой личный Гремлин особенно свиреп в определенные дни каждого месяца. Не спасает даже кофе в постель и торт в холодильнике. Особенно достается самым близким. Например, коту. Но и к внутреннему Гремлину можно найти подход, уверяет Боуэн и предлагает придумать чудищу имя и вести с ним беседы, стараясь прийти к компромиссу. Для себя я пока нашла одно подходящее решение — давать Гремлину время подумать. Каждый раз, прежде чем взорваться, я стараюсь выдержать контрольную минуту молчания. Молчу и терплю браслетик, думая о том, чтобы повесить на входную дверь табличку: «Осторожно: злой Гремлин!».

Вывод: на любой раздражитель можно научиться реагировать спокойнее, главное — найти к нему правильный подход.

21 ДЕНЬ СПУСТЯ, ИЛИ ВМЕСТО ХЕППИ-ЭНДА

Эксперимент для журнала «Дорогое удовольствие» закончился, но мой собственный продолжается. Браслет по-прежнему кочует с правой руки на левую, и я уже поняла, что «светлым человечком» мне, видимо, не стать (да и есть ли они на свете?), но положительные результаты заметны. Из 21 дня я провела как минимум треть времени в самом добром расположении духа. Муж доволен, кот наглажен (и наоборот), а в доме атмосфера мира и согласия. Что еще надо для счастья? ♡



! КАЖДЫЙ ! ! ПОНЕДЕЛЬНИК !

в Марле Бюа



**закажите 2 блюда на гриле
и получите третье блюдо на гриле
в подарок от ресторана!**

Тел: 99 88 88

WWW.MARLEBUA.RU

Для женщин поиски настоящего мужчины все чаще заканчиваются разочарованием: за деловыми костюмами и накачанными торсами обнаруживаются мальчики разного возраста, не готовые брать на себя ответственность за отношения и семью. Как ни странно, психологи утверждают, что причина феномена «вечного юноши» кроется в самих женщинах.

Не хочу взрослеть

У гениального психоаналитика, ученицы Юнга и очень плодотворного автора Марии-Луизы Фон Франц есть довольно редкая, разошедшаяся по специалистам книга под названием «Puer Aeternus. Вечный юноша».

Книга о мужской инфантильности, о мальчиках, которые не хотят взрослеть, даже обрастая бородой и всевозможными статусами. О том, почему мужчины «застревают» в детстве.

Возьму на себя смелость утверждать: в наши дни в подростковом возрасте массово застревают и женщины, и мужчины. С каждым поколением инфантилизм набирает обороты. Идея зрелого мужского сознания, которым будет сложно манипулировать, равно как и идея истинной наполняющей женственности, больше не является желательной. Чувства, представления, современные полоролевые стереотипы — в них уже произошла кастрация мужского и маскулинизация женского.

Это показывает, например, список женских требований к мужчинам, который сильно модифицировался за

последние десятилетия: мужчина-добытчик уже не так актуален. Теперь нужно, чтобы понимал, вдохновлял и поддерживал (анализ социологических исследований в США, 1980–2000-е гг.). Женщины сами научились зарабатывать и от мужчин ждут, по сути, женских качеств: понимания, вдохновения, эмоциональной поддержки — в этом «вечный юноша» незаменим, и на него, увы, есть спрос. Выходит, мы сами создаем себе партнеров такими, какими хотим их видеть. И спрос на «вечного юношу» рождает женская незрелость.



ГАЛИНА ТУРЕЦКАЯ,

психолог, кандидат наук.
Вопросы автору можно задать
через сайт www.psychologia.today

ВЕЧНО МОЛОДОЙ

Термин «вечный юноша» (лат. Puer Aeternus) появился в психологии с легкой руки юнгианских аналитиков. Он обозначает феномен застревания мужского сознания в периоде подросткового бунта, что связано с отказом от некоторых или всех форм ответственности: за отношения, детей, участие в жизни семьи, заработок, принятие решений и так далее.

Почему так происходит? Помимо общественного запроса на унисекс (склоняющегося к женственности мужчину и несущую мужские функции женщину) существует еще тотально женская система воспитания: ребенка окружают женщины дома, в детском саду, в школе. Отцы, как правило, вынесены за скобки процесса, да и самих их так воспитывали. Женский стиль воспитания — оберегающий, «как бы чего не вышло». Мужское сознание бунтует, но не имеет достаточно места для маневра. Естественная потребность в мужском списывается с рекламных образцов, а в моде сейчас накачанные мускулы, деньги, успех или мятущийся дух, если нет

первого-второго-третьего. Мальчики быстро усваивают социальную норму: быть «хорошим», чтобы получить свою порцию любви. Протестующие против взросления «вечные юноши» прерасно себя ощущают на поле чувств, поэтому интересны женщинам и легко завязывают отношения. Но как только возникает необходимость сделать шаг из романтики во взрослую жизнь, бунтуют против выполнения мужских функций — обеспечивать, защищать, отвечать за семью, создавать условия для жизни. И часто это даже выглядит похоже на возврат к детству.

Арина, сценарист и кинопродюсер, много лет состоит в отношениях с мужчиной, которые прерываются и возобновляются, когда ему нужна помощь. Он имеет достаточный доход от творческой профессии, женат, но живет отдельно от семьи, при этом не предпринимает ничего, чтобы развестись и создать семью с Ариной. Внутренний конфликт разряжается алкогольными «затмениями» и проблемами со здоровьем, что с символического языка переводится так: «Я еще ребенок, мне нужны ваше внимание и забота!». Алкоголь в данном случае демонстрирует возврат к беззаботности раннего детского возраста. Для Арины отношения заморожены на стадии редких встреч и обещаний. Это злит, выматывает, свертывает в тоску. А попытки построить отношения с другими мужчинами ни к чему не приводят.

Иногда под давлением обстоятельств «вечный юноша» женится, но психологически не берет на себя ответственность за существование семьи морально или материально. Часто он сам тяготеет своим затянувшимся взрослением, но усилием воли проблема не решается.

Из двух браков и других отношений Вадим сделал вывод, что приносит женщинам только стра-



дания, так как генетически «не пригоден для семьи» — ему мало одной женщины и тесно в рамках отношений. Он заполняет внутреннюю неудовлетворенность уходом в работу, алкоголем, детективами и компьютерными играми. 40-летнему мужчине внутри вдвое меньше — период подросткового промискуитета.

ПОПРЫГУНЬЯ-СТРЕКОЗА

Конечно, любому нормальному мужчине обидно слышать о мужской инфантильности. И на это есть достойный ответ в женскую сторону: «Загляните вглубь себя — кого вы там увидите?».

Если учесть андрогинную природу человека, о которой много писали философы и психологи, то каждая женщина несет в себе части мужской природы (Юнг назвал их Анимусом), а каждый мужчина — части женской природы (Анима). И в отношении с реальным мужчиной вступают двое: женщина сама по себе и ее «внутренний мужчина», причем именно от него в большей степени зависит успех этих отношений. Мужская часть личности женщины остается в тени, и зеркало отношений — едва ли не единственный способ ее увидеть. Самым точным отражением являются мужчины-партнеры, но не только. Это могут быть и мужчины-родственники, коллеги, начальники,

друзья... Если женщина жалуется на инфантильность окружающих ее мужчин, то можно предположить, что в ее внутренней Вселенной живет похожий недостаточно взрослый персонаж.

НЕДОБОГИ ВНУТРИ НАС

Что же делать в этой ситуации? Супермен не прилетит, чтобы всех спасти (тем более что «настоящие герои» в современном сознании девальвировались до персонажей мультфильмов). Что остается? Только личная ответственность за свою судьбу, рост личной зрелости.

Женщинам, испытывающим проблемы в отношениях с мужчинами, я предлагаю ответить на вопрос: «Если бы у вас была возможность изменить в мужчинах только одну черту, что бы это было? Лень, невнимательность, скудность, пристрастие к алкоголю, неверность, что-то еще?». Под брендом «вечный юноша» существует целый пантеон недобогов, которым только предстоит пройти свои испытания, чтобы дорасти до статуса мужчины.

«Что внутри, то и снаружи», — утверждали философы. «Наблюдатель влияет на объект», — подтверждают квантовые физики. Связь внутренних представлений определяет реальность. Каждая женщина выявляет в этом пантеоне что-то свое: внутреннего алкоголика, агрессора, манипулятора,

лентяя, нищего, Дон Жуана — все это конкретные проявления «вечного юноши». И если признать раздражающую вас мужскую черту внутри себя, то реальные мужчины перестанут вам ее «зеркалить». Вы сможете привлечь партнера другого качества, а если вы сейчас состоите в отношениях — повлиять на партнера, так как с изменением одного звена в системе меняется и другое. Привлекательность отношений в принципе для вас под вопросом? Это может быть следствием слабости внутреннего мужчины, и ему в любом случае будет полезно укрепить позиции. Благо современная психология предлагает для этого множество инструментов. В частности, инициации мужской и женской зрелости.

Наталья переживала по поводу невнимательности и равнодушия мужа и конфликтов с сыном-подростком. Во время работы с психологом она осознала, что ее собственный внутренний мужчина играет чувствами людей, и работала с образом «Внутренний манипулятор». Вскоре она почувствовала, что перестала обижаться на мужа, в отношениях появилось место пониманию, глубине, искренности. Улучшились и отношения с сыном. «Побочный эффект» проявился в решении конфликта с начальником.

Партнер Анны, рок-музыкант, выпивал во время концерта, после концерта, потом проснувшись днем — и далее по кругу. Анна выбрала для работы тему «Внутренний алкоголик» в надежде изменить ситуацию с партнером. Ей не удалось полностью преодолеть влияние окружения и связанный с профессией клубный образ жизни, но количество алкоголя в жизни пары сильно уменьшилось. От недоумения по поводу недовольства подруги ее партнер перешел к сознательным попыткам ограничить алкоголь.

ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖЧИНА VS ВЕЧНЫЙ ЮНОША

И все же образ идеального мужчины живет в женском сознании, рождая массу ожиданий. Идеал, возможно, где-то существует, но его пока никто не видел своими глазами. Зато неудовлетворенные ожидания портят отношения повсеместно. Это простое упражнение из инициационной терапии мужской и женской зрелости помогает совместить образы идеального мужчины и вашего личного вечного юноши, «упростив» одного, «подрастив» другого. Тех, кто решится на этот эксперимент, ждут очень приятные дивиденды: во-первых, в новом самоощущении; во-вторых, в отношениях; в-третьих, и не удивляйтесь этому, в делах и финансах. А понадобится для этого эксперимента всего лишь место, где вам никто не помешает, и капелька фантазии, чтобы посмотреть на себя под другим углом.

Для начала предлагаю создать проект идеального мужчины. Какие качества вы хотите в нем видеть? Напишите список на листе бумаги, а затем переверните и подпишите этот лист «Идеальный мужчина». На другой лист вынесите ту грань вечного юноши, которая раздражает вас в вашем партнере или мужчинах в целом больше всего. Это может быть лень, невнимательность, безответственность. Расположите оба листа на полу. Встаньте на любой из двух листов и дайте себе время почувствовать ощущения в теле, какие эмоции при этом поднимаются и какой образ рождается (1–2 минуты). Интенсивность телесных ощущений, эмоций, образов может быть разной, сначала они могут вовсе не возникать — работа на уровне подсознания происходит независимо от этого.

Рассмотрите возникший образ: возраст, внешность, одежда, какое впечатление производит этот персонаж. По возможности почувствуйте себя им: какое у вас настроение, чего вам сейчас не хватает, чего хочется? Например, вечному юноше хочется оказаться на солнечном пляже с коктейлем в руках — представьте, что все так и происходит. Как чувствуете себя тогда?

Посмотрите на второй лист — представляется ли там какой-то персонаж и какое у вас к нему отношение? Переходите на второй лист и так же исследуйте свои ощущения в теле, эмоции и образ; представьте, что его желания удовлетворяются.

После этого представьте, что персонажи обмениваются подарками. «Идеальный мужчина», как правило, достаточно силен, уверен, успешен, но у него часто зашкаливает серьезность (он ведь должен соответствовать вашим ожиданиям об идеале, это напрягает). «Вечный юноша» может поделиться с ним радостью, легкостью, умением создавать отношения. А «Идеальный мужчина» может подарить деньги на создание собственного дела или образование.

В завершение упражнения рекомендуется со стороны посмотреть на обоих персонажей одновременно, подарить им один общий подарок на двоих или представить, что они могут делать вместе.

Стоит лишь прикоснуться к мощным силам подсознания, и они становятся доступны и встают на службу личности, благодаря чему вы очень скоро заметите, как меняется отношение к вам со стороны других людей. Чтобы дать новым ресурсам постоянную прописку в вашем внутреннем мире, будет очень полезно проделать это упражнение циклом, например 5–7 раз в любом графике, выполняя работу с листочками в течение нескольких минут в день.

Аналогичным образом мужчины могут работать с образами «Идеальная женщина» и «Вечная девочка», выписывая на второй лист то, что больше всего не устраивает вас в конкретной женщине или женщинах в целом (например, «Внутренняя транжирка», «Внутренняя блондинка», «Внутренняя неряха» и т.д.).

ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ

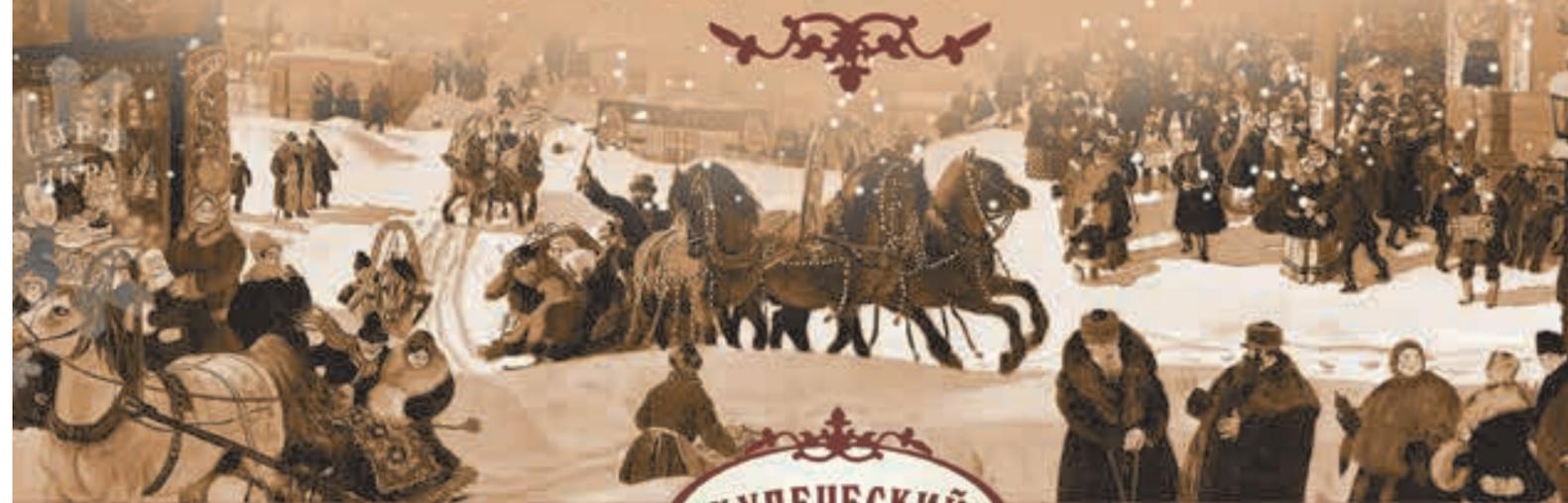
Изменить себя трудно, другого — невозможно. Но, начав с себя, вы сможете привлечь партнеров другого качества или дадите шанс на улучшение вашим текущим отношениям. Это не миф и не сказка, а механизм работы человеческого подсознания. ♡



*Ресторан «Купеческий дом»
и магазин «Купец» представляют*

**Программа для детей и взрослых,
посвященная рождественским каникулам!
Гулянья с купеческим размахом!**

В программе с участием Деда Мороза и Снегурочки:
танцы, песни, конкурсы, игры, дискотека, а также призы от Купца!
8 января рядом с магазином «Купец» можно не только насладиться
морозным воздухом, но и весело провести время!
Организатор праздника — Ирина Павленко.



Магазин «Купец»,
ул. Иркутский тракт, 68

**КУПЕЧЕСКИЙ
«ДОМЪ»**

пер. Батенькова, 7,
тел.: 99-45-01, 25-00-69,
www.restoran.k-dom.tomsk.ru

Сбежать — пусть совсем ненадолго — за солнцем и приключениями, разделить яркие эмоции с самыми близкими людьми — это ли не лучший новогодний подарок!

5 ПЛАНОВ ЗИМНЕГО ПОБЕГА

НА РАЙСКИЙ ОСТРОВ

Мальдивы

Мальдивские острова разбросаны в Индийском океане, словно жемчужины, и одна из них — остров Мудду, расположенный вблизи биосферного заповедника Ханифару Хураа, известного как пастбище скатов-манта и китовых акул. Три года назад на острове открылся роскошный отель Dusit Thani Maldives, где гостей встречают просторные бунгало, домашний коралловый риф и бирюзовые воды лагуны.

Влюбленные выбирают это место, чтобы провести здесь романтическую свадебную церемонию. Во время райского медового месяца о комфорте молодых заботится персональный свадебный менеджер.

Семьи с детьми и большие компании здесь ждут развлечения на любой вкус: круизы на закате с коктейлями и закусками, тематические ужины, курсы сомелье, мастер-классы тропических коктейлей и тайско-мальдивской кухни.

Не придется скучать и детям — мультинациональная команда аниматоров научит их делать карнавальные маски, печь имбирные пряники, показывать фокусы и даже находить сокровища! А в Devarana Spa маленьких непосед ждут шоколадно-карамельные обертывания и мятные ванночки для ног — все как у взрослых.

В ПЛАНАХ:

- Отправить отпрысков в детское SPA
- Увидеть ската-манту, маленькую акулу и большую черепаху
- Научиться готовить блюда тайско-мальдивской кухни

Отель Dusit Thani Maldives



Отель Metropole Monte-Carlo

В зимнем сезоне Жоэль Робюшон представил гостям новое меню



В МАЛЕНЬКУЮ СТРАНУ

Монако

Сегодня, как и полтора века назад, Лазурное побережье Франции и Монако остаются в числе классических зимних русских направлений. Зимой и без того похожее на картинку княжество Монако преобразуется в иллюстрацию к рождественской сказке. В самом сердце княжества располагается роскошный отель Metropole Monte-Carlo, еще в конце XIX века ставший излюбленным местом состоятельных путешественников.

За свою долгую историю отель перенес три масштабные реставрации, изящно сочетая стилистику Belle Époque с современными достижениями в области дизайна и комфорта. Над ландшафтом территории, фасадом и интерьерами

здесь работали известные архитекторы Жак Гарсиа и Дидье Гомез, за кухню мирового класса в четырех ресторанах отвечает обладатель самого большого в мире созвездия «Мишлен» шеф-повар Жоэль Робюшон, а Карл Лагерфельд специально для отеля создал современную фотографическую интерпретацию приключений Одиссея, увековеченную в виде стеклянной ширмы на террасе с бассейном. А к Рождеству приглашенные знаменитые дизайнеры традиционно декорируют отель в определенной стилистике, и каждый год тема декорации — сюрприз для гостей.

Если после неспешного завтрака вы настроились на шопинг, вам не придется далеко ходить. Улица бутиков и торговый центр расположены прямо у отеля. Буквально в двух шагах от него находится и легендарное казино Монте-Карло, которое, как утверждают в Монако, за

полтора века закрывалось лишь один раз — в день, когда началась Первая мировая.

Благодаря миниатюрным размерам княжества за одну прогулку можно посетить и Павильоны садов Буленгрин с шикарными бутиками, и Океанографический музей. Тем, кто предпочитает национальный колорит, придется по вкусу рождественская деревня на набережной с великим выбором простых угощений и местных деликатесов, каток и аттракционы. И не бойтесь замерзнуть на прогулке — в зимние месяцы столбик термометра в Монако не опустится ниже 13 градусов, а солнце светит более трехсот дней в году, так что не забудьте солнечные очки.

А по вечерам в Альберт-холле гостей княжества ждут шоу, выступления музыкантов и артистов балета с мировыми именами.

В ПЛАНАХ:

- Испытать судьбу в легендарном казино
- Устроить круиз по клубам, заранее записавшись в СПА Metropole
- Повеселиться на «народных гуляниях» в рождественской деревне

В СИАМСКОЕ КОРОЛЕВСТВО

Пхукет, Таиланд

На острове Пхукет, среди сочных зеленых лужаек и пышного тропического сада, на пляже живописной лагуны, омываемой теплыми водами Андаманского моря, расположился Dusit Thani Laguna Phuket — один из пяти комфортабельных отелей, входящих в закрытый курортный комплекс Laguna Phuket. В дизайне просторных номеров и вилл с собственными бассейнами сочетаются национальный колорит и передовые технические решения.

В числе шести роскошных ресторанов — лауреат множества наград La Trattoria, славящийся аутентичной итальянской кухней и названный одним из «Лучших ресторанов Таиланда в 2014 году», по версии тайского журнала Tatler.



К рождественским праздникам и новогодним торжествам в отеле подготовились заранее. В канун католического Рождества в La Trattoria сервируют ужин с 4-мя подачами блюд. Начало Нового года ознаменует грандиозное шоу «Мулен Руж», созданное под руководством тайских хореографов, и праздничный гала-ужин. А 6 января гости из России смогут встретить Рождество в пляжном ресторане Casuarina с барбекю-специалитетами из свежай-

ших морепродуктов и мясных деликатесов.

Пхукет знаменит своими пляжами. Лучшее, что можно сделать — это взять напрокат машину или скутер и объездить их все. Например, на Patong приезжают для того, чтобы кутить и развлекаться до утра, на Kata — за высокими волнами и серфингом, а на пляж Nai Harn сбегают от шума и суеты, чтобы заняться дайвингом и снорклингом, посетить яхт-клуб и старинный монастырь, расположенный неподалеку.

В ПЛАНАХ:

- Увидеть тайское шоу «Мулен Руж»
- Повеселиться на пляжной барбекю-вечеринке
- Взять напрокат скутер, объездить все пляжи острова и найти лучший



Отель Dusit Thani Laguna Phuket

НА РОДИНУ КОКО ДЕ МЭР

Сейшелы

Зимой на море стихают волны, а сильные ветра, характерные для летней поры, превращаются в легкий освежающий бриз — на Сейшелах наступает высокий сезон. Всего в 30 минутах езды от международного аэропорта Маэ, на берегу бухты Интенданс, окаймленной песчаным пляжем, находится отель Banyan Tree Seychelles. Именно этот пляж большие сейшельские черепахи выбрали одним из любимых мест гнездования, и черепашата появляются на свет именно в зимние месяцы. В отеле путешественникам предложат окунуться в богатое наследие креольской культуры — в ресторане Chez Lamaг пройдут выставки местных художников, где гости смогут приобрести картины в свои частные коллекции. Один день стоит посвятить поездке на остров Праслин в заповедник Valle de Mai, где, согласно местной легенде, находились райские сады Эдема. Кстати, это единственное место в мире, где растет пальма Коко де Мер, символ Сейшел. Для созревания этому необычному двуполому кокосовому ореху требуется около семи лет, а его вес может достигать 40 килограммов.



Отель Banyan Tree Seychelles

В ПЛАНАХ:

- Совершить большую экскурсию по острову Маэ
- Оценить творчество местных художников
- Отправиться на Праслин и увидеть Коко де Мэр не только в виде штампа в своем загранпаспорте

НА ПОИСКИ ГОЛУБОГО МАРЛИНА

Маврикий

Коралловые рифы и потухшие вулканы привлекают на этот остров в Индийском океане дайверов и любителей морской рыбалки со всего мира — здесь клюют тунец, марлин, барракуда, парусник, дорада и даже различные виды акул. Средняя температура воды на Маврикий не опускается ниже 23 градусов.

На западном побережье острова расположен шикарный отель Maradiva Villas Resort&SPA, виллы которого построены в традиционном маврикийском стиле, роскошно отделаны и оснащены по последнему слову техники. Пока прекрасные дамы расслабляются на аюрведической терапии в SPA-центре и занимаются йогой, джентльмены совершенствуют свое тело под руководством личного тренера в тренажерном зале и постигают водные виды спорта.

Кстати, воспользовавшись спецпредложением, супруги могут открыть новые грани счастливого семейного отдыха, поселив детей на собственной отдельной вилле.

В ПЛАНАХ:

- Предоставить детям отдельную виллу
- Расслабиться на аюрведической терапии в SPA-центре
- Заказать на ужин собственноручно пойманного тунца



Отель Maradiva Villas Resort&SPA

Путешествие к себе

В первом номере наступившего года клиенты и друзья журнала «Дорогое удовольствие» делятся впечатлениями о своих путешествиях, которые им удалось совершить в году прошедшем. Участники travel-рубрики пришли к очень важному выводу: познавая другой мир, мы получаем возможность заново узнать и понять, прежде всего, самих себя...

ЭКЗОТИЧЕСКАЯ РОССИЯ

АННА ИВАНОВА,
агентство «Рекламный Дайджест»

В этом году я наконец-то повзрослела и доросла до путешествия по своей родной стране! В моем случае «внутренний туризм» был очень даже «внешним» — я отправилась в поездку по Золотому кольцу России с установками человека, объехавшего большую часть планеты и желающего увидеть родину глазами чужестранца. Именно в этот момент я встретила где-то на просторах интернета прекрасную цитату, как бы иллюстрирующую мои намерения: «Высшая цель путешествия не в том, чтобы увидеть чужую страну, а в том, чтобы увидеть свою страну как чужую» (Г. Честертон). Все маршруты визиточного формата вроде Золотых «колец/треугольников» для первого знакомства с любой новой страной идеальны, так как позволяют понять, стоит ли тебе продолжать свои отношения с тем или иным регионом. Главное — выбрать оптимальное время для своей поездки. Золотое кольцо России производит потрясающее впечатление в конце весны, когда все города и де-



ревни утопают в белоснежной пене лепестков цветущих яблонь, из которой выныривают то золоченые купола церквей, то резные наличники старинных усадеб, то высокие каменные стены кремлей... От названий городов, встречаемых до этого разве что в учебнике истории, так и веет уютной патриархальностью — Владимир, Кострома, Переславль-Залесский, Ростов, Сергиев Посад, Ярославль, Углич и моя новая любовь — Суздаль, пахнущий медом и травами. Нашла ли я на этом маршруте то, что называют «геномом русской души»? Попробую рассказать в своих статьях в весенних выпусках «Дорогого». В любом случае теперь я уверена: есть что-то в этой стране удивительное и уникальное!



MIA BELLA SARDEGNA!

ЛЮДМИЛА НИКОЛАЕВА,
студия красоты «Звезда кино», кафе-кондитерская «TORTA»

Я давно мечтала приехать на Сардинию, и с первых минут нахождения здесь поняла, что моя интуиция не обманула меня. Одним из плюсов этой поездки стала возможность прожить на этом итальянском острове вместе с сыном целый месяц, который навсегда сохранил удивительную Сардинию в моем сердце. Прозрачное бирюзовое море, необозримые просторы, побережье диких пляжей, опоясывающее весь остров... Здесь никто никуда не спешит, и кажется, что века и цивилизация прошли мимо этого места. Сардиния сильно отличается от материка, темп жизни здесь неторопливый и несуетный, нет многочисленных туристов. Мне безумно хотелось сохранить в памяти абсолютно каждое мгновение того удивительного времени, что я здесь пробыла. Ласковое, невероятно чистое море, вкуснейшая еда, удивительное чувство покоя и вместе с тем переполняющие душу и сердце эмоции. Я влюблена в Сардинию, в ее море, чудесный климат, природу, прирученную человеком и совсем дикую, мягкий средиземноморский климат, в ее гостеприимных людей, в ощущение абсолютной свободы, которое я там испытала. Забыть ее невозможно — и я обязательно вернусь туда снова.

ИТАЛИЯ — ДЕЛОВАЯ И ВКУСНАЯ

ИВАН ОШЛАКОВ,
салон мебели и интерьерных
решений «Maestro»

В прошедшем году у меня состоялась очередная рабочая поездка в Италию с заказчиком по индивидуальному проекту: вместе с клиентом салона мы отправились по шоу-румам фабрик-производителей на север страны. Клиент лично хотел принимать участие в выборе мебели и аксессуаров для своего загородного дома: потрогать образцы ткани, проверить на себе действие и удобство мебельных механизмов, «примерить» все это в свой интерьер. Таким образом, поездка оказалась весьма насыщенной в деловом плане. Одновременно с этим нам удалось познакомиться и с потрясающей местной кухней, и с традициями региона. Особое впечатление осталось у нас от путешествия в город Парма, который является центром итальянской гастрономии: здесь в промышленных масштабах производятся



деликатесы, известные во всем мире: различные виды сыров, среди них — пармезан, конечно, ветчина пармская, макароны Barilla — любимое национальное пристрастие и многое другое. В качестве развлекательного момента рабочей поездки мною также был организован тур в регион Тревизо, известный всему миру производством сухих игристых и красных вин, одно из которых — Prosecco. Завершающим этапом поездки стало посещение Всемирной выставки-2015 в Милане (Esposizione Universale Milano 2015).

АРОМАТЫ МОНАКО

ИРИНА АКСЕНЕНКО,
клиника эстетической медицины
«Cher ami»

В силу ряда обстоятельств я побывала во многих странах мира. И, безусловно, каждая страна уникальна и интересна. Но первое, что пришло на ум, когда получила предложение об участии в рубрике о путешествиях, — это Монако, где ежегодно в конце марта — начале апреля проходит один из знаковых мировых конгрессов в области эстетической медицины. Традиционно вот уже много лет подряд являясь участником этого мероприятия, я бываю весной в этой чудесной стране — совмещаю приятное с полезным!

Благодаря интенсивному рабочему ритму, восхитительной обстановке, цветам и ароматам этого города рождаются новые идеи и понимание, что «брать на вооружение» в нашу клинику, куда двигаться в своей работе дальше. Архитектура и быт этой крошечной страны представляют по сути один большой музей. Обойти всю страну неспешным шагом можно всего за пару часов.



Музей Наполеона, Японский сад, океанографический музей, сады Святого Мартина, район Монте-Карло и многие другие места производят неизгладимое впечатление! На фото — известный на всю Европу ресторан цветов, в котором всего несколько столиков, и чтобы попасть в него, следует за 6-7 месяцев до того предварительно записаться. Каждый день до обеда хозяин ресторана создает новый интерьер из живых цветов, который ни разу не повторился. Ощущение, что очутился в райском саду!

ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ В ПРАГЕ

АНАСТАСИЯ БЕЛЯНКО,
юридическая компания
«Белянко и партнеры»

Из последних путешествий очень запомнилась Чехия. Может, потому что впервые мы летали в отпуск в новом составе, с нашей маленькой дочкой. Прага невероятно красива, особенно осенью. На протяжении всего пребывания меня не покидало ощущение какой-то сказочности этого города: замки, мосты, крепости и площади, маленькие домики с красной черепицей и горшки с яркими цветами на окнах. Такое впечатление, что это реальный город из детских сказок. Все это в сочетании с невероятной открытостью и доброжелательностью местных жителей и туристов создает ощущение, что ты живешь там всю жизнь и просто вышел, как обычно, на прогулку с семьей. Несмотря на большое количество туристов, атмосфера в Праге очень спокойная и размеренная, позволяет не о чем не думать и хорошо отдохнуть. При этом город очень современ-



ный, отдыхать там с ребенком одно удовольствие: везде есть детские комнаты и любое заведение — музей или магазин — оборудованы заездами для колясок, поэтому нет никаких ограничений для отдыха с маленькими детьми. Прага — один из тех городов, куда хочется вернуться еще не раз.



САНТОРИНИ — ОСТРОВ МЕЧТЫ

ОЛЬГА КОВАЛЕВСКАЯ,
бутик «Mosaico Family»

Я очень люблю путешествия, моя жизнь щедрa на них. Обычно мои маршруты пролегают через Францию и Италию. Часто езжу в Милан и Париж по делу, каждый раз вдохновляясь красотой и атмосферой этих городов, их архитектурой, великолепными музеями и выставками. Путешествовала по Тоскане, была на Сицилии, в Нормандии и Бретани, очарована Венецией и Вероной, Довилем и Ницей... Этим летом немного неожиданно для самой себя попала на греческий остров Крит и побывала на потрясающем воображение бело-синем острове Санторини. Необычная красота Санторини не может оставить равнодушным: краски и архитектура городов Ия и Тира навсегда останутся в памяти! Потрясающие восходы и закаты, когда огромный солнечный шар, подобно свече, тает в морских волнах,



необычной красоты цвет морской глади — мое сердце осталось на Санторини! Пришлось возвращаться! Зря говорят, что нельзя возвращаться в те места, где ты был счастлив. У меня, например, это всегда получается!



ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВОСТОК

ОЛЬГА БАШКОВА,
управляющий партнер адвокатского бюро Ольги Башковой

Желание посетить Стамбул возникло у меня после просмотра сериала «Великолепный век». Я представить себе не могла, что когда-нибудь сама увижу знаменитый султанский дворец «Топкапы», который находится в Старом городе, его прекрасные исторические здания, буду идти по узким улочкам Старого города, по дороге, выложенной камнем, ощущать волшебную энергетику и атмосферу. Рядом с дворцом есть очень красивый парк — находится в нем наслаждение, особенно, когда понимаешь, какие великие исторические личности прогуливались там. Ни от одного города я не испытывала таких радостных эмоций!

Не меньше впечатлила меня поездка и на Принцесы острова, бывшие когда-то местом ссылки опальной знати. Мы попали на один из них — Бююкада. Этот небольшой остров можно обойти за половину дня, там даже нет транспорта — только лошади и велосипеды. Красивейшее прозрачное Мраморное море, сосновый бор, по которому я гуляла босиком, и всюду ощущаешь особый исторический дух. Мне очень понравились приветливые жители острова, совсем не похожие на обитателей курортных зон, а еще там просто наивкуснейшая еда! На острове есть старинный православный монастырь, он находится на горе, подъем на которую занимает полтора часа по каменной дороге. Там ты забываешь, что где-то есть большие города с их суетой, расслабляешься полностью, ощущаешь себя невероятно, просто сказочно!.. Ни одно из мест, где я была раньше, не вызывало таких радужных и очень глубоких впечатлений.



City guide



«ЖИВЫЕ» КАРТИНЫ

Приобретение хорошей картины талантливого художника — это не только эстетическое удовольствие и завершённый дизайн помещения. Это и высокий уровень планки собственного имиджа, и подчеркивание социального статуса, и демонстрация изысканного вкуса, и степени образованности, и звание знатока. «Живая» картина — визитная карточка не только художника, но и ее владельца, мецената, понимающего значимость произведения искусства в истории и развитии человечества.

В Арт-бутике «Русский Шарм» вы всегда можете познакомиться с работами интересных томских художников — как мэтров современной живописи, так и их учеников: Рафаэль Асланян, Николай Коробейников, Татьяна Коробейникова, Ольга Починнова, Роман Чупин, Ольга Хрускова, Олеся Заика.

Арт-бутик «Русский Шарм», «Галерея бутиков На Набережной», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, тел. 8-961-098-19-33, instagram russkiysharm



СЕЗОН СКИДОК

Популярный бутик дизайнерской одежды и авторских украшений «Season de la Russ», который успешно продвигает на томском рынке одежду российских брендов, объявляет сезон рождественских распродаж. Воспользуйтесь возможностью купить эксклюзивную одежду со скидками до 50%, которая идеально подойдет женщинам всех возрастов, предпочитающих вечное очарование романтического стиля.

Магазин дизайнерской одежды «Season de la Russ», пр. Фрунзе, 90, ТЦ «Форум», тел. 22-89-15



ЗИМНИЙ SALE В «MOSAICO FAMILY»

В бутике мужской и женской люксовой одежды и аксессуаров «Mosaico Family» разработана система лояльности клиентам, целиком и полностью направленная на то, чтобы покупатель мог приобрести дорогую качественную вещь по минимальной цене. Кроме индивидуальных скидок по семейной карте, носящих накопительный характер, в бутике регулярно проходят сезонные сейлы. Так, сейл на коллекции Осень/зима начинается в январе-феврале, а вещи с сезонными скидками из коллекций Весна/лето можно приобрести начиная с июля-августа. В бутике есть постоянно действующий Дисконт-зал, где вещи из коллекций предыдущих сезонов можно приобрести со скидками до 70%! Традиционные клиентские мероприятия позволяют дополнительно экономить. Это, например, тематические шоппинги, имеющие интересную программу: показ коллекций на моделях, музыку, сладости и напитки, подарки от бьюти-партнеров и, конечно, дополнительные скидки! Перед праздниками клиенты бутика «Mosaico Family» могут приобрести в подарок близкому человеку Подарочный сертификат. Деньги зачисляются на карту дарителя, а тот, кому сделали такой подарок, может сам приехать в бутик, все посмотреть, померить и выбрать именно то, что понравится и подойдет ему больше всего.

«Mosaico Family», «Галерея бутиков На Набережной», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, тел. 51-45-61, instagram @mosaico_family



СЕРТИФИКАТ КАК ОСОБОЕ ИСКУССТВО

Салон «Маэстро» продолжает делать жизнь своих клиентов удобной и комфортной: теперь в салоне можно купить подарочные сертификаты на любую сумму — в зависимости от пожеланий и возможностей покупателя. Несомненно, что не останется незамеченным и оригинальный дизайн сертификата, выполненный на основе колоритных и расцветок, представленных в мебельном каталоге «Маэстро».

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



ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ КРЕМ V.I.F. LA PERSONNE

Сертификат на изготовление персонального крема V.I.F. La Personne — это особенный подарок! Наша кожа имеет свои индивидуальные особенности, поэтому могут быть сложности при подборе готового крема, который должен одновременно решать все проблемы кожи. Но мы нашли выход! Крем-эксперт V.I.F. La Personne — персональный крем, созданный с учетом особенностей кожи конкретного человека. Приобрести сертификат, а также заказать изготовление индивидуального крема можно во всех клиниках ЛИНЛАЙН.

ЛИНЛАЙН, пр. Ленина, 113, тел. (382-2) 283-535, www.linline.ru



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 неяркой цветочной вышивкой. Коллекция Pheasant Hunt представлена всеми любимой портьерной тканью с фазанами и мебельными тканями с оригинальными рисунками. Коллекция 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

КВАРТИРА

по адресу

ул. Трифонова, 20



огороженный двор

Этаж 1 и 2 (Двухуровневая)

Общая площадь:
208 кв. м + терраса 40 кв. м

4 комнаты

отделка в отличном состоянии

План 1 этажа



План 2 этажа



Два гаража по ул. Трифонова, 22
(имеют общие ворота-жалюзи)

Цена: 13 500 000 р.

Телефон собственника:

+7-909-547-02-00

НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ PRONOVIAS 2016



Законодатель свадебной моды испанская марка Pronovias в основу коллекции 2016 года включила модели, которые любят невесты со всего мира. Это очаровательные А-образные платья и изысканные силуэты «русалка», наряды представляют собой гармонию кроя и роскошной отделки. Основная тенденция коллекции — акцент на спине, подчеркнутый вырезами и кружевным обрамлением. Также характерной чертой стало использование ультра-легкого прозрачного тюля, украшенного кружевами,

создающими эффект узоров на обнаженной коже. Музой бренда является современная девушка, и цель каждой коллекции — подчеркнуть ее красоту, именно для нее дизайнеры каждый год создают уникальные коллекции на грани эстетического совершенства. Премьера Pronovias 2016 в центре свадебной и вечерней моды «Подружка невесты» состоится в феврале. Непременно ждем вас!

Центр моды и красоты
«Подружка невесты»,
ул. Гоголя, 55, тел.: 777-444, 444-777,
www.topnevesta.com; instagram,
vkontakte, Facebook: topnevesta
Посмотрите, как мы работаем:
«Уроки стиля и красоты»
от «Подружки невесты»
на канале YouTube



МОДНЫЙ НОВЫЙ ГОД!

В новом году «Fashion House Kids» дарит своим маленьким модникам и их родителям грандиозные скидки на все коллекции прошлого сезона! Разнообразные фасоны нарядных платьев для девочек и мини-варианты стильных костюмов для мальчиков, представленные в широкой размерной линейке, понравятся всем без исключения! Для прогулок можно выбрать модные и комфортные куртки и брюки, яркие и теплые джемперы — ассортимент удовлетворит самых взыскательных покупателей.

Магазин «Fashion House Kids»,
пр. Ленина, 80 а, ТЦ «Big City» (4-й этаж)



АЭРОЙОГА — ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

Аэройога (антигравитационная йога) — уникальная система тренировок, принципиально отличающаяся от всех существующих и позволяющая бороться с земным притяжением. Популярность аэройоги растет, и все больше людей во всем мире становятся поклонниками данного вида тренировок. Во время занятий аэройогой упражнения выполняются при помощи гамака из высокопрочной ткани, выдерживающего вес до 180 килограммов. Что же получает человек, который приходит к нам на занятия? На тренировке вы наращиваете силу, становитесь более ловкими, гибкими и сбалансированными. Неустойчивость гамака вынуждает держать баланс и работать мышцы, в обычных условиях остающиеся незадействованными. Перевернутые позы, являющиеся неотъемлемой частью тренировки, способствуют самообновлению и улучшают кровообращение, помогают снять хроническое напряжение в пояснице и шее, укрепляют дыхательную и сердечно-сосудистую системы. При регулярных занятиях аэройогой повышается тонус мышц, формируется подтянутая, гармонично развитая и привлекательная фигура. Еще одним достоинством аэройоги является эффект расслабления. 100% хлопковая ткань гамака удовлетворяет потребность человека в кинестетических ощущениях, обеспечивая чувство безопасности и безмятежности. Программы антигравитационной йоги подходят для людей любого уровня физической подготовки и для всех тех, кто стремится к здоровому образу жизни! Приходите и попробуйте сами!

«Аэройога», ул. Герцена, 44, тел. +7-913-801-91-42,
vk.com/airyoga.tomsk, @airyoga.tomsk,
Facebook.com/airyoga.tomsk



НЕОЖИДАННЫЙ ПОДАРОК

Близится День всех влюбленных, а значит, настала пора показать своей второй половине всю искренность и глубину своих чувств! Мы уже привыкли к тысячам сердечек, открыток и сладких конфет в этот день, но не пора ли проявить оригинальность и преподнести любимому человеку неожиданный презент? Предлагаем вам рассмотреть возможность подарить партнеру на День всех влюбленных такой подарок, который улучшит вашу интимную близость и поможет лучше понять друг друга. Когда пары используют сенс-игрушки, между ними устанавливается определенная степень доверия. Это переход на новый уровень, еще более близкий, открытый и интимный. Если ваша пара находится в начале развития отношений, хорошим решением для познания друг друга и приятного сюрприза в этот день станет вечер чувственного массажа в благоухании ароматических масел и приглушенном свете свечей. В процессе нежного эротического массажа вы сможете раскрыть новые эрогенные зоны друг друга, получая одновременно массу удовольствия от процесса. Если вы уже достаточно хорошо знаете друг друга, тогда стоит подумать о том, чтобы перейти на новый уровень удовольствия. Многие девушки испытывают сложность с достижением оргазма без дополнительной стимуляции. Решать данную проблему призваны игрушки с клиторальным стимулятором. А может быть, стоит задуматься о стимуляторе точки G? Такой подарок не только выразит заботу о партнере, но и покажет вашу готовность к новым открытиям в интимной жизни. Для современных мужчин, знающих цену страсти, отличным подарком станет гаджет для профилактики мужского здоровья и удовольствия. Такая игрушка не только будет полезна для мужчины, но и послужит поводом для массы новых фантазий вашей сенсуальной игры! Если вашим отношениям не хватает настоящей страсти и новизны, тогда стоит обратить внимание на игры «пожестче». Тема БДСМ давно не воспринимается в штыки, более того, стала философией, сочетающей максимальное доверие к партнеру. Начать знакомство с БДСМ вам поможет маска на глаза или элементы бондажа, не требующие особых навыков использования. С их помощью вы лишите партнера одного из пяти чувств, многократно усилив его удовольствие от оставшихся. Эстетическое и моральное удовольствие от легкого доминирования внесут в отношения необходимые краски.

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



18+



Отпуск
Драгоценное время,
которое принадлежит
ТОЛЬКО ВАМ

Tezaurum
TRAVEL

Тел. 56-06-05, пр. Кирова, 39



«ПО СЛЕДАМ БЕЛОГО КРОЛИКА»

Скажите честно, когда вы в последний раз перечитывали сказку «Алиса в Стране чудес»? Давно, наверное? А знаете, что в этом году этой сказке исполнилось 150 лет?!

В преддверии приближающегося самого сказочного праздника года Арт-бутик «Русский Шарм» вместе с художниками Ольгой Хрусновой, Романом Чупиным, Олесей Заикой, Натальей Игнатъевой подготовили выставку «По следам Белого кролика», посвященную этой замечательной сказке! На открытии, состоявшемся 13 декабря, гости радовались чудесам, сюрпризам, подаркам и наслаждались угощениями от нашего любимого сладкого партнера кафе «СчастьЕсть»!



СЛЕДУЙ ЗА БЕЛЫМ КРОЛИКОМ, АЛИСА!

13 декабря бутик «Mosaico Family» провел клиентский день в честь юбилея выхода книги Л. Кэрролла «Алиса в Стране чудес». Важная культурная дата стала приятным поводом, чтобы порадовать клиентов бутика оригинальными десертами от постоянного партнера и лучших друзей кафе «СчастьЕсть», дополнительными скидками на коллекции представленных брендов, а также подарками от партнера вечера — имидж-студии «Sebastian Professional». Немало удовольствия доставил всем присутствующим и живой кролик Бусик, который веселил гостей весь вечер!





РОЖДЕСТВЕНСКАЯ ЯРМАРКА В «МОДНОМ БУЛЬВАРЕ»

10 декабря в «Модном Бульваре» прошла Рождественская ярмарка, на которой было представлено яркое модное дефиле марок Marc Cain, Sportmax, Marella. Кроме показа, каждого гостя порадовали приятным подарком от магазина. Партнерами мероприятия стали «Студия цветов Ларисы Балашовой», фотостудия «Счастье», студия декора «Decor & Love», мастерская игрушек «Specii decor» и мастерская «Fabrica».





ФРАНЦ ХЕП НА ДЕЛОВОМ ЗАВТРАКЕ В ТОМСКЕ

2 декабря в Томске состоялся деловой завтрак для клиентов Сбербанка Первый. Анализ макроэкономической ситуации в России и обсуждение структурных продуктов стали основной темой выступления директора департамента глобальных рынков Sberbank CIB Франца Хеп.

Визит столь высокого гостя был неслучайным, именно томское подразделение по обслуживанию значимых клиентов является лидером продаж структурных нот в Сибирском банке. Как раз этот продукт разрабатывает Франц и его команда в Sberbank CIB.



ПЕРСОНАЛЬНАЯ ВЫСТАВКА ОЛЕСИ ЗАЙКИ В АРТ-БУТИКЕ «РУССКИЙ ШАРМ»

28 ноября в Арт-бутике «Русский Шарм» состоялась презентация первой персональной выставки томской художницы Олеси Зайки «Безграничное счастье». Яркая колористическая палитра и выразительная экспрессия живописи ученицы выдающегося художника и педагога Рафаэля Асланяна не оставили равнодушными гостей вечера.

Мировосприятие молодой художницы транслируется через любовь, эмоции, свободу импровизации. Гостям были предоставлены мольберт с чистыми листами и пастельные мелки, с помощью которых можно было нарисовать СЧАСТЬЕ! Солнечную атмосферу вечера наполнили звуки великолепного саксофона Игоря Новицкого и изысканные угощения от кафе #СчастьеЕсть.

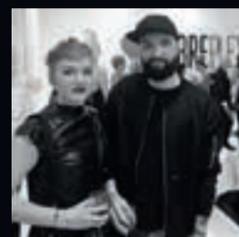




ГОД ПОД ЗНАКОМ «SEBASTIAN PROFESSIONAL»

2015-й стал годом больших успехов и достижений для имидж-студии «Sebastian Professional». Среди важных событий в жизни студии — участие в престижном конкурсе «Russian Hairdressing Awards 2015», приз в номинации «Авангард» на премии лучших салонов России «Prestige club».

В прошедшем году мастера «Sebastian Professional» Илья Ковалев и Ольга Шубертович стали амбассадорами бренда «Sebastian Professional», а их коллега Инна Губина — амбассадором бренда Nioxin. Галина Лычковская участвовала в подготовке премии женщины года журнала «Glamour» в качестве эксперта бренда «System Professional». Самые яркие имиджевые работы студии были опубликованы на страницах профессиональных журналов «Долорес» и «Арт куафюр». В течение всего года команда повышала свое мастерство на различных семинарах, мастер-классах и уроках в Томске, Новосибирске, Москве и Лондоне.



БОЛЬШАЯ КОКТЕЙЛЬНАЯ КАРТА
АВТОРСКАЯ ПАНАЗИАТСКАЯ КУХНЯ



ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ ИНТЕРЬЕР
КИЛОВАТТЫ ЗВУКА

ОСНОВНОЙ И КАРАОКЕ-ЗАЛ

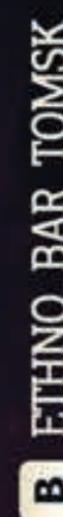


ЗАКАЗ СТОЛОВ 996-995
НАБЕРЕЖНАЯ РЕКИ УШАЙКИ, 16 (2 ЭТАЖ)

ЛИНИЯ ОТРЫВА

ДЕЙСТВУЕТ ДО 1 МАРТА

КОМПЛИМЕНТ ОТ БАРА



ETHNO_BAR_TOMSK



ETHNO_BAR_TOMSK

ЗАКАЗ СТОЛОВ 996-995 НАБЕРЕЖНАЯ РЕКИ УШАЙКИ, 16



ВЕЧЕРИНКА В СТИЛЕ «NYX»

11 декабря в *Brise Lee Bar* прошла классная вечеринка в стиле «NYX», посвященная открытию второго магазина косметического бренда NYX в нашем городе. На зимнем женском празднике прекрасным томишкам предлагалось сделать экспресс-макияж от визажистов бренда, поучаствовать в розыгрыше подарочных сертификатов и специальных коктейлей «NYX».



РОЖДЕСТВЕНСКАЯ КОЛЛЕКЦИЯ LOVE REPUBLIC



27 ноября в честь восьмого дня рождения ночного клуба «Teatro» состоялась показ Рождественской коллекции Love Republic. Вдохновляясь последними тенденциями и любовью ко всему прекрасному, Love Republic представил коллекцию вечерних платьев для самой главной ночи: соблазнительные мини и волнующие макси, фантазийное кружево и благородный атлас, элегантность и соблазн — все самое женственное уже в магазинах Love Republic!



АКЦИЯ В РЕТРО-СТИЛЕ

12 декабря, в День Конституции, салоны «Наряжаться красиво» и «Хорошо» провели шутивную акцию в ретро-стиле. Решив вспомнить далекие времена тотального отсутствия товаров, они вручали своим клиентам авоськи с дефицитными продуктами советской эпохи: апельсинами, шоколадом, шпротами, сгущенным молоком... Гости магазинов были приятно удивлены и рады такому приятному бонусу от салонов и с улыбками принимали неожиданные презенты.



Интерьер - сказка !



Так часто в обычной повседневной жизни не хватает ощущения праздника и сказки! В новом проекте дизайн-группы "Мезонин" это ощущение просто окутывает, обволакивает. Речь идёт о магазине русской кухни "Светёлка" на Кирова 20. Он открылся совсем недавно, но уже многие успели побывать здесь, попробовать исконно русские напитки в баре, угоститься блинами и всякими другими вкусностями. Попадая сюда - попадаешь в русскую сказку с Чудо-деревом и Чудо-печкой. Конечно, всё здесь как бы не настоящее, как будто декорации к какой-то русской сказке. Нарочито яркие стены, ажурные кружева резьбы делают интерьер нарядным и заметным уже с улицы, особенно вечером.



Интерьер магазина "СВЕТЁЛКА"

Дизайн-группа "Мезонин" работала над этим проектом совместно с известным художником Николаем Коробейниковым. Результат этой совместной работы получился на наш взгляд просто замечательным!

ПУСТЬ ВАША ЖИЗНЬ ВСЕГДА БУДЕТ ДОБРОЙ СКАЗКОЙ!
Всего Вам самого доброго в 2016 году!
И смелых Вам экспериментов с окружающим Вас пространством!

Наш сайт: mezonin.tomsk.ru
+7-906-199-93-39, +7(3822)21-90-21



Интерьер магазина "СВЕТЁЛКА"

Самовары



ОТЛИЧНЫЙ ПОДАРОК
с русской душой!



Вы когда-нибудь пробовали чай из настоящего жарового самовара?

Это удовольствие и неожиданный сюрприз для ваших гостей
Это как уха, приготовленная на костре
Это определенный образ жизни, которым мы с удовольствием с вами делимся
Жить – это вкусно!
Попробуй, от этого трудно отказаться!

Компания «КИТ» предлагает вам большой набор жаровых (утюжных) самоваров и различных аксессуаров к ним



ул. Елизаровых, 73 а © 20-85-05
www.kit-teplo.ru

МОДЕЛЬНОМУ АГЕНТСТВУ «MoDe Vie» 6 ЛЕТ!

5 декабря модельное агентство «MoDe Vie model management» отметило свое 6-летие на сцене action-club «Teatro» фееричным шоу. Каждый год агентство организует свой праздник в разных стилях: в 2015 была выбрана русская тематика. Зрители получили подарки от партнеров агентства: языковой школы «O'key» и фотостудии «ПРОСТО», увидели модные показы от студии одежды «Золотой песок» и магазина брендовой одежды «Infinity». В зимний вечер гостей согрела горячая презентация от салона нижнего белья и купальников «Бретелька».

Директор агентства Наталья Потемина: «Поздравляю еще раз весь коллектив с общим праздником и желаю долгих лет дружбы и процветания! Пусть мода станет стилем жизни!» Особая благодарность партнерам: мастерской событий «Osmin show», фотографу Дмитрию Кузьменкову, видеооператору Максиму Максимову («Elite wedding»), компании интернет-рекламы «Digital market», школе визажа «Де-Виль», салону косметики «NYX», студии аксессуаров и декора «Elena Zirova», языковой школе «O'key», студии декора «Pinata.lab», информационному партнеру — журналу «Дорогое удовольствие».



ПРИЗ ДЛЯ МОЛОДОЖЕНОВ

5 декабря в ресторане «Старый чердак» состоялся ежегодный розыгрыш туристического сертификата и других подарков для пар, которые в 2015 году сыграли здесь свадьбу. Гостям был предоставлен шанс выиграть сертификаты на посещение ресторана и кулинарной лавки «Домидж», а также денежные сертификаты на путешествия. Кроме приятных эмоций от призов и праздничного ужина, гости получили огромное удовольствие и от яркой шоу-программы.



«ЖИВАЯ АПТЕКА»: «МЫ ЛУЧШИЕ!»

17 декабря завершился областной конкурс «Фармпрестиж-2015» — главное профессиональное состязание среди работников фармацевтической отрасли в нашем регионе. В этом году на конкурс подали рекордное количество заявок — участниками стали 135 провизоров и фармацевтов и 27 аптек.

Большой радостью для сети «Живая аптека» стал тот факт, что несмотря на впечатляющее количество конкурентов, они одержали сразу несколько важных побед. В номинации «Провизор года» сотрудница «Живой аптеки» Виктория Лимарёва стала серебряным призёром, а ее коллега Анна Курашко стала победителем. «Живая аптека» по адресу: Красноармейская, 103, завоевала главную награду «Фармпрестижа» — звание «Аптека года».



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



«MOLLIS» ПОКОРЯЕТ ТОМСК

21 декабря на третьем этаже ТЦ «Изумрудный город» состоялось открытие нового салона женской одежды «Mollis», который представляет одноименный бренд, дизайнером и лицом которого является популярная экс-участница «Дома-2» и ведущая канала RU.TV Нелли Ермолаева.

Яркий и стильный молодежный бренд уже успел завоевать популярность у российских девушек и теперь готов покорить Томск. Нелли принимала участие в церемонии открытия, на которой проводился розыгрыш подарков от RU.TV.

Фитнес-проект от профессионалов!



«Новая Я» — это масштабный проект по преображению души и тела на базе одного из крупнейших фитнес-центров города Томска «Виктория». Дипломированные специалисты и кураторы проекта Наталья Мишина, Светлана Шутина и Надежда Татаева помогают участницам достичь заветной цели!

3 раза в неделю проходят разнообразные и эффективные занятия в тренажерном зале и залах групповых программ, оснащенных современной спортивной техникой мировых брендов TechnoGym и LifeFitness. Специалист в области диетологии в индивидуальном порядке помогает участницам скорректировать рацион питания, что позволяет быстрее добиться желаемого результата. Все участницы имеют возможность проходить процедуры по коррекции фигуры в СПА-салоне «Виктория»



Победительница Елена Кулешова довольна проделанной работой: «Я занимаюсь более 10 лет, но основного успеха достигла за 2 месяца тренировок в проекте «Новая Я». Правильное питание - это очень важно. Я многому научилась. А еще мне очень нравится мой новый образ. Сыновья меня не узнали! А муж сказал, что я безумно красивая».

На второй площадке проекта в фитнес-клубе «Африка» создана отдельная группа для участниц, которым требуются щадящие нагрузки, для них добавлено направление аква-аэробики: тренировки в воде идеально подходят для людей с большим избыточным весом и проблемами с опорно-двигательным аппаратом. Проект набирает обороты и теперь участницам стали доступны мастер-классы по стилю от прекрасной Александры Теренюк, лекции от диетолога Натальи Мишиной, уроки визажа и правильной прически от специалистов салона «Beauty» и «Just for you» и Маргариты Литвин. Профессиональный фотограф Макс Малинников фиксирует на камеру все происходящее! Яркие впечатления от работы над собой останутся не только в вашей памяти, но и будут запечатлены на красивых фотоснимках.



Каждая из участниц по итогам замеров избавилась от 3 до 10 кг жировой массы и от лишних объемов: рекорд — 12 см в бедрах! Финалистки проекта получили не просто подтянутое тело, но и полное преображение стиля благодаря партнерам проекта. **Спешите! Новый сезон стартует 15 января 2016!**

20 декабря в центре «Виктория» состоялась шоу-программа для гостей фитнес-клуба. В торжественной обстановке победительницы и участницы проекта были награждены подарками от партнеров. Но самый главный подарок, который получила каждая из них, — это свой новый неповторимый образ!

Наш «красивый» партнер — салон «Just for you!» Делает не просто стрижки, окрашивания, ногти, а работает с идеями, личностью, создает новые образы! ул. Гагарина, 35, тел. 226-426, justforyou.tomsk.ru



Партнер, предоставивший победительницам эффектные аксессуары, — интернет-магазин So couture! vk.com/so_couture

На наших прекрасных участницах вы можете видеть одежду, предоставленную салоном женской одежды и аксессуаров из Италии в Томске IMPERIAL Cavallina Mosca. Также в шоу-руме есть прекрасные итальянские и датские марки Chiara Bruni, Dorabella, Roberta Biagi, Vittoria Romano, Taglia42, G.sel, 2-Biz, ZORBE, Dranella. Здесь вы всегда найдете ту самую золотую середину между брендами премиум-сегмента и марками массового распространения. Вся одежда сочетает в себе качество, стиль и индивидуальность.

С 25 декабря 2015 новый адрес шоу-рума: пр. Ленина, 113, ТЦ «Аркада»



Мастер-студия «Beauty» создала прекрасные прически, укладки и макияж нашим финалисткам, ул. Киевская, 15, тел. 24-99-13, beautystudio.tomsk.ru



Стилист-имиджмейкер проекта Александра Теренюк, сот. +7-963-193-25-67, vk.com/alexandra_terenyuk

Фотограф проекта Макс Малинников, сот. +7-913-888-13-30, vk.com/maxim_malinnikov



Проект «Новая Я» благодарит за участие компании «FitLife», «Сибирский Знахарь» и «Пегас Туристик»



Профессиональный визажист проекта Маргарита Литвин, сот. +7-923-436-11-11





ОДЕЖДА И ОБУВЬ

«Галерея бутиков На **Набережной**», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, www.onlinemosaic.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 / меховой салон «**Furoro**», ул. Набережная реки Ушайки, 10, тел. 514-212 / Торговый дом «**Березка**», ул. Красноармейская, 122, тел. 56-15-39 / Галерея французской моды «**Иль де Франс**», ул. Трифонова, 22, тел. 51-21 22 / Салон «**Labbra**», ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СМАЙЛcity» (1-й этаж), пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город» (2-й этаж) / «**Mollis**», пр. Комсомольский, 13 б, ТЦ «Изумрудный город» (3-й этаж) / Салон платков, шарфов и палантинов «**Annabelle**», пр. Ленина, 15 (32 павильон, 1-й этаж), пр. Ленина, 99 (1-й этаж), тел. 8-903-954-93-33 / Салон нижнего белья «**Mon Plaisir**», Новый ГУМ (2-й этаж), тел. 934-024 / Магазин женской одежды «**Bizzarro**», пр. Мира, 36, ТЦ «МираМикс», тел. 8-905-990-46-16



ПОДАРОК

Арт-бутик «**Русский Шарм**», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, тел. 8-961-098-19-33 / Юве-

лирный дом «**Эстет**», пер. Батенькова, 3, тел. сот. 8-923-411-53-57; пр. Ленина, 121, ТЦ «ЦУМ»(1-й этаж), www.estet.ru / 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 / Компания «**Kit**», ул. Елизаровых, 73а, тел. 20-85-05, www.kit-teplo.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 / Клиника эстетической косметологии «**Revital**», пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44, www.revitaltomsk.ru / Мужской салон красоты «**Just men Lolita Titova**», пр. Фрунзе, 46, тел. 52-73-04 / 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 «**Солерно**», пер. 1905 г., 8/1, тел.: 51-70-01, 51-50-80, www.solerino.ru / Кабинет эстетической медицины для мужчин «**КЭМ**», 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 / Фитнес-центр

«**Виктория**», ул. Белинского, 60/1, тел. 59-18-97, www.fitnessv.tomsk.ru / Клиника лазерной косметологии «**Линлайн**», пр. Ленина, 113, тел. 28-35-35, www.linline.ru / **Томская ассоциация косметологов**, ул. Карла Маркса, 7, тел. 51-08-29, www.doctorgavrin.ru / Клиника пластической хирургии и врачебной косметологии «**Dr. Merker**», ул. Гоголя, 65, тел.: 502-102, 442-790, www.merker.ru / Центр микрохирургии глаза «**ТомОко**», ул. Герцена, 68, стр. 2, тел. 52-08-40



ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Интерьерный салон «**Маэстро**», ул. Красноармейская, 18, тел.: 99-88-01, 99-89-01, www.maestro.tomsk.ru / Мебельный бутик «**Антураж**», 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.: 435-404, 435-434 / Магазин мебели «**Primavera**», ул. Учебная, 40 а, тел.: 565-045, 565-044 / Жилой комплекс «**Ласточка**», Иркутский тракт, 194 г, тел. 303-733 / Завод по производству готовых домокомплектов «**ЭкотермСип**», ул. Кулева, 12, оф. 36, тел.: 94-22-33, 77-97-78, www.ecothermsip.ru / Агентство недвижимости «**Центр**», ул. Пушкина, 27е, тел. 66-11-22; ул. Никитина, 20, тел. 53-55-55; ул. Котовского, 28, тел. 56-52-65 / Магазин отделочных материалов «**От Decor**», ул. Киевская, 30, тел.: 24-95-72, 44-26-76 / Магазин сувениров и предметов интерьера

«**Bogacho**», ул. Красноармейская, 122, тел. 46-90-35 / Галерея европейской сантехники «**AQUA Престиж**», ул. Никитина, 76, тел. 30-30-90



ОБРАЗ ЖИЗНИ

Туристическое агентство «**Тезаурум Travel**», пр. Кирова, 39, тел. 56-06-05 / **Студия красоты и фотографии Дмитрия Карпушева**, ул. Карташова, 29 б, тел. 32-22-26 / Туристическая компания «**Консул**», ул. Трифонова, 22, тел.: 511-990, 511-900 / Гостиница «**Октябрьская**», ул. К. Маркса, 12, тел. 51-21-51



РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Ресторан «**Купеческий дом**», пер. Батенькова, 7, тел.: 99-45-01, 25-00-69, www.restoran.kdom.tomsk.ru / Ресторан средиземноморской кухни «**Марле Буа**», пл. Ленина, 11, тел. 99-88-88, www.marleboa.ru / Кафе, гостевой дом «**Шале**», пер. Мариинский, 40, стр. 2, тел. 25-00-25 / Ресторан «**Старый чердак**», ул. Дальне-Ключевская, 14, тел. 40-03-04 / Бар «**ETHNO**», ул. Набережная реки Ушайки, 16, тел. 99-69-95

S M A Y L P P

г. Томск, ул. Красноармейская, 55/1. Тел: +7 (3822) 435-434, 435-404. smart@smaylppbel.info www.smaylppbel.info

P R I M A V E R A

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

P H I L I P P
S E L V A

С Новым 2016 годом!

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)

La Ebanisteria
испанская мебельная фабрика