

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

АПРЕЛЬ 2016
ТОМСК



**ВЕРА
БРЕЖНЕВА**
Я ВИЖУ
ОРИЕНТИР

ПУТЕШЕСТВИЕ
ЗОЛОТОЕ
КОЛЬЦО

ПОЙМАТЬ
ПОПУТНЫЙ
ВЕТЕР
ВЕЛНЕС
СТРАТЕГИИ
ЗВЕЗД

16+





SPORTMAX

Современная линия
от модного дома Max Mara



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

МОДНЫЙ БУЛЬВАР



Baldinini

Этой весной обувь Baldinini в «Модный Бульвар»
по цене билета Москва-Милан: от 19 990 руб.

МОДНЫЙ БУЛЬВАР

пр. Ленина, 15 / 42-73-20
modny_bulvar_tomsk



*НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
ВЕСНА/ЛЕТО '16
УЖЕ В ПРОДАЖЕ!*



DIKTONS
BARCELONA




САЛОН
НАРЯЖАТЬСЯ
КРАСИВО

пр. Ленина, 60 (ост. «Главпочтамт»)

тел. 51-18-60

нарядатьсякрасиво.рф



К

огда мне было 14 лет, мы с родителями переехали жить в Новосибирский Академгородок. Надо сказать, что среди ученых было немало странных людей. Я, к примеру, частенько встречала на Морском проспекте человека, который шагал по тротуару с лыжными палками в руках. Без лыж. И делал он так круглый год. Я думала, что это какой-нибудь сошедший с ума гениальный физик или математик. В 80-е у нас никто еще не знал, что такое скандинавская ходьба.

Я не случайно вспомнила этот эпизод. Надо сказать, что в нашем обществе понятие «здоровый образ жизни» всегда воспринималось с некоторой иронией. Свою роль тут, наверное, сыграли популярные некогда обливания ледяной водой и моржевания в проруби, мода на голодания и прочая уринотерапия. Словом, для многих ЗОЖ по сей день ассоциируется с лишениями и испытаниями на грани человеческих возможностей. Причем, весьма нездоровыми. Большинство людей не хочет это на себя примерять. И правильно. Потому что здоровый образ жизни имеет со всем этим мало общего.

Мне лично понадобилось немало лет, чтобы понять: универсальной формулы здорового образа жизни не существует. Потому что все мы разные. Кто-то бежит марафонскую дистанцию, а кого-то приводит в панику одна только мысль о том, чтобы пробежать километр. Кто-то полцарства отдаст за пирожное, а кто-то за фреш из сельдерея. Мы разные, поэтому свой здоровый образ жизни нужно конструировать, приспособив его к своему уникальному «я», своим потребностям, страстям и фобиям.

Конечно, если вы хотите заботиться о своем теле и духе, то схитрить тут не получится, и формула «диван плюс телевизор» не подойдет. Но свою формулу надо искать. Бег или прогулки по лесу, йога или велосипед, вегетарианство или сбалансированное питание — главное найти ту комбинацию, без которой вам (лично вам!) будет не хватать радости и ощущения полноты жизни. Ищите свое. Известно ведь — кто ищет, тот всегда найдет!

Елена Бальбурова,

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



Брошь Fiori d'Arancio, *Damiani*



Европейские фабрики по выгодным ценам



ВАШ ЛИЧНЫЙ КОНСУЛЬТАНТ ПО ИНТЕРЬЕРАМ

SMART

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



SMART_TOMSK

PRIMAVERA

г. Томск, ул. Учебная, 40А
Тел. +7 (3822) 565-045, 565-044
smart@smartmebel.info
www.smartmebel.info



PRIMAVERATOMSK

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**
Фотографы **АЛЕКСЕЙ ПОЧЕРЕВНЫЙ, ВИТАЛИНА БАРАНОВА** Photographers **ALEXEY POCHEREVNY, VITALINA BARANOVA**
Авторы **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ, НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР, АННА ИВАНОВА, МАРИЯ СИМОНОВА, АННА ЖУКОВСКАЯ** Journalists **SOFIA LOMOVSKAYA, NATALYA ALTMAER, ANNA IVANOVA, MARIA SIMONOVA, ANNA ZHUKOVSKAYA**
Корректор **МАРГАРИТА КОМАРОВА** Proof-reader **MARGARITA KOMAROVA**

Журнал «Дорогое удовольствие» издается в городах:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Редакция ООО «Медиа пресс 2000» юр. адрес редакции, издателя: 634061, г. Томск, ул. Герцена, 72 б. Главный редактор: Альтмаер Наталья Александровна.
Отпечатано ООО «Издательский дом «D-Print»», г. Томск, 634061, ул. Герцена, 72 б. Дата выхода из печати 1 апреля 2016 года. № 4. 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+.

18+



TEATRO

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

Dress code:
white & black

8 АПРЕЛЯ / 20:00

IMAGE STUDIO
SEBASTIAN
PROFESSIONAL

представляет

ШОУ ПОКАЗ

новой коллекции Весна / Лето 2016
от топ стилистов Sebastian Россия



ОТ РЕДАКТОРА

Что такое мода, как не своеобразное зеркало своего времени, отражающее все стороны нашей жизни? Попробуем провести интересную fashion-аналитику 2016: ведь все модные карты уже раскрыты, а фавориты летнего сезона определены. Например, не секрет, что настоящим хитом коллекций обуви нового сезона стали устойчивый каблук и платформа. Им отдали должное практически все ведущие мировые бренды, причем предложили совсем не грубые или чересчур массивные варианты, а очень изящные экземпляры, порой даже своеобразные арт-объекты с принтами и аппликациями. Получается, что с одной стороны, такая обувь на массивном каблуке придает нам больше «стойкости», а с другой — позволяет выглядеть эффектно и выразительно. А это как раз то, что нам нужно в современных жизненных реалиях — стабильность, уверенность, надежность, основательность! Конечно, модные тренды не помогут разрешить нам глобальные мировые проблемы, но почему бы не сделать их своими верными союзниками? Именно сейчас, когда все зыбко и так не хватает ощущения твердой почвы под ногами, устойчивый каблук обязательно поможет нам хотя бы немного приблизиться к достижению поставленных целей!



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



82

Теперь по городским улицам можно смело ходить в полосатой пижаме или в комбинации, надев на ноги биркенштоки. И ни о чем не волноваться — мода позволяет!



стр.48



Лаконичный некогда стиль яхтенных, дайверских и авиационных часов сегодня смело дополнен перламутром, аметистами и бриллиантами. Можно больше не выбирать между практичностью и роскошью!

стр.18



стр.59



146



кухни & двери
Студия Дизайна

Интерьерный салон «Кухни и Двери» — официальный представитель в Томске ведущих мебельных брендов Европы: кухни «Verona mobili», двери «Brausse» и «Union», мягкая мебель «RB» (диваны Roybosh) и «AmikaModa»



КУХНИ • ДВЕРИ • ДИВАНЫ • СВЕТ • МЕБЕЛЬ • ДИЗАЙН

Компания VERONA mobili приготовила для своих требовательных клиентов совершенно новую модель кухни, по своей красоте и уникальности не имеющую аналогов. Встречайте, модель Unica – уникальная кухня для людей с хорошим вкусом.

Салон «Verona Mobilli. Кухни & Двери»
пер. Типографский, 1 а, тел. 535-800, www.veronatomsk.ru



ФРЕШ

- 10 Письмо редактора
- 38 Hot Points
- 40 Самое новое и модное в Томске

ЛЮДИ

- 24 Лицо с обложки
Вера Брежнева
- 28 Персона
Роланд Вольф
- 32 Интервью
Татьяна Кочетова
- 34 Талант
Олег Антух и Сергей Бычков

56



На обложке: Вера Брежнева
Фото: из личного архива Веры Брежневой

HUGO BOSS В LAPIN HOUSE

Весна-Лето 2016



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

Апрель ²⁰¹⁶

LOOK&STYLE

- 48 Выбор тренд
Как у себя дома
- 50 Выбор стиль
Миллионер из трущоб
- 58 Обзор
Расставить акценты

48

BODY&BEAUTY

- 86 Красота
Поп-арт
- 96 Wellness
Поймать попутный ветер
- 126 Здоровье
Больно не будет

82

HOME&DESIGN

- 132 Детали
Море цветов
- 138 Коллекция
Мебель для жизни

WORLD&TRAVEL

- 160 Путешествие
Золотое кольцо (часть 1)

В каждом номере

- 182 City guide
- 186 События
- 198 Гороскоп



132



стр. 132



84

МЕБЕЛЬ · СВЕТ · АКСЕССУАРЫ



Maestro

ИНТЕРЬЕРНЫЙ САЛОН

г. ТОМСК, УЛ. КРАСНОАРМЕЙСКАЯ, 18

instagram: maestro_tomsk

TEL (3822) 99-88-01

МОЛОДО-ЗЕЛЕНО

Делая ставку на зеленое, не забываем, что сегодня этот ювелирный тренд поддержан не только украшениями с роскошными изумрудами, но и с таинственными малахитами — как у Cartier.



1. Кулон, Stephen Webster, Gold struck Collection, желтое золото, белые бриллианты, цавориты, изумруды, зеленый агат, кварц
2. Подвеска, Cartier, Amulette de Cartier, розовое золото, малахит, бриллианты
3. Кольцо, Boucheron, Abimaux de collection, белое золото, изумруды, бриллианты, рубины, лунный камень
4. Браслет, Cartier, Étourdissant Cartier, белое золото, изумруд, горный хрусталь, оникс, бриллианты
5. Кольцо, Cartier, Panthère de Cartier, белое золото, бриллианты, изумруды, оникс
6. Подвеска, Gavello, Daga, белое золото, бриллианты, изумруд, рубин, черные сапфиры
7. Колье Baia Verde, Van Cleef & Arpels, белое золото, платина, бриллианты, изумруды, турмалины
8. Серьги, Pirra Small, желтое золото, турмалины

КОЛЛЕКЦИЯ
**ART
NOUVEAU**



Styleavenue
fashion jewellery

Русский Шарм

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

RUSSKIYSHARM ART-БУТИК-РУССКИЙ-ШАРМ

ВРЕМЯ ПРИКЛЮЧЕНИЙ

Лаконичный некогда стиль яхтенных, дайверских и авиационных часов сегодня смело дополнен перламутром, аметистами и бриллиантами. Можно больше не выбирать между практичностью и роскошью!



1. Часы, U-Boat, нержавеющая сталь, аметисты 2. Breguet, коллекция Marine с функцией хронографа, нержавеющая сталь, натуральный перламутр 3. Часы Class One, Chaumet, каучук, сталь, бриллианты 4. Longines, коллекция Conquest, нержавеющая сталь, вставка из черной керамики, бриллианты 5. Omega Seamaster Planet Ocean 600M, титан, каучуковый ремешок 6. Автоматические часы Hamilton Ventura Elvis 80 Auto, черное PVD-покрытие, каучуковый ремешок, 80 часов запаса хода 7. Tissot Quickster Nato. №7, нержавеющая сталь, сапфировое стекло

NOMINATION
ITALY

НОВЫЕ КОЛЛЕКЦИИ



NOMINATION — модные ювелирные украшения, в которых сочетаются драгоценные материалы, творческие идеи и инновационный дизайн. NOMINATION — это украшения, сделанные в Италии с любовью и страстью.



Яркий стиль твоей индивидуальности

Бутик Nomination
ТЦ «Интернационал» город, пр. Комсомольский, 13 Б
ТЦ «СМАЙЛС» ул. Учебная, 48 А

WWW.NOMINATION.COM

Follow us on [social media icons]

2



Платок **Gourji**

3

Сумка
Jimmy Choo



Босоножки
**Giuseppe
Zanotti Design**

4

ДОРОГИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ

es

Тиара **Damiani**



1. Представленная в Москве новая коллекция **Fiori d'Arancio** появилась в результате сотрудничества ювелирного дома **Damiani** и Николетты Романовой, известной итальянской актрисы и правнучки российского императора Николая I. Среди шедевров коллекции — тиара, названная в честь герцогини Свевы делла Герардеска, бабушки Николетты. Рисунок тиары образует цветочный узор, усеянный маленькими бутонами из белого золота и драгоценных камней.

2. Москва с ее эклектичной архитектурой раскинулась на одноименном платке в коллекции платков и шалей **Gourji**. Художница Соня Уткина воспроизвела на нем подробную карту центра столицы. Кремль, Новодевичий монастырь, Триумфальная арка, здание МГУ — всего на платке «уместилось» более чем 200 значимых московских зданий и памятников архитектуры.

3. Сумка от **Jimmy Choo** воплощает собой узнаваемый стиль культовой британской марки, в котором соединились классика, гламур и немножко озорства. Натуральная кожа глубокого коричневого цвета получает особую выразительность благодаря «звездному» декору. Изящная ручка с регулируемой длиной позволяет носить сумку как в руке, так и через плечо.

4. Женская ножка, по мнению дизайнера Джузеппе Занотти, достойна самого изысканного декора. И босоножки The Pyramid от итальянского бренда **Giuseppe Zanotti Design** — яркое воплощение этой его идеи. Лаконичные линии и изящные украшения — эта обувь для смелых и вместе с тем очень женственных леди. В новом сезоне босоножки, являющиеся любимой моделью Бейонсе, предстали в двух вариантах: золотой и металлик.

5. Мебель испанской фабрики **Soher** — это всегда изящество стиля. А коллекция Belle Eroque особенно элегантна. благородные материалы, лаконичные цвета и аристократичная строгость линий — неудивительно, что мебель из этой линии была выбрана для оформления интерьеров дворцов королевских семей, глав государств и правительств со всего мира.

6. Коллекция часов Lo Scenziato от **Officine Panerai**, посвященная гению Галилео Галилея, пополнилась лимитированной серией в 150 экземпляров. Часы **Luminor 1950 Tourbillon GMT Titanio** удивительно легкие — это результат скелетонизирования, дающего возможность увидеть каждую деталь, и отсутствия традиционного циферблата. Ремешок из кожи аллигатора антрацитового цвета идеально гармонирует с титановым корпусом и калибром.

7. Парфюмерная вода **Baccarat Rouge 540** от **Maison Francis Kurkjian Paris**, выпущенная в 2014 году лимитированной линией в хрустальных флаконах, теперь доступна в свободной продаже. Аромат поменял упаковку: вместо хрустала — хорошо знакомый флакон Francis Kurkjian. Формула с цветочными, древесными и амбровыми нотами осталась неизменной. Напомним, Baccarat Rouge 540 создан в альянсе со знаменитым производителем хрустала.

8. Спорткары нового поколения **718 Boxster** и **718 Boxster S** представила компания **Porsche**. Стремительный дизайн и еще более высокие, чем у предшественников, показатели мощности и динамики. Ключевую роль играет новый четырехцилиндровый оппозитный двигатель с турбонаддувом: 718 Boxster развивает мощность 220 кВт (300 л.с.) из двух литров рабочего объема, 718 Boxster S выдает 257 кВт (350 л.с.) при рабочем объеме 2,5 литра.

8



5

Soher

6

Часы Luminor 1950 Tourbillon
GMT Titanio, **Officine Panerai**



7

Парфюмерная вода Baccarat Rouge 540,
Maison Francis Kurkjian Paris
Аромат представлен эксклюзивно в ЦУМе (г. Москва)

IMAGE STUDIO SEBASTIAN PROFESSIONAL

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



НАТАЛИЯ ИБРАГИМОВА

В первую очередь имидж-студия «Sebastian Professional» — это потрясающая энергетика, бесконечное движение, ощущение жизни. Я сама постоянно нахожусь в активной работе над своими проектами, поэтому такой подход к делу мне созвучен. Живя в Москве, ни в одном из столичных салонов я не нашла такой атмосферы, такого драйва, такой увлеченности, как в томской имидж-студии. Кроме того, лично я считаю этот салон семейным, потому что здесь обслуживаются мои близкие люди: сыновья, муж и мама — к каждому сумели найти особый подход и помогли решить конкретные задачи. Важно еще, что в студии открываются новые имена. Талантов много, а менеджеров для них очень мало. Арина помогает развиваться одаренным людям, вкладывая в них силы, поддерживая и мотивируя на успех.

МАРИЯ ОГЛЕЗНЕВА

Для меня «Sebastian» — эпицентр парикмахерского искусства, креативная дизайнерская мастерская, где царит атмосфера комфорта, а все услуги — только безупречного качества. Все неповторимые творческие работы, которые выполняют здесь мастера, очень индивидуальные, интересные, способные вдохновить нас на то, чтобы постоянно пробовать что-то новое и не бояться экспериментов. Илья Ковалев — очень талантливый и харизматичный мастер, более того он тонко чувствует, что именно мне нужно, и идеально воплощает все мои мечты в реальные образы. Рада, что в нашем городе есть салон такого высокого уровня.



“ ВСЕ **НЕПОВТОРИМЫЕ** ТВОРЧЕСКИЕ РАБОТЫ, КОТОРЫЕ ВЫПОЛНЯЮТ ЗДЕСЬ МАСТЕРА, ОЧЕНЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ, **ИНТЕРЕСНЫЕ**, СПОСОБНЫЕ ВДОХНОВИТЬ НАС НА ТО, ЧТОБЫ ПОСТОЯННО ПРОБОВАТЬ ЧТО-ТО **НОВОЕ** И НЕ БОЯТЬСЯ ЭКСПЕРИМЕНТОВ. ”



АЛЛА ЖЕЛТЯКОВА

Я отношусь к такому типу людей, который не склонен менять мастеров и салоны, но с «Sebastian» решила довериться потрясающим рукам его специалистов. Что можно сказать? Это была любовь с первого взгляда! Привлекает профессионализм и уровень: все, о чем читаю и вижу в модных журналах, — все технологии, новинки, тренды, косметика для волос — у них уже есть. С имидж-студией я всегда уверена, что мне предложат только лучшие уходовые брендовые средства, самые модные оттенки и безопасные методы окрашивания. Очень нравится возможность отдохнуть и классно провести там время: мне комфортно, и я могу по-настоящему расслабиться.

ВИОЛЕТТА САЧКО

Для меня, как для человека творческого, очень важна непередаваемая атмосфера «Sebastian»! Это настоящая арт-мастерская, в которой можно наблюдать за творчеством мастеров: у каждого свой стиль, манера работать, особый подход к клиентам. Только итог работы одинаков — всегда блестящий результат и улыбки на лицах гостей студии. Могу дать совет тем, кто только собирается переступить порог салона: когда будете выбирать своего мастера, не бойтесь ошибиться. Здесь все специалисты — интересные личности, яркие индивидуальности, которые, как драгоценные камни, Арине Шуваевой удалось собрать вместе, чтобы они сияли как можно ярче!



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

Она харизматична и умна, красива и обаятельна, воспитывает детей, гастролирует, снимается в кино и кажется, что она может работать 24 часа в сутки. Яркая звезда отечественного шоу-бизнеса – Вера Брежнева.

Текст: Мария Бронзова.

С Верой навсегда

Каждый день у Веры расписан по секундам, интервью она дает в машине и даже в самолете — отдыхать некогда. Глядя на знаменитую красавицу, сложно поверить, что когда-то она была гадким утенком, которому приходилось постоять за себя с кулаками. И что самое удивительное — Вера совершенно не стесняется рассказывать ни о рваных колготках, ни о том, что начала работать в 11 лет. По прошествии часа общения кажется, будто знаешь ее всю жизнь.

— Вера, ты популярная певица, очень востребована в кино, при этом ты мама двух дочек. Как ты все успеваешь, откуда берешь столько энергии? В одном интервью ты говорила, что энергии у тебя столько, что ее просто «некуда девать». Это правда?

— У меня внутри есть потайная батарейка. Еще в юности, в родном Днепропетровске, после тяжелого дня я приходила домой, наводила порядок и шла на дискотеку танце-

вать. Только так я могла окончательно устать, чтобы спокойно уснуть. Во время отпуска мне хватает трех-пяти дней, чтобы расслабиться, восстановиться, а дальше снова во мне — море энергии. В таком состоянии могу свернуть горы. Самой на месте не сижу, и другим покоя не даю. Люди иногда думают, что я принимаю запрещенные вещества. (Смеется.) Могу сама себя завести, особенно когда это касается работы. Если даю себе установку, что нужно быть свежей и активной, хотя мы только что закончили снимать вторую смену подряд, значит, соберусь, включусь и встану в кадр.

— Саре, твоей младшей дочери, не исполнилось и трех месяцев, а ты уже участвовала в телешоу...

— Да, это было шоу «Южное Бутово», где я снималась с Сережей Светлаковым и Димой Брежневым — и во время беременности, и после нее. Кроме того, я гастролировала до четвертого месяца. И еще до седьмого месяца снималась в фильме «Любовь в большом городе» и чувствовала себя прекрасно!

ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ВЕРЫ БРЕЖНЕВОЙ



— *Твоя старшая дочь Соня стала лицом бренда головных уборов, снялась в модной фотосессии, не рано для девочки 14 лет?*

— Соня стала лицом бренда COVER_No1, снялась для лукбука этнической капсульной коллекции шляп. Это было желание бренда плюс её решение, а я его поддержала. И только порадовалась за дочь.

— *А ты сама в каком возрасте начала работать?*

— Свои первые деньги я заработала в одиннадцать. А до этого приносила домой продукты. Ими колхоз расплачивался за работу в полях. Мы с моей бабушкой Верой собирали помидоры, пололи подсолнечник и кукурузу, обирали колорадского жука с картошки. Я была ребенком, но мне нравилось работать наравне со взрослыми. Потом бабушка нашла в местной газете объявление о том, что городская администрация объявляет набор детей для подработки летом — убирать территорию городского парка. Мне было уже 11 лет. Я взяла свое свидетельство о рождении и на трамвае поехала в парк. Меня официально оформили, и вместе с другими детьми я работала полный месяц: мы разгребали мусор в заброшенном кино-

Мне очень **СЛОЖНО** сидеть на одном месте. Видимо, я от **ПРИРОДЫ** такая. Бывает, не могу уснуть, если понимаю, что еще **МНОГОЕ МОГЛА БЫ** успеть сегодня сделать.

театре, пололи сорняки на клумбах, чистили бассейн, мыли карусели. Это был мой первый заработок. Принесла деньги домой и отдала родителям. Я была очень довольна собой! С этого момента я практически не прекращала работать, перерывов больше чем на год у меня не было. Сейчас мне 34 года, это значит, что мой трудовой стаж уже более 20 лет.

— *14 лет — переходный возраст, как ты выстраиваешь отношения с дочерью-подростком? Ты для нее наставник или скорее подруга?*

— В 14 лет у ребенка нет того, что есть у его мамы — опыта, на который этот самый ребенок может положиться. И Соня еще не понимает, что мама плохого не посоветует. Ей кажется, что если я что-то запрещаю, то просто, чтобы запретить. Но иногда Соня признает свои ошибки. Верю, что она, как и я, скоро поймет, что мама была права, мама молодец. Когда становишься подругой, особенно взрослым детям, к сожалению, они иногда теряют ощущение того, что ты мама, в отношениях появляется панибратство, и это никому не идет на пользу. Мои дети купаются в моей любви, но знают, что я строгая мама, и моя строгость обоснована.

— *У тебя три сестры и они — твои самые близкие подруги. Твои дочери так же дружны между собой?*

— Соня — моя большая помощница, сестренку свою обожает и всегда присматривает за ней, чувствует, что она в семье — старшая сестра и, видимо, ей эта роль импонирует. Сара, в свою очередь, берет со старшей пример во всем.

— *Ты не раз рассказывала в своих интервью, что в детстве не была избалована достатком. Как ты считаешь, трудности — это полезно? Как воспитать ребенка, растущего в хорошо обеспеченной семье, самостоятельным?*

— Несмотря на то, что мы жили довольно скромно, у меня остались замечательные воспоминания о нашей большой семье. О шумных завтраках, о показах мод дома, даже о наших ссорах, когда объявляли друг другу бойкот. Ведь из этого и складывалось детство, которое вспоминаю с удовольствием. Хочу, чтобы девочки выросли самостоятельными и осознающими ценности, так что дорогими подарками осыпать дочерей не тороплюсь. Я считаю, что глупая вседозволенность и чрезмерная забота плохо влияют на ребенка. Да, мои дочери живут

в хороших условиях, отдыхают на хороших курортах, учатся в хороших школах. Я имею в виду не дорогие частные школы, а те, где, по моему мнению, дают качественное образование.

— *Если вспомнить твои детские годы, что тогда было для тебя роскошью?*

— Помню, родители подарили нам с сестрами блок жвачки «Бомби-бомб» со вкусом дыни. Это было наше с сестрами сокровище! Думали, что сойдем с ума от счастья. И мы, безудловно, разделили все поровну на четверых — по 25 штук на каждую. А потом взяли из своих кучек по 5 жвачек и отдали родителям — поступили по совести. С тех пор делимся друг с другом и детей этому учим.

— *Правда, что в подростковом возрасте тебе пришлось столкнуться с жестокостью сверстниц?*

— В школе меня задирали по разным поводам. Во-первых, я носила очки. Девчонки могли их спрятать и веселиться, глядя, как я наподобие слепого крота натыкаюсь на углы парт. Во-вторых, мы очень скромно жили. Девчонки смеялись над моими брюками, которые стали коротки, и мама надставила к

не приспособлено для работы с людьми, живущими с ВИЧ, но и сам медперсонал зачастую просто отказывается с ними работать. Несмотря на клятву Гиппократова.

— *Почему говорят, что у этой проблемы «женское лицо», с чем это связано?*

— Представительницы слабого пола находятся под большей угрозой, они менее защищены. Во-первых, потому что слабее — чисто физически, а во-вторых, они часто находятся в зависимости, финансовой и эмоциональной, от мужчины. С другой стороны, именно женщины находят в себе силы прийти в больницу и начать бороться.

Мне кажется, самое главное — это **НРАВИТЬСЯ** самой себе. Если у женщины есть это ощущение **«ВНУТРЕННЕЙ УЛЫБКИ»**, она всегда будет транслировать вокруг себя позитив и тепло.

— *Чему тебя научила работа в ООН?*

— Многие из нас живут своими мелкими проблемами и раздувают их до масштабов Вселенной. Иногда полезно сталкиваться с действительно серьезными вещами.

— *Твой новый опыт находит отражение в твоём творчестве?*

— Очень скоро выходит моя новая песня «#1» — это песня о любви и о поддержке. Об ощущении плеча и убежища, которое мы ищем в кругу близких и родных людей. И не важно, какие бури и преграды встают на пути, не важно, каким был твой день, любящее сердце всегда с тобой. Для меня очень важно, чтобы слова и посыл песни были близки моим внутренним ощущениям.

— *Ты сказала в одном интервью: «Быть трудолюбивым, терпеливым, в состоянии полного актива и оптимистического настроения, — вот что приближает к желаемой цели». А какая цель у тебя?*

— Моя цель — гармония. Еще мне очень хочется освоить языки, практики и медитации. Улучшить свои знания в сфере общения с детьми и вообще с людьми. Обожаю путешествовать! Хочу объехать еще много городов и стран. Это одно из самых больших удовольствий, которые я получаю. И, конечно, хочу расти в профессиональном плане. 8 октября в Crocus City Hall произойдет очень важное для меня событие — мой первый большой сольный концерт. Мы готовим сумасшедшую программу, красивый шоу. Надеюсь, что мы увидимся там, и вы все оцените сами. ♡

ним полоску из другой ткани. А потом еще одну оборку... Кофточка была одна на все случаи жизни, что тоже не оставалось незамеченным. Я усердно зашивала капроновые колготки, и количество этих швов также бдительно отслеживалось и обсмеивалось. Впрочем, такие истории дома я не рассказывала, чтобы не расстраивать маму. Я могла и сама за себя постоять. Зато моя слава драчуны сослужила хорошую службу младшим сестрам, когда они перешли учиться в старшую школу. К ним уже никто не цеплялся, знали, что у старшей рука тяжелая.

— *В это трудно поверить, но неужели тебе пришлось пройти путь превращения из гадкого утенка в прекрасного лебедя?*

— У меня был такой подростковый период неуверенности — грудь долго не появлялась, короткая стрижка «под мальчика», я носила очки. Но честно, мне некогда было заикливаться на комплексах. Я работала уже, и у меня было много взрослых забот, школа, младшие сестры, родители... Я понимала, что расту, что меняется и мое ощущение мира. Мне кажется, самое главное — это нравиться самой себе. Если у женщины есть это ощущение «внутренней улыбки», она всегда будет транслировать позитив и тепло. Я много работаю над своей внешностью и довольна плодами своего труда. Главное — не расслабляться. И могу сказать одно — с возрастом работы над собой становится все больше. (Улыбается.)

— *Вера, к твоему напряженному гастрольному графику и съемкам в фильмах добавились дела, связанные с тем, что ты стала Послом ООН Доброй Воли. Как это случилось?*

— В 2006 году мы основали фонд «Луч Веры», который занимается помощью детским онко-гематологическим отделениям, и всегда думали, чем еще можем быть полезны. Однажды пришли в офис ЮНИСЕФ в Украине с вопросом: «Ребята, мы бы хотели быть полезными, как мы можем сотрудничать?» На что мне ответили: «Извините, вы недостаточно популярны». Ну, о'кей. С одной стороны, обидно. Но с другой, сейчас я довольна тем, как все сложилось. В какой-то момент ко мне обратились из ЮНЭЙДС (подразделение ООН, которое занимается борьбой с ВИЧ и СПИДом) с просьбой поучаствовать в их кампании «Красная ленточка против СПИДа». Так и началось наше сотрудничество, которое впоследствии переросло в назначение меня Послом Доброй Воли ООН.

— *С какими проблемами ты столкнулась на посту Посла ООН?*

— Безусловно, самая большая сложность — дискриминация. Общество мало знает о ВИЧ и поэтому боится не столько самого вируса, сколько людей, живущих с ним. Это и есть наибольшая проблема. И ярче она в Центральной Азии. Толерантность — во многих странах люди просто даже не знают, что означает это слово. В некоторых странах печальной остается ситуация с медучреждениями. Где не только ничего

Время DIGEL

Наш гость сегодня — Роланд Вольф, руководитель Департамента розничной торговли знаменитого немецкого бренда мужской одежды DIGEL. Мы поговорили с Роландом о том, что представляет собой бренд DIGEL, чтобы томичи смогли подробнее узнать и оценить популярную марку мужской одежды.

Интервью: Наталья Альтмаер. Фото: Дмитрий Кузьменков

— Господин Вольф, на мировом рынке бренд DIGEL известен уже много лет. Расскажите, в чем секрет его успеха?

— Официальной датой основания компании считается 1939 год, но уже в начале века в маленьком немецком городке Нагольд началось производство костюмов, сорочек, трикотажа, галстуков для мужчин. Сейчас наша торговая марка — один из самых крупных производителей одежды на рынке Германии и европейском рынке в целом. На сегодняшний день нельзя представить современную одежду для мужчин без торговой марки DIGEL. Кстати, владельцами компании уже более 70 лет являются члены семьи Дигель, которые заботятся о ее будущем и делают постоянные инвестиции в ее развитие. Мы уверены, что главное условие для достижения успеха — постоянно думать о том, как лучше удовлетворить запросы покупателя, понять, как меняются его вкусы, отношение к жизни, приоритеты и ценности. Сочетание традиций, надежности, практичности, креативности — все это создает успешную формулу компании DIGEL и ее партнеров в прошлом, настоящем и будущем.

Я думаю, что залог популярности DIGEL основан на философии бренда, выработанной всей историей его существования. Что имеется в виду, когда мы говорим DIGEL? В первую очередь это, безусловно, качество: наш продукт — это высококачественная и максимально комфортная одежда по разумной цене. Инновационный подход дает нам возможность всегда быть на шаг впереди благодаря функциональности и специально разработанным тканям. Стиль — это гарантия для наших клиентов всегда иметь широкий выбор отличного гардероба в любое время и для любого повода и при этом выглядеть идеально. Мода и актуальность — это значит творчески подходить

к работе, уверенно держать руку на пульсе времени. DIGEL активно действует на международном рынке — более 40 торговых представителей и более 3000 торговых точек по всей Европе. Предметом нашей гордости является тот факт, что DIGEL — самый крупный в Европе поставщик по системе взаимного комбинирования (всегда в наличии 100 артикулов).

— Почему в наше время важно делать акцент на аутентичности бренда?

— Я уже говорил, что качество — это главная составляющая нашей философии. Мы уделяем много внимания тканям и покупаем материал из высококачественной стриженной шерсти исключительно в Италии, Португалии, Германии. Элегантные мужчины обязательно обратят внимание на эксклюзивный дизайн, высококачественную внутреннюю отделку (карман с декоративным клапаном и внутренним швом), современный полуприталенный крой и, как правило, полосатую подкладку рукавов. Вещи DIGEL невозможно перепутать с другими! Идеальная посадка любого предмета одежды DIGEL возможна благодаря работе команды высококвалифицированных специалистов и контролю качества на основном складе в Нагольде. Приобретая эти вещи, вы одновременно делаете удачные имиджевые и финансовые инвестиции: создаете образ успешного человека, предпочитающего европейский стиль, и приобретаете оригинальную и качественную одежду.

— Как вы можете охарактеризовать клиента DIGEL?

— Это мужчина 25-70 лет, для которого комфорт, современность и качество важны во всех сферах его жизни. Вот почему мы все время возвращаемся к разговору о том, что является коньком нашего бренда, — к качеству! Это самое главное. Оно





тем, что доставляет удовольствие. Я думаю, что по вкусу многим мужчинам придется легкие светлые пиджаки на лето, актуальная многослойность. DIGEL Protect идеально подойдет для тех, кто постоянно находится в движении, но должен при этом выглядеть презентабельно и солидно. Одежда данной линии имеет грязе- и водоотталкивающий эффект благодаря специальной обработке тканей и при этом имеет отличную воздухопроницаемость. Обязательно хочу познакомить вас и с линией POWER SUIT, вещи из которой будут представлены в Томске уже в апреле. Эта безусловная новинка позволит вам выглядеть безупречно в любой ситуации, даже если вы несколько часов провели в дороге, и у вас нет времени переодеться для важной встречи. У костюмов данной линии имеются супервозможности, ведь они сделаны из инновационного материала Power Suit, разработанного эксклюзивно для DIGEL: шерсть наилучшего качества с лайкрой и микроволокном. Несминаемый материал для идеальной посадки обладает благородным характером, а изделия из него имеют прекрасный внешний вид и необычайно комфортны в носке. Приятное дополнение — мультифункциональные внутренние карманы пиджака.

очень важно для мужчин, которые занимаются бизнесом, ведут активный образ жизни, много путешествуют, которым нужно всегда и в любой ситуации выглядеть достойно.

— **Чем сегодня представлены коллекции DIGEL в томском бутике?**

— Для всех случаев жизни и для людей самого различного возраста мы разработали отдельные линии одежды. В Томске представлены такие линии, как престижная DIGEL Preference, в которой используются исключительно высококачественные виды натуральной шерсти от ведущих итальянских производителей, специально разрабатываются рисунки тканей, большое внимание уделяется совершенной обработке для обеспечения оптимального комфорта в ношении. Элегантные модели характеризуются современным приталенным силуэтом с идеальными формами.

Совсем недавно выделилась в отдельную линию DIGEL Move, олицетворяющая современный городской стиль для мужчин, которые интересуются трендами и любят носить стильную одежду, при этом оставаясь самими собой. Космополитичные молодые луки с зауженными линиями подчеркивают индивидуальность динамичной личности, для которой успех — возможность заниматься в свое свободное время

Для всех СЛУЧАЕВ ЖИЗНИ и для людей самого РАЗЛИЧНОГО ВОЗРАСТА мы разработали отдельные ЛИНИИ ОДЕЖДЫ.



— **Возможность комбинирования всех предметов коллекций — одно из преимуществ DIGEL, верно?**

— На самом деле это очень удобно. Ведь в таком случае гардероб от DIGEL можно использовать для совершенно разных случаев в рамках одного дня: например, если день начинается с утренней встречи, для серьезной дневной презентации нужно будет просто добавить галстук, а вечером надеть брюки casual на непринужденный ужин. И конечно, цвета, стиль, фактура — все будет гармонично и идеально сочетаться. Это очень помогает мужчине, ему не нужно задумываться о том, будет ли такой костюм уместен в определенной ситуации. Мы знаем, что



для женщины больше важна мода, для мужчины — комфорт и уверенность, поэтому он хочет, чтобы вопрос одежды был для него решен раз и навсегда. DIGEL — идеальный помощник для тех, кто хочет быть в отличной форме, заниматься спортом, хорошо выглядеть.

— **Как часто обновляются коллекции DIGEL?**

— Мужская мода меняется не так быстро, как женская. И это хорошо. (Смеется.) Поэтому у нас есть чуть больше времени подготовить новые коллекции. К тому же если мужчина доверяет какому-то бренду, этот бренд его не потеряет и на следующий сезон: мужчине просто не свойственно экспериментировать и менять то, что ему нравится и устраивает. Зачем? Ему и так удобно. Есть поговорка «Never change a winning team». (досл. пер. с англ.: «Никогда не меняй команду, которая выигрывает»).

— **Сколько костюмов должно быть в гардеробе современного мужчины?**

— Минимум три, но лучше — пять: два сезонных (лето-зима), два для бизнеса и один evening-suit.

— **По вашему мнению, способны ли вы удовлетворить требования к мужской одежде потребителей разных европейских стран?**

— Мы один из самых крупных поставщиков одежды mix&match («смешивай и комбинируй»). Мы поставляем свои коллекции во Францию, Австрию, Скандинавию, Польшу, Италию, другие страны, в том числе с 1994 года — в Россию. За последние 35 лет наш товарооборот вырос почти в 5 раз. Эти цифры говорят о том, что сегодня мы способны удовлетворить вкусы самых разных потребителей, дать каждому возможность сделать свой особенный выбор. Конечно, отличия в требованиях есть, однако общего очень много: во всем мире мужчины хотят выглядеть современно, элегантно и комфортно.

— **Что объединяет фирменные салоны DIGEL по всему миру? Может ли российский покупатель рассчитывать на тот же сервис и квалификацию продавцов-консультантов, что и европейский?**

— Безусловно. Мы работаем с нашими надежными и проверенными томскими партнерами уже много лет, хорошо знаем друг друга, нацелены на долгое и плодотворное сотрудничество. DIGEL постоянно проводит тренинги, чтобы консультанты были в курсе всех нюансов и новых трендов. Наш клиент путешествует по миру и во всех странах, где есть фирменные салоны бренда, он найдет одинаковое качество обслуживания, примет его за эталон и будет ожидать именно такого же в салоне DIGEL в другой стране. Ключевой момент для нашего специалиста — общаться с покупателем, установить с ним контакт. И тогда клиент сам расскажет, что именно ему нужно и для каких целей. Например, если необходимо подобрать брюки и пиджак разных размеров, скомбинировать по цвету, то с DIGEL это не проблема. Даже если подходящего размера нет, то можно оформить заказ, и в короткий срок он будет доставлен.

— **Вы согласны, что для установления контакта очень важно, какое впечатление производит ваш внешний вид?**

— Конечно. У вас никогда не будет второй возможности произвести первое впечатление. Если на вас надет отличный костюм и у вас чистая обувь, то вы заявляете о себе как о человеке, для которого важны детали, и значит, вы — надежный бизнес-партнер. С вами приятно иметь дело.

— **Роланд, что для вас лично значит дорогое удовольствие?**

— Время! Время для того, чтобы проводить его с любимыми людьми — в первую очередь со своей семьей и друзьями. Время — это самое ценное, что у нас есть. ♡

ТРЦ «Изумрудный город», 1 этаж, тел. (382-2) 28-14-01

DIGEL
THE MENWEAR CONCEPT

«Любовь — путеводная звезда в лабиринте жизни, движущая сила каждого успешного человека и неисчерпаемый источник его энергии!» Так формулирует свое жизненное кредо Татьяна Кочетова, которая занимается увлекательным делом — решает сложные проблемы малого бизнеса.

Путеводная звезда

Она утверждает, что добиваться успеха ей помогает владение профессиональными знаниями сразу в нескольких областях: экономике, юриспруденции и психологии.

— Татьяна Владимировна, объясните, пожалуйста, как «душеведение», как иногда называют еще психологию, может помочь в решении правовых или экономических задач?

— Большую часть своей жизни я посвятила работе с людьми: у меня за спиной 15 лет юридической практики и в государственных структурах, и в коммерческих организациях, решение разных вопросов юридического характера в зависимости от сферы деятельности предприятия. Моя практика показала, что психологический климат в коллективе играет далеко не последнюю, а может, даже главную роль в жизнедеятельности любого предприятия, независимо от его профиля и численности. Поэтому, начиная с 2010 года, я получала дополнительное образование по психологии и последние 5 лет преимущественно занимаюсь вопросами психологии и бизнеса. Толчком к моему личностному и профессиональному росту стали, кстати, и события моей жизни, связанные

со сменой рода занятий, переездом в другой город, изменениями в личной жизни.

— Расскажите, в чем заключается особенность деятельности вашего предприятия — ООО «МИСТЭРИЯ»?

— «МИСТЭРИЯ» занимается комплексным решением вопросов, возникающих при развитии малого и среднего бизнеса. При создании предприятия я ориентировалась именно на оказание услуг компаниям, которые

не могут содержать в своем штате квалифицированных специалистов разного профиля, одновременно платить зарплату и юристу, и менеджеру по подбору персонала и психологу. При этом у таких предприятий остается необходимость решать вопросы кадровые, организационного характера и связанные с ними юридические. Возможность осуществлять подобную деятельность в синтезе, комплексно — в этом и заключается мое преимущество перед другими коллегами. Современный руководитель бизнеса должен понимать, что успех дела зависит от грамотной скоординированности по всем направлениям.

Приведу недавний пример. Ко мне обратился руководитель небольшой производственной фирмы, в которой на фоне кризиса ощущалась напряженная атмосфера, в коллективе были постоянные конфликты, существенно уменьшился спрос на продукцию. Перед директором компании стояла нелегкая задача реорганизации. В результате моего сотрудничества с руководством и представителями трудового коллектива были найдены варианты улучшений организационной схемы и новые направления деятельности этой компании, были разработаны система мотивации работников и новые должностные инструкции. В итоге конфлик-

ты в коллективе прекратились, а новое направление деятельности уже приносит результаты.

— То есть вы считаете очень важным учитывать в любом деле человеческий фактор?

— Один из самых важных вопросов, которыми я занимаюсь при консультировании, — как достичь гармонии, то есть найти свое место в жизни, понять, что ты собой представляешь, найти минуты счастья. Ведь у каждого оно свое: у кого-то семья, любовь, дети, у кого-то востребованность в деле, карьере. Каждый человек имеет право на выбор — это и есть моя позиция в профессиональной деятельности. Это словно задать вопрос: «Кто счастливее — тот, кто бросился навстречу житейским штормам и выжил, или тот, кто остался на безопасном берегу и просто существовал?» На него каждый отвечает для себя сам, и любой ответ будет правильным!

В моей практике был случай, когда человек боялся поменять место работы, хотя у него были альтернативные варианты, а ситуация на работе день ото дня становилась все невыносимей. Через некоторое время после нашей встречи мне было приятно услышать по телефону его счастливый голос: он благодарил меня и рассказывал о том, в каком хорошем коллективе сейчас работает и как высоко ценит новое руководство его способности.

— Но сами вы считаете, что главное в жизни — это все же любовь?

— Люди многое могут сделать в жизни из страха потерять работу, деньги или близких людей. Но успехов и в профессиональной деятельности, и в личной жизни человек добивается только благодаря любви. Любви к себе, семье, окружающему миру, своей работе, искусству... Я убедилась в этом на собственном опыте! ♡

ул. Шевченко, 20, оф. 53,
тел. 8-913-118-74-81,
e-mail: satiom@yandex.ru,
www.orchidee-ktv.ru

КОЧЕТОВА ТАТЬЯНА
ВЛАДИМИРОВНА

Директор ООО «МИСТЭРИЯ»

Образование:

Институт коучинга в Томске 2015 г.

Международная академия инвестиций
и трейдинга 2014 г.

Сибирский центр НЛП-технологий 2010 г.

Санкт-Петербургский гуманитарный
университет (юридический факультет)
1999 г.

Красноярский инженерно-строитель-
ный институт (экономика
и менеджмент) 1995 г.

АБсолютный арт

А и Б — с этих букв начинается алфавит... А вместе они образуют «АБ» — творческий дуэт двух замечательных людей Олега Антуха и Сергея Бычкова, невероятно талантливых резчиков по дереву.

Фото: Виталина Баранова

Их работы находятся в частных коллекциях в России и за рубежом, панно, сделанные этими мастерами, украшают холлы томского театра «Версия» и развлекательного комплекса «Галактика» в Сочи. Последние были изготовлены к открытию Олимпиады-2014. Но вот парадокс: в Томске, где «АБ» живут и творят, о них знают немногие. Выставки работ они делают раз в несколько лет, да и интервью дают не чаще. Редакция «Дорогое удовольствие» попыталась ликвидировать досадный пробел в информационном поле города.

Главная причина неосведомленности томичей о своих героях — феноменальное сочетание немислимой одаренности и патологической скромности у этих ребят. Сегодня они сами пожелали выйти из «подполья», причем не лично, а «вывести в свет» свои творения. Живые, пластичные, обаятельные, ироничные, еще кажется пахнущие теплым деревом, они просто завораживают. И вот уже интернет взорвался серией фотографий со «Слоном», самой примечательной и свежей из их работ. Снимками на фоне его гигантской головы со всеми подобающими этому виду животных подробностями — от ушей до хобота — пестрят социальные сети. Но самое «ужасное», что «Слон» этот потом никак не идет из головы! Особенно, если вам удалось его погладить... Фактура надтреснувшего дерева, образующая «правильные» морщинки и складочки на слоновьей морде, мелкая шероховатость в сочетании с какой-то оптимальной гладкостью делает из «Слона», к тому же смотрящего на вас умными темными глазками, предмет безусловного, мгновенного обожания. Но настоящая «АБ»-шная зависимость развивается практически у всех, кто видел их «Мишек»-обнимашек! Особенно эта композиция «опасна» для женщин, которые теряют разум рядом с этими мимимишными обитателями леса и говорят, что с радостью бы вышли замуж за тех, кто их сделал, глядят мишек по головам и грустно вздыхают. Есть от чего, Сергей и Олег давно и счастливо женаты... Но это только одна из позитивных деталей их биографий. Поэтому пойдем по порядку.

— **Сергей, Олег, не обессудьте, но хоть вы люди невероятно творческие, нам все равно придется задать вам вполне обыкновенный вопрос: с чего все началось?**

Сергей: Лично для меня — после 8 класса. Сам я со Стрежевого, а после 8 класса и художественной школы поступил в Красноярское художественное училище имени Сурикова. Решение было спонтанное — на тот момент я вообще не знал, чем хочу заниматься. На втором курсе мне попалась книжка «Резьба по дереву», и тут меня «торкнуло»: прочитал, подумал — вот классно! И также внезапно меня отпустило. А снова «накрыло» только после армии: сидел на даче, попался обрывок газеты, на



котором я прочитал, что послезавтра — последняя возможность сдать экзамены в томский 20-й лицей, где учат резчиков. Поступил сразу, благодаря художественному образованию окончил и... женился. (Смеется.) Потом вернулись с женой в Стрежевой, это был 1992 год, перестройка, работы нет. Потом родители переехали в Краснодар и мы с ними. Там помыкался месяца три: зарплаты были совсем низкие, и тут жена предложила: «Давай поживем год у сестры в Томске...» Мы приехали и остались тут. Сразу нашел работу у Игоря Степановича Терлецкого (прим. ред. — директор и владелец художественно-производственной фирмы «Мастер») — в Томске тогда была его эпоха, и все состоятельные люди считали своим долгом заказать у него интерьер в благородном дорогом темном дереве. Прихожу в первый день на работу и вижу Олега, сидит, работает, важный такой... Сразу с ним познакомились и, в общем, сдружились.

— **Олег, а как ваш путь к «АБ»-шкам начинался?**

Олег: Окончил художественную школу в Корнилово (село в 14 км от Томска), где был замечательный преподаватель (он же директор школы), который увлекался резьбой по дереву. Пока мы рисовали на уроках, он сидел все время в углу и что-то вырезал. Нас завораживало, как из простого куска дерева вдруг рождается фигурка. Тогда я и заинтересовался этим делом, он предложил мне попробовать, я начал вырезать, что-то получилось, мне понравилось. Но тогда же передо мной встал выбор: или идти в Политехнический или в тот же 20-й лицей. Выбрал лицей, закончил его, а затем в техникуме выучился еще на технолога-экономиста. Поработал по этой специальности немного, но все-таки вернулся к резьбе, бумажки листать — это не мое. Пошел к Терлецкому, у него тогда работал только один резчик, к которому я и напросился в ученики. Опыт, который я получил там, больше нигде нельзя было почерпнуть. Объемы работ и фантазия заказчиков были нереальные, зато квалификация постоянно повышалась. Доходило до смешного: у меня был на-

значен день свадьбы и нужно было отправиться на регистрацию, а работы столько, что о выходном не могла идти и речь. Я говорю директору, что, мол, так и так, я завтра женюсь. А он импульсивно: «Ты что, с ума сошел! У нас сдача объекта, отложи пока!» (Смеется.) Вообще у Терлецкого была идеальная школа жизни: все, кто у него когда-то работал, очень хорошо о нем отзываются и многие открыли потом свои компании, связанные с работами с деревом.

— **Отчего же у вас возникла идея уйти в свободное плавание?**

Сергей: У Терлецкого нам давали конкретные заказы, и нельзя было экспериментировать, только строго следовать эскизам. А душа рвалась на свободу и просила отпустить ее в творческое плавание. И когда уже мы окончательно созрели, чтобы пойти своим путем, то сделали из нашего тандема мастерскую «АБ». Название придумалось просто — по первым буквам фамилий.

— **Творческий дуэт — это, в том числе, и сложный рабочий процесс. Как вам, двум творческим людям, удается ужиться вместе?**

Сергей: Если нас представить схематично и сравнить с треугольником, то я был бы его вершиной: быстро вспыхиваю и так же быстро теряю интерес к делу. Олег, напротив, основание треугольника, который все делает тщательно и доводит до конца. Мы — идеальная пара!

Олег: Не буду скрывать, Бычков — главный генератор идей. Сергей делится со мной задумками и рисует их эскизы на бумаге, а затем мы вместе доводим их до ума. Сначала воплощаем их в конкретном деревянном брикете. При этом одна и та же заготовка, постепенно обретая очертания конечного персонажа, переходит от мастера к мастеру как эстафетная палочка.

Сергей: Но вот на самом интересном и почти заключительном этапе наступает интрига — предметы начинают жить своей





жизнью. Иногда случается, что вырезаешь собаку, а получается кот. Вот сейчас, например, мы делаем лицо старого мудрого человека, и его образ как раз балансирует между мужчиной и женщиной. Надеемся, «лицо» сделает правильный выбор...

— **Как мы поняли, почти все объекты вы делаете из сибирского кедра?**

Олег: У нас главный материал в мастерской — кедр, мы сами привозим с делян древесину, которую нужно сушить в течение двух лет, чтобы она стала пригодной для обработки. Дерево вообще особенный материал, благодарный, теплый, приятный на ощупь. Оно дышит, оно живое, настоящее, и столько всего из него можно сделать! Поэтому мы много импровизируем. Для мелких деталей используем бук, дуб или томленую грушу. Она растет только на юге, и когда Сергей бывает там у родителей, привозит ее с собой.

Сергей: Много внимания, конечно, уделяем инструменту: степень его остроты очень важна, но и работать с ним нужно очень осторожно. Привыкли уже к мелким ранам прикладывать древесную стружку — тогда заживление проходит быстрее.

— **Если не секрет, откуда идеи берете?**

Сергей: Каждая картина — это мысль, которая просто приходит. Откуда — понять сложно, сейчас большой поток информации. Появляется какой-то импульс, а потом идет импровизация. Хотя вообще-то у любого художника должен быть эскиз и четкий план, иначе это дилетантство. То есть, художник все же главный, а не материал или будущий персонаж. А иногда бывает вообще без всяких картинок что-то в голову приходит и не отпускает уже — тогда быстро накидываешь идею-эскиз, без деталей и начинаешь резать.

Олег: Работа у нас трудоемкая, на каждую вещь уходит месяца полтора-два. Халтурить мы не любим, возможно, поэтому выставляемся не так уж часто.

— **А почему вы решили делать не мебель, а именно декоративные предметы? Ваши работы — это, скорее, полноценный арт, которым нужно просто любоваться.**

Сергей: Хочется что-то для Вечности делать... Мы ведь уже

одной ногой на пенсию идем, а второй ногой беремся за сложные или дорогостоящие проекты. Времени осталось мало. Нам все-таки интересно делать только креативные и необычные работы. Они обо всем на свете. Вот, например, «Мартовский кот»: это скульптура о том, как опасны коты весной. Кожаные ремни вокруг пухлого тельца с трудом сдерживают напор животных эмоций и противоречивых желаний. Дисциплина против основного инстинкта. Или, возьмем, панно «Изумрудный город»: картина о дружбе. Мало кто задумывался о том, как Страшила мог путешествовать на одной ноге. Ведь он — огородное пугало! А очень просто: при помощи крепкой мужской дружбы — его нес под мышкой Железный Дровосек! 3-D картина «На страже» о противостоянии пожилой женщины и вероломной мыши. Бережливая хозяйственность против циничной безответственности.

— **Звучит, между прочим, очень серьезно! Чувствуется глубина художественного замысла...**

Олег: А то! Вот очень серьезная работа «Шотландский пастих». Ее концепция такова: здесь вы видите человека, совершающего трудовой подвиг. Невзирая на обстоятельства (ночь) и коллектив (овцы), он честно дует в свою волынку, как требует того профессиональная этика и нравственные принципы.

— **Хорошо, с этапами вашего «Большого деревянного пути» разобрались. Но мы недавно стали свидетелями зарождения нового таланта в недрах тандема «АБ» — ваши работы получили настолько яркое литературное сопровождение, и теперь сложно понять, что ярче — тексты или объекты из дерева!**

Олег: А, это вы про Серегин фейсбук? Да, он у нас может!
Сергей: Я сам не понял, как меня туда заманили. Теперь, когда я уже в западне, честно стараюсь тянуть «социально-сестевую» лямку!

— **Но получается-то потрясающе! Сказать сразу, что лучше — работы или тексты к ним — невозможно! Они слились в едином порыве, как ваши медведи. К слову, официальная миссия мишек звучит так: «Дружба народов»: девиз всех прогрессивных косолапых: «Медведи всех стран, обнимайтесь!» С этого момента мед и пчелы поровну!»**

Поэтому давайте закончим материал о вас не традиционным журналистским вопросом о планах на будущее, а цитатами из фейсбучных публикаций Сергея Бычкова. Нам кажется, что они скажут об «АБ»-шках больше, чем ответы на всевозможные вопросы этому томскому тандему.

Вот в таком море позитива, креатива и юмора довелось «поплавать» некоторым счастливым из нашей редакции. Тем же, кого волнует тонкий душевный мир обнимающихся медведей, вековая мудрость таежного слона или идеально отполированное кошачье эго, рекомендуем зайти в Галерею работ томских мастеров и художников «Орнамент» по адресу: ул. Набережная р. Ушайки, 4 а (3-й этаж), тел. 52-62-92 ☐

«АБ» о себе и своих работах...

КАК МЫ ПИЛИЛИ СЛОНА

С тех пор, как мы взялись за исполнение портрета таежного слона, любое малозначительное действие в мастерской приобрело вселенский размах. Весь день только и слышишь: «Хорошо, что зашли, можете слона поднять?», «Слона покрасили», «Сейчас попьем чай и будем слона вешать»...

После таких дел предложение домашних протереть пыль у себя на столе кажется чуть ли не оскорблением. Все приобрело особый смысл, а при монументальных делах и мысли в голову лезут не лилипутские. И вот я задумался, почему физического здоровья с возрастом становится меньше, а работы, которые мы делаем, больше. Ведь если здоровья осталось на два насморка, пора подумать о миниатюре. Высота слона 250 см, размах ушей 180 см. Согласно годовым кольцам, ушам слона 170 лет, если они росли одновременно, и 340, если последовательно.



Можно было остановиться на этой стадии и с этим чебурашкой вернуться в мир современного искусства

ПЕС И КОТ

Сам я больше люблю собак, но всю жизнь меня преследуют коты в виде домашних питомцев и фотографий «звезд интернета». Я знаю о них все. Март — самое напряженное время для котов. Это как сеносок у крестьянина, путина у рыбака и выборы у депутата. В этот период коты наиболее опасны и безрассудны. Наша творческая бригада, состоящая из людей, переживших кошачий произвол неоднократно (кому в тапки, а кому и в рюкзак), решила вырезать скульптуру мартовского кота и тем самым завершить гештальт, чтобы не мыкаться больше по психиатрам и группам поддержки. Примерно через два года в дополнение к «Мартовскому коту» мы выпилили скульптуру «Пес». Этот персонаж является полной противоположностью коту. Скульптура символизирует торжество житейского опыта над энтузиазмом и суетой. Здесь уже седло и кожаные ремешки — это лень и привычки, вроде сковывают, а вроде и нет... В заключение могу сказать, что коллектив нашей мастерской прошел эволюционный путь от «кота» до «собаки» и официально заявляет: «Плохо быть напряженным, а расслабленным — хорошо!» Вот такой вот «песикот».



ПОРТРЕТ БОЕВОГО НОСОРОГА

Вообще-то любой носорог по умолчанию является боевым. А уж если под носорогом стоит подпись, что он боевой, значит, это выдающийся носорог.

Когда уже была сделана стильная латунная шапочка и аккуратно закреплена на голове животного медными скобками, кому-то пришла в голову гениальная мысль для пущей убедительности оставить на металле вмятины от удара острым тяжелым предметом. Секирой, например... Секиры под рукой не нашлось, взяли обычный топор, тупой и слетающий с рукоятки при каждом удобном случае. Хорошо, что никто из коллег психиатров и общества защиты животных эту сцену не видел. Мы бы вызвали в них живой профессиональный интерес. К чему я это все рассказываю. Возможно, мы войдем в историю как первые сибирские мужики, наступавшие по шапке боевому носорогу.



МЕХАНИЧЕСКОЕ УХО

Как я уже сообщал ранее, слово «дисциплина» в нашей мастерской видели только на картинке и то не все. Ценные указания старшего товарища никто не слышит, а сам старший товарищ тоже плохо слышит в силу возраста. Существование мастерской оказалось под угрозой, и было решено изготовить большое деревянное ухо.

(...)Изделие может найти широкое применение в кабинетах психотерапевтов, группах поддержки и в приемных народных депутатов.



СУБЛИМАТОР ЛИНЕЙНЫЙ (БЫТОВОЙ)

Мини-заводик по переработке мелких и крупных неприятностей в эликсир чистой радости. Здесь представлена принципиальная схема устройства, представляющая огромный интерес общественности. Поскольку как радость превратить в горе знают все, а наоборот знают только узкие специалисты.

Принцип действия: стрессовые ситуации и депрессии вперемешку с горем и несчастьями засыпаются в перемалывающее устройство, где размельчаются до консистенции мелких неприятностей и недоразумений. Затем по трубопроводу полученная смесь попадает в фильтрующий модуль, в котором растворяется до состояния философской созерцательности и умиротворения.

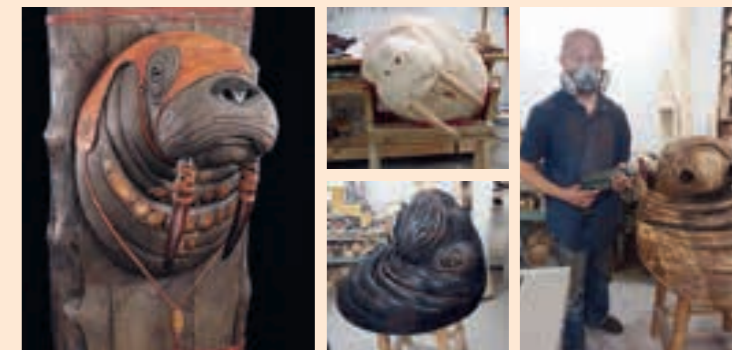
После этого технологического цикла раствор проходит через нанопреобразователь и попадает на линию готовой продукции, где потребитель может выбрать на свой вкус бутылек чистой радости или флакончик счастливой безмятежности.



ПОРТРЕТ БОЕВОГО ЗАПАДНО-СИБИРСКОГО МОРЖА

Этот персонаж был третьим по счету, но из-за хромающей дисциплины в нашей мастерской фотографии делаются с завидной нерегулярностью, и предыдущие портреты не сохранились в фотохронике.

Концепция была самурайская: соперника надо уважать. А поскольку люди состоят в вооруженной конфронтации с некоторыми (почти со всеми) животными и имеют соответствующую экипировку, то мы решили создать свой «бойцовский клуб» из особенно ярких представителей противоборствующей стороны.



Фреш

Hot Points



ЛЕЧЕНИЕ ПАРОДОНТОЗА

Клиника «ЭХИС» успешно применяет для лечения пародонтита инновационную стоматологическую лазерную технологию — фотодинамическую терапию. Под воздействием лазера на патогенный участок, обработанный вытяжкой из водоросли спирулины, выделяется кислород в ткани, и патогенная микрофлора уничтожается, при этом ткани вокруг зуба укрепляются, повышается местный иммунитет. Раз в месяц по предварительной записи прием проводит профессор В.К. Поленичкин.



СВЕТ ВАШЕЙ УЛЫБКИ

Комфортная и эффективная безболезненная процедура косметического осветления зубов с помощью геля PEARLSMILE проводится в салоне «Жемчужный». При отбеливании происходит обесцвечивание органических веществ, содержащихся в зубной эмали, что ведет к осветлению от 2 до 12 тонов. Процедура проводится в инновационной капсуле и в качестве дополнительного бонуса пациент получает несколько минут релакса под красивую спокойную музыку.

ВИРТУАЛЬНАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

Центр современной стоматологии «Эликсир» предлагает познакомиться с CAD/CAM системой, предназначенной для изготовления вкладок, виниров, коронок и мостовидных протезов из различных материалов. Зубная модель сканируется специальным лазерным сканером, изображение заносится в компьютер и далее виртуально моделируется идеальная форма зуба. После чего программа запускает фрезеровку этой коронки.



Hot points

УЗНАЕМ, ВЫБИРАЕМ



СОВРЕМЕННАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

Медицинский центр «ДЮНЫ» предлагает томичам современный метод стоматологической помощи — эндодонтическое лечение с использованием системы САФ (самоадаптирующийся файл). Данная система считается прорывом в стоматологии, так как это первый инструмент, который позволяет по-настоящему осуществить основные принципы очистки и формирования канала в трехмерном пространстве. Принцип работы САФ повышает качество и безопасность лечения.

АКЦЕНТ НА ПРОФИЛАКТИКУ

Специалисты клиник «МЕДСТАР» делают акцент на профилактике стоматологических заболеваний детей и их родителей. В оборудованных кабинетах проводятся специальные курсы детской гигиены. Врачи помогут с подбором средств для ухода за зубами, деснами и брекетами, с помощью особенных индикаторов покажут, где обычно скапливается налет, и продемонстрируют всю механику процесса чистки. На моделях маленькие пациенты смогут отработать свои умения при помощи игровых упражнений, которые позволят им получить не только ценные навыки, но отличное настроение и подарки! P.S. Не забудьте поменять свою старую бонусную карту на новую.



ВСВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ
ВСВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДИКИ

В арсенале врачей ортодонтического отделения Научно-практического центра «Стоматология» к услугам пациентов, которые хотят вернуть себе идеальную улыбку, — новейшее оборудование и современные методики коррекции прикуса. Для диагностики зубочелюстных аномалий в центре применяется современное цифровое 3D оборудование (итальянский томограф), позволяющее спрогнозировать возможное развитие аномалий зубочелюстной системы и поставить правильный диагноз.



«ЗУБЫ ЗА ДЕНЬ!»

В клинике «Центр дентальной имплантации» успешно работает программа «Зубы за день!». При полном или частичном отсутствии зубов пациенту можно за один день установить имплантаты и коронки. В своей работе команда клиники использует анестетики, керамику, имплантаты ведущих мировых производителей. Аппарат «СТАКИ» подает масляную анестезию инертным газом ксеноном — анестетиком третьего тысячелетия, особенно рекомендованного для обезбоживания детей и беременных женщин.

СПА-ПРОФИЛАКТИКА ДЛЯ ЗУБОВ

Эффективную инновационную процедуру, которая позволяет укрепить зубную эмаль, уничтожить болезнетворные микроорганизмы в полости рта, повысить устойчивость эмали к действию неблагоприятных факторов и надежно предотвратить стоматологические заболевания, предлагает стоматологическая клиника «Коллибри». Сеанс СПА-профилактики занимает совсем немного времени, вы можете расслабиться в кресле стоматолога и получать удовольствие!



Hot points

РЕШАЕМ, ОБСУЖДАЕМ



«ВТОРАЯ МОЛОДОСТЬ» ВАШИХ ЗУБОВ

Имплантология — одно из самых современных направлений стоматологии с доказанной высокой эффективностью при частичной или полной потере зубов. Зубной имплант — это искусственный корень, на который устанавливается коронка, заменяя, таким образом, утраченный естественный зуб. В медицинском центре «Dental & SPA» устанавливают немецкие импланты фирмы «Xive». На предварительной бесплатной консультации можно получить рекомендации и задать все интересующие вопросы. Прием ведет врач имплантолог-хирург со стажем более 30 лет.

ЛАЗЕР В СТОМАТОЛОГИИ

Стоматологическая клиника «Евродент» предлагает лечение в сфере стоматологии и косметологии с помощью нового диодного лазера «Doctor Smile». Лазер успешно применяется в таких областях, как эндодонтия, хирургия, пародонтология, терапия, отбеливание. Все процедуры — от операций до отбеливания — проходят абсолютно безболезненно, без использования обеззараживающих средств или антибиотиков. Нужные программы лечения находятся в автоматизированной памяти прибора, исключая вероятность совершения врачебной ошибки.





КОНЦЕРТ ВАЛЕРИЯ ЛЕОНТЬЕВА, КОТОРЫЙ НЕЛЬЗЯ ПРОПУСТИТЬ!

Над Валерием Леонтьевым не властно время, его сценическая сила лишь увеличивается с каждым прожитым на сцене годом. Его голос узнают по свойственным только ему интонациям. Каждый концерт певца — 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...

9 мая

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

Евгений Гришковец с премьерой спектакля «Шепот сердца»

Евгений Гришковец, драматург, актер, режиссер, прозаик, певец, представляет свой спектакль «Шепот сердца»: «Это, пожалуй, самая странная моя работа, поскольку на сцене будет не какой-то конкретный человек, а тот персонаж, которого я буду исполнять, — это будет человеческое сердце, которое задает вопросы человеку». Как и все спектакли автора — это пьеса с тонким юмором, нотками ностальгии и большим смыслом: поводом подумать о себе и жизни, о главном и второстепенном, взглянуть на привычные вещи с другой стороны — и, возможно, сделать свою жизнь лучше.

18 мая

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

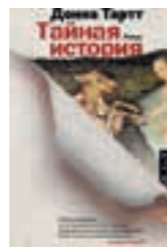


ИЗБРАННОЕ



Лариса Гныря, редактор светской хроники

Книга «Тайная история», Донна Тартт



Ммм... Какая книга! Это мистический интеллектуальный триллер, сложная выворачивающая наизнанку история о человеческой сути за гранью возможного. Идеальный университетский роман: закрытый колледж с новомодным преподаванием, древние языки, закрытый клуб для богатых, тайна немногих, жесткая и пьянящая дружба, высокомерие, порочность, любовь, предательство, преступление... И все это на фоне лошадиных доз алкоголя и наркотиков, после которых наступают приступы паники, ужаса и эйфории... Когда закрываешь книгу, во рту привкус виски, а руки липкие от крови...

Для читателей старше 18 лет

Кино «Мой король», Франция, реж. Майвенн, 2015 г.



Ох уж эти французы! Лучше них про любовь никто не снимает — это факт. «Мой король» рекомендую как французский десерт на выходные для двоих. В нем есть нестандартные любовные отношения, сеанс семейной психотерапии, ненависть, смех, слезы — все как в жизни. А мой любимчик Кассель — король очарования и король мерзавцев. В такого невозможно не влюбиться, с таким невозможно жить... Фильм очень эмоциональный, с потрясающей игрой актеров («Пальмовая ветвь» за главную женскую роль), стильными саундтреками и вообще кардиограмма — это жизнь! Любителям французского кино в список must see!

Для зрителей старше 18 лет

Гастроли Маленького театра (г. Москва)

В спектакль-игру по сказкам Л. Н. Толстого «Как мужику счастье было...» вошли пять произведений писателя: «Как мужик гусей делил», «Петр I и мужик», «Драгоценный камень», «Награда» и «Царь и рубашка». Традиционная история про умного и хитрого русского мужика, умеющего выйти сухим из воды, разыгрывается актерами азартно и весело. Виртуозная игра с предметами, яркая пантомима — и на сцене легкий, ироничный и смешной спектакль, который будет интересен и детям, и взрослым. Это хороший повод вспомнить классика русской литературы и взглянуть на него совершенно по-новому.

С 12 по 16 апреля

Томский областной театр куклы и актера им. Р. М. Виндермана, пл. Соляная, 4, тел.: 65-28-07, 65-28-90, skomoroh.tomsk.ru. 6+



Комедия Александра Вампилова

«Старший сын» — одна из наиболее известных пьес А. Вампилова. Режиссер Андрей Шляпин представляет зрителю классическое прочтение комедии, где ироничный сюжет искусно дополнен рассуждением о вечных вопросах и ценностях человеческого бытия, и основной темой, на фоне множества комических, нелепых и драматических ситуаций, все-таки выступает тема одиночества. Спектакль, наполненный глубоким смыслом, юмором с «легкой грустинкой», насыщен музыкой вокально-инструментальных ансамблей 60-70-х годов.



29 апреля

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

М. Таривердиев: музыкальная легенда нашего кино

Нашу жизнь невозможно представить без кино. А кино — без музыки. Музыка кинематографа — это точка притяжения всех поколений. Ее авторы — блестящие композиторы — старались писать для кино так, чтобы их мелодии навсегда остались в нашем сознании. Слушая музыку кино, мы вновь погружаемся в атмосферу любимых фильмов, вспоминаем любимых героев и любимые сюжеты. В концерте принимают участие Томский академический симфонический оркестр, солисты Томской филармонии, жена композитора Вера Таривердиева.

17 апреля

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



sante

КЛИНИКА ВОССТАНОВИТЕЛЬНОГО ЛЕЧЕНИЯ

«Болезнь — состояние не отдельного органа, а всего организма, и в каждой болезни отражается весь организм»
Гиппократ

Что такое СКЭНАР-терапия? За что мы так любим этот метод лечения?!

Главная особенность методик, используемых в клинике «Sante», — воздействие непосредственно на причину возникновения заболевания, запуск процессов самовосстановления без использования медикаментов. Одна из таких методик — СКЭНАР-терапия. С 2003 года наш главный помощник на пути излечения — прибор СКЭНАР.

СКЭНАР позволяет отрегулировать и нормализовать нарушенные функции органов и систем, а также повысить сопротивляемость организма.

Аппарат создает электрические импульсы, приближенные по своей характеристике к сигналам нервной системы человека, которыми он воздействует на кожный покров пациента. Возбуждая С-нервные волокна, являющиеся частью периферической нервной системы, СКЭНАР активизирует систему саморегуляции. Таким образом СКЭНАР запускает в организме пациента те механизмы восстановления, которые заложены в нем природой и протекают в здоровом организме в ответ на действие патологического агента.

СКЭНАР ведет постоянный «диалог» с организмом на основе биологической обратной связи, и с этой точки зрения является уникальным прибором. Терапия приобретает характер специфической, ее задача — полное клиническое выздоровление организма с восстановлением нарушенных или утраченных функций. Прибор СКЭНАР является универсальным регулятором функций организма, что позволяет использовать СКЭНАР-терапию при самом широком спектре заболеваний.

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: dorogoe@tdo.ru, а также оставляйте свои пожелания и комментарии в инстаграме журнала «Дорогое удовольствие» и клиники «Sante».

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

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Фреш

Апрель 2016

Американский фэнтези-фильм «Белоснежка и охотник 2»

Новый фильм является одновременно приквелом и спин-оффом фэнтези-драмы 2012 года «Белоснежка и охотник». Персонажи картины взяты из сказки братьев Гримм «Белоснежка» и сказки Андерсена «Снежная королева». В центре сюжета новой картины — борьба ледяной королевы Фрейи и ее сестры, которые хотят завоевать Землю, против охотника Эрика и его возлюбленной Сары, намеревающихся остановить их.

С 14 апреля

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



«Выживут только влюбленные!»

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



14 апреля

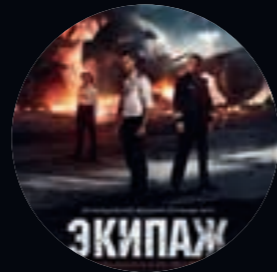
Концертный зал ЦК ТГУ, пр. Ленина, 36,
тел.: 710-900, 52-98-97
Начало в 19.00
Для зрителей старше 12 лет

«Экипаж» теперь в формате IMAX

Алексея Гущина за невыполнение приказа выгоняют из военной авиации и только чудом оставляют летать на гражданских самолетах. Алексей попадает в авиакомпанию «Пегас Авиа» и становится вторым пилотом-стажером на авиалайнере Ту-204 под руководством опытного командира экипажа Леонида Зинченко. Отношения с наставником не складываются. Во время полета в Юго-Восточную Азию экипаж Зинченко получает сообщение о начавшемся землетрясении на одном из островов и принимает решение отправиться в эпицентр катастрофы, чтобы спасти сотни жизней.

С 21 апреля

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



Русский вестерн «Лариса и купцы»

«Бесприданница» принадлежит к числу пьес Островского, пользующихся наибольшей любовью зрителей. И персонажи Островского, и стиль их жизни как никогда «рифмуются» с происходящим в современной России. Театры привлекло мастерство, с которым сделана пьеса, подробно разработанные характеры, увлекательный сюжет. Зритель встречает героиню в критический момент судьбы. Возвращение любимого — последнее обольщение, поманившее обманом счастье... Томская драма предлагает свою версию прочтения пьесы.



23 апреля

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4, тел. 906-837
Начало в 18.00
Для зрителей старше 16 лет

Давным
давно

102 ГОДА НАЗАД, В 1914-М, ТОМСКИЙ ФОТОГРАФ ПЕТР НИКИТИЧ ПЕНЬКОВ НА МЕЖДУНАРОДНОЙ ВЫСТАВКЕ новейшего искусства и промышленности в Лондоне за представленные работы получил высшую награду — Гран-при и золотую медаль.

«Песни о Родине» — гастрольный спектакль на сцене ТЮЗа

В спектакле «Песни о Родине» представлена проза трех современных российских писателей Д. Пригова, Д. Глуховского и В. Пелевина в постановке так же абсолютно непохожих друг на друга режиссеров Дмитрия Егорова, Павла Южакова и Алексея Крикливого. В постановке заняты артисты Молодежного театра «Глобус» и театра-студии «Первый театр» (г. Новосибирск) и Томского ТЮЗа. О чем спектакль? О Родине, которую мы любим! Какая она сегодня? Какие мы, люди, живущие в России? И что же стоит за мифом о загадочной русской душе? На эти вопросы Художник, живущий в России, всегда ищет ответ!

18 апреля

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



Легкомысленная комедия для серьезных людей

В спектакле «Как важно быть серьезным» по пьесе Оскара Уайльда два блистательных британских джентльмена от скуки затевают рискованную и непредсказуемую игру в псевдонимы. Заботливый опекун юной Сесил — Джек — под именем Эрнест делает предложение аристократке Гвендолин, а неутомимый ловкач Олджи под этим же именем — провинциалке Сесил. Назревает жуткий скандал — девушки узнают, что к ним сватается один и тот же мужчина! Теперь влюбленным ловеласам придется понять, как все-таки важно хоть иногда быть серьезным...



20 апреля

Томский областной театр драмы, пл. Ленина, 4, тел. 906-837
Начало в 19.00
Для зрителей старше 16 лет

Мировой тур рок-оперы «Юнона и Авось»

Грандиозный тур знаменитого спектакля приурочен к 70-летию юбилею композитора Алексея Рыбникова. Легендарная история любви, «Юнона и Авось», является одной из самых успешных и популярных в России и за рубежом музыкальных постановок, в разных странах мира ее неизменно сопровождают полные залы и грандиозный успех! Великолепная музыка, стихи Андрея Вознесенского, исключительно живое исполнение — это незабываемое зрелище и буря эмоций! В спектакле заняты артисты Театра А. Рыбникова, среди которых участники популярного телевизионного шоу «Голос».

26 апреля

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



BÖWE
немецкие химчистки

БИОЧИСТКА
ХИМЧИСТКА
ПРАЧЕЧНАЯ
РЕМОНТ ОБУВИ

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

Ленинградская история.

«Музыка ночью»

В милой маленькой квартире ночами звучит, доносясь словно из ниоткуда, музыка. Сменяют друг друга дни, месяцы, годы, но здесь, кажется, не существует времени. Под мерный ход часов здесь убегает молоко, старый шкаф превращается в парусный корабль, отсюда один за другим уходят на войну дети, оставляя хрупкую и мужественную маму жить надеждой на их возвращение... О вещах, которые хранят память о маме, для которой навсегда остаются детьми герои войны с седыми висками, о том, что жизнь неумолимо продолжается вопреки любому бедствию, напомнит зрителю эта постановка.

27 апреля

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

Для зрителей старше 12 лет



Хор Сретенского монастыря на сцене БКЗ

В программе праздничного концерта Хора Сретенского монастыря, одного из самых известных современных церковно-певческих коллективов, прозвучат песни советских композиторов и незабываемые музыкальные произведения о Великой Отечественной войне. Зрители прикоснутся к великим событиям военной поры, воплощенным в песнях А. Пахмутовой, М. Блантера, В. Соловьева-Седого, Я. Френкеля. Особую окраску звучанию любимых всеми мелодий придает неповторимое исполнение мужского хора, звучащего как особый живой инструмент.



19 апреля

Большой концертный зал филармонии,
пл. Ленина, 12 а, тел. 51-59-56
Начало в 19.00. Без ограничений по возрасту

Звезды московской оперетты представляют!

Созданный в лучших традициях Венской оперетты, спектакль «Сказки Венского леса» никого не оставит равнодушным... Феерический каскад шуток, танцев, импровизаций и, конечно, бессмертной музыки И. Штрауса гарантируют вам прекрасное настроение и незабываемый вечер! В Венском лесу на утренней конной прогулке встречаются Катарина Вальдек и Эдвард фон Бликсен, которые с первого взгляда понимают, что созданы друг для друга, но... увы, их пути расходятся. Однако тем и прекрасен жанр оперетты, что какие бы бури ни бушевали над головами влюбленных людей, чарующая музыка соединяет их сердца навсегда!

14 апреля

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



Sympho-jazz Даниила Крамера

В джазе имя Даниила Крамера — одно из эталонов, высочайших стандартов стиля. Маэстро сочетает в своем творчестве дар высокопрофессионального пианиста, тонко чувствующего самые разные стили, опытного аранжировщика, яркого композитора, талантливого педагога, телеведущего, общественного деятеля, популяризирующего джаз в нашей стране. Его выступление пройдет в сопровождении Томского Академического симфонического оркестром под руководством Ярослава Ткаленко.



29 апреля

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

Комедия-гротеск «Женись на моей жене»

Что такое любовь? Героев этой комедии больше всего на свете интересует этот вопрос. О любви говорят, поют и даже танцуют, пытаются понять, ради чего жить, с кем жить, кого любить и как. В семейной паре муж влюбляется в молодую барышню, но чтобы уйти из семьи, ему нужен определенный повод. С целью избавиться от жены, герой знакомит ее со своим другом, которого встречает совершенно случайно и при неординарных обстоятельствах... К чему это все приведет и чем закончится знакомство?..

3 мая

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



PS PURE SUISSE
LABORATOIRE

INSIDE & OUT BEAUTY® SYSTEM
Воздействие на проблему изнутри и снаружи

Снижение веса на 5,5 кг за 2 недели применения*

Снижение веса без вреда для здоровья

Выведение шлаков и токсинов

Уменьшение аппетита

Нутрицевтик для контроля веса

Расщепление жировых отложений

Выравнивание рельефа кожи

Устранение целлюлита

Гель для тела, уменьшающий объемы

Спрашивайте в клиниках и салонах красоты города:

Эстетический медицинский центр «Дамский клуб», ул. Дзержинского, 20/1, телефон: 43-33-00
Салон красоты «Alessandro», ул. Новгородская, 44, телефон: 55-01-20, 55-01-22
Салон коррекции фигуры и СПА «VIP-Триумф», ул. Гоголя, 30/1, телефон: 52-92-48, 58-69-90
«Клиника Управления Возрастом», ул. Белинского, 20 а; телефон: 53-33-66
Центр косметологии и коррекции фигуры «Melagrano», пр. Фрунзе, 119 а, телефон: 245-000
Центр красоты «Звезда Кино», ул. Р. Люксембург, 19, телефон: 51-71-51

*По результатам клинических испытаний медицинского университета Женевы, проводимых на 20 независимых респондентах в течение 2 недель. Применение глюкоманнана 30 г в день.

Сделано в Швейцарии
www.puresuisse.ru

Комплексный подход к сохранению
молодости, красоты и здоровья!

Wellness Club Lady



15 апреля

спортивно-оздоровительный клуб
Wellness Club «Lady» отмечает свой
7-й день рождения!

Вас ждут:

- Beauty-программы
- Инфракрасная сауна
- Wellness-тренажеры
- Wellness-бар
- SPA-услуги
- Солярий



В честь дня рождения —
абонементы в солярий и
на wellness-тренажеры
со скидкой 50%!

В этот день
угощаем всех
фруктами
и шампанским!

ул. 79-й Гв. дивизии, 24 (1-й этаж)
тел. 20-11-80
wellnessclublady.tomsk.ru



THE SLON
СТУДИЯ ЙОГИ И ФИТНЕСА

уникальный интерьер в стиле лофт



система вентиляции с функциями
подогрева и фильтрации воздуха

THE SLON — камерная студия фитнеса и йоги
VIP-формата, продуманная до мелочей,
созданная с любовью, чтобы занять особенное
место в ваших сердцах. Это место, которое
нельзя спутать ни с каким другим.

сочетание натуральных
материалов и новейших технологий



Каждый день Слон в своем баре готовит
для гостей уникальные напитки и десерты
из натуральных ингредиентов, которые
не только вкусны, но и безгранично полезны.

ПЕР. ШКОЛЬНЫЙ, 19. ТЕЛ. 78-30-78,
WWW.THESLON.FITNESS
#THESLONTOMSK

LOOK & Style*

КТО СО МНОЙ?

Итальянский бренд Piquadro представил новую линию аксессуаров, в которой прослеживается не только элегантный и узнаваемый стиль креативного директора и основателя марки Марко Палмьери, но и высокая функциональность. Стильные сумки, кожаные портфели и рюкзаки для бизнеса и путешествий практичны и выразительны. А на любую сумку из коллекции Archimede можно нанести именную монограмму. www.piquadro.com

* «ОБРАЗ И СТИЛЬ»



Сумка A.W.A.K.E

Жилет Delprozo, Aizel.ru

Блузка Laurel

Босоножки Furla

Часы Joop!

Пальто-халат Walk of Shame, KM20

Очки Vogue

Серьги Aur lie Bidermann

Клатч Marc Cain

Туфли Christian Louboutin

Цепочка Joop!

Платье Marques Almeida KM20

Calvin Klein

КАК У СЕБЯ ДОМА
 Теперь по городским улицам можно смело ходить в полосатой пижаме или в комбинации, надев на ноги биркенштоки. И ни о чем не волноваться — мода позволяет!

Givenchy

TRENDS
— for FRIENDS —
BRANDS

Весна приходит вместе с Trends Brands!



Идеальный гардероб уже ждет вас в новом магазине женской одежды Trends Brands пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город», 3-й этаж



Платок Faliero Sarti

Очки Furla

Кардиган Missoni

Эспадрильи Etro

Ремень Joop!

МИЛЛИОНЕР ИЗ ТРУЩОБ

Вышитый шелковый бомбер, футболка с узором пейсли, соломенная шляпа и кожаные браслеты – образ современного знойного денди с Востока покорил подиумы и, конечно, наши сердца.

Футболка Etro

Шляпа Gucci

Куртка Halder Ackermann

Браслет Uno de 50

Палка Piccadilly

Кольцо Alexander McQueen

Туфли Jimmy Choo



Halder Ackermann

VALENTI

masimar®
SPORTSWEAR

maraton®
sportswear

BOREN®

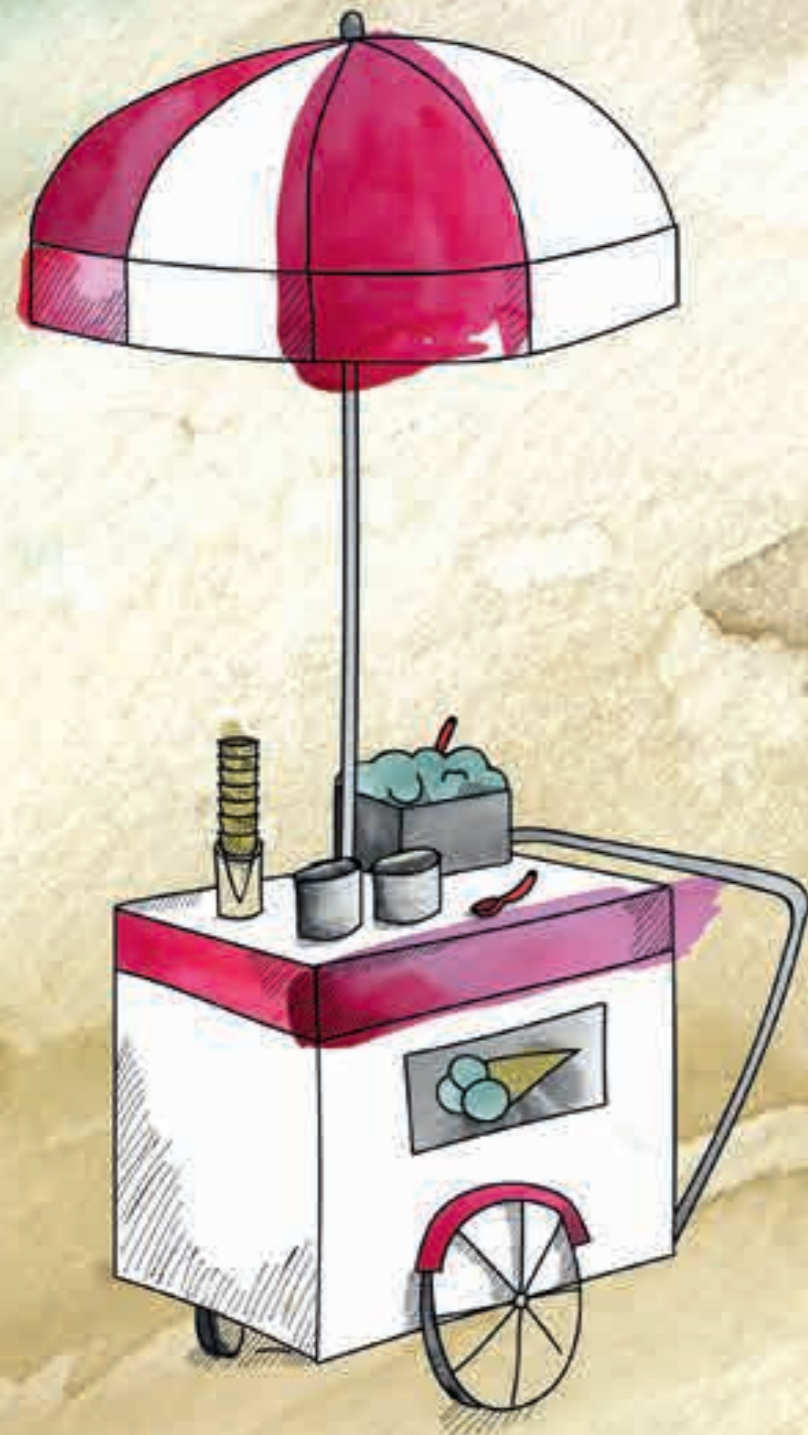
PREMIER V

МУЖСКАЯ ОДЕЖДА

«PREMIER V», ул. 79 Гв. Дивизии, 24

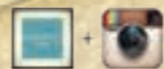
ТЦ «РАДУГА», ул. Интернационалистов, 17/1

Волнующее ожидание счастья



Великолепным чувством счастья, которое всегда посещает нас весной, пронизана весенне-летняя коллекция модной итальянской марки элитного трикотажа из драгоценных природных волокон Re Vera. Завораживающее очарование изменчивости моря вдохновило дизайнеров на изысканный ансамбль впечатляющих образов, в которых раскрывается многогранная красота прибрежных пейзажей Италии.

Искристость и шуршанье синего и голубого шелка ощущаются как игра морских волн, а трикотаж из льна с хлопком создает впечатление воздушности и нежности заботливо окутывающих летних облаков. Повторяя переливы морских волн, силуэты платьев и джемперов струятся и играют линиями, красками и оттенками, притягивая своей мягкостью и женственностью. Море в нюансах, словно рассыпанное брызгами на модных платьях и топах-сетках, напоминает о морских пейзажах импрессионистов.



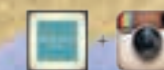
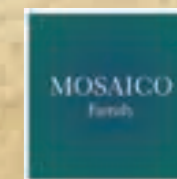
Instagram:
mosaico_family

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

На Яне:
платье-комбинация из льна
с хлопком **Re Vera**,
украшение ручной работы
из натурального перламутра
Rainbow Seekers,
золотые плетеные сандалии
Saint Laurent Paris



RE VERA

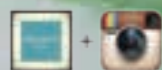


Instagram:
mosaico_family

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

Живые перекаты волн и всепроникающие солнечные лучи играют на меланжевых фактурах голубых, бирюзовых и песочных цветов. Такое впечатление, что это не ткани, а вода, которой море поделилось для создания великолепных образов. Все текстуры, словно живые, дышат, текут и струятся, вызывая ассоциации с итальянской природой и восхитительными итальянскими каникулами, которые стоит себе позволить, даже если вы проведете это лето в городе. Коллекция пронизана объединяющей гармонией и чувством душевного восторга, которое всегда возникает в начале весны.

RE VERA



Instagram:
mosaico_family

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

На Анне:
платье-комбинация и
джерсер-сетка из льна
с хлопком **Re Vera**,
украшение ручной
работы из натурального
перламутра **Rainbow
Seekers**, сандалии из
кожи натурального питона
Sergio Rossi

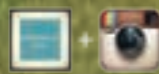
На Наталье:
платье-комбинация
и джерсер из льна
с хлопком **Re Vera**,
украшение ручной
работы из натурального
перламутра и бирюзы
Rainbow Seekers,
сандалии **Sergio Rossi**



RE VERA



Сумка ручной работы с фарфоровой фигуркой зайчика — испанский ювелирный бренд **Andres Gallardo**

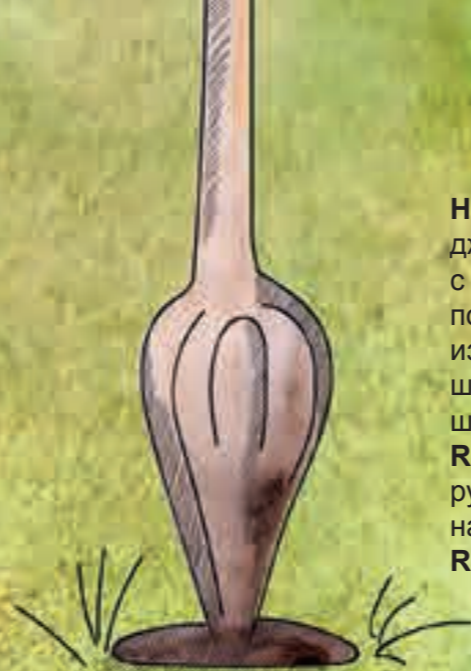


Instagram:
mosaico_family

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



На Арине:
джерсер-сетка из льна с хлопком, надетый поверх голубой майки из натурального шелка, крешированная шифоновая юбка — все **Re Vera**, украшения ручной работы из натуральных камней **Rainbow Seekers**



На Милене:
платье из натурального шифона с эффектом креш, джерсер-сетка из льна с хлопком — все **Re Vera**, украшение из фарфора — испанский ювелирный бренд **Andres Gallardo**, французские эспадрильи **Escadrille**

ИЛЛЮСТРАЦИИ: КСЕНИЯ КИНЯКИНА

РАССТАВИТЬ АКЦЕНТЫ

Сосредоточьте внимание на главных аксессуарах сезона — любой из них даст понять, что вы в тренде.



Giuseppe Zanotti Design

Furla



Jimmy Choo

Issey Miyake

Блеск металла

Блестеть всегда, блестеть везде — один из основных принципов сезона. И если платю из металлизированной кожи в летний зной лучше оставить дома, то эффектные босоножки или объемная сумка, как у Issey Miyake, засияют летним днем ярче солнца.

Шипы и заклепки

Тренд не для робких — шипы триумфально вернулись в моду. Долой смущение, пора надевать туфли, усеянные заклепками, и брать в руки клатч, сплошь покрытый шипами, — точно, как у Christian Louboutin. Главное — не пораниться!



Christian Louboutin

Christian Louboutin

Принты

Настоящую модницу определяет умелая работа с принтами. Правила просты — не нужно стараться излишне «согласовывать» их между собой, главное — фантазия, вдохновение и то самое шестое чувство. А в остальном — чем ярче, тем лучше.



Gucci



Bracciano



Marc Cain



Marc Cross



Moreschi, NoOne



Olympia Le-Tan

Сумки-чемоданчики

Очаровательные в своей наивности, эти ретро-сумочки возвращают нас во времена совершенных леди, встречавших мужей с работы с укладкой и на каблучках. Идеальную пару сумкам-чемоданчикам составит платье в стиле new look или комплект из широких шелковых брюк и блузки с объемным бантом.

Вязанка

Вшитые декоративные элементы любой аксессуар наделяют ореолом неповторимости и уникальности. Это не тот случай, где нужно стремиться к простоте. Чем сложнее и вычурнее узор, тем больше внимания заслужит выбранная вещь.



Dries Van Noten



Aquazura, Aizel.ru



Antik Batik

Платформа

Консерваторам стоит отойти подальше, головокружительная платформа стала хитом мировых подиумов. Тенденция покорила самую разную обувь — от туфель до кроссовок. Один из самых эффектных вариантов представил Dries van Noten: его босоножки цвета фуксии произвели настоящий фурор!



Dries Van Noten

Balmain



Laurel

Когда в мире нет стабильности, устойчивый каблук просто необходим!



Gucci

Marni

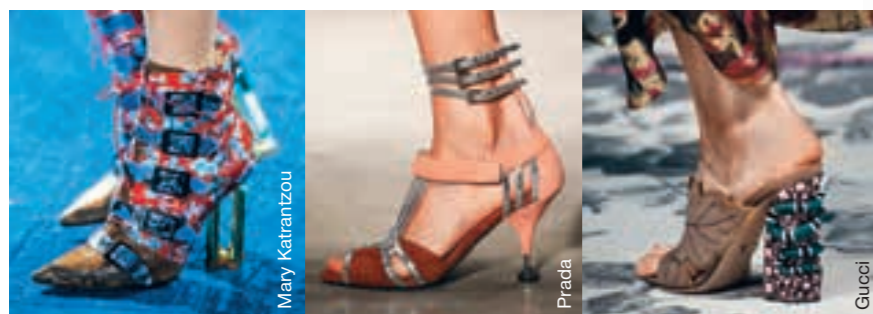
Gianvito Rossi

Высокая шнуровка

Тонкое переплетение кожаных ремешков в паре с высокой шнуровкой и каблук-шпилькой — это очень сексуально. Идеальный вариант для светских мероприятий на морском побережье, когда туфли надевать скучно, а сандалии — не дотягивают по дресс-коду.



Elizabeth Franchi



Mary Katrantzou

Prada

Gucci

Каблук — всему голова

В этом сезоне внимание знаменитых дизайнеров приковано к форме каблука: таких экспериментов подиум не видел давно. У Mary Katrantzou от них остались только тонкие металлические грани, а у Gucci по каблук ползет тропическая змейка — символ искушения модой.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ВРЕМЯ ПРИШЛО — КУПИ ОЧКИ!

ДАЕМ ГЛАЗАМ ОТДЫХ!



НОВОЕ ПОСТУПЛЕНИЕ СОЛНЦЕЗАЩИТНЫХ ОЧКОВ



АЙКРАФТ
ОПТИКА

ТРЦ «ИЗУМРУДНЫЙ ГОРОД», 1 ЭТАЖ, ТЕЛ. 93-34-61,
УЛ. КРАСНОАРМЕЙСКАЯ, 101 А, ТЦ «КРАСНЫЙ ЭКСПРЕСС», ТЕЛ. 93-53-58



Сложный декор

Цветы, бутоньерки, жемчуг, красочные нашивки — модные дома соревнуются в искусстве декорирования обуви. Это очень красиво, но важно помнить, что носить такие туфли придется с особой аккуратностью — словно они хрустальные, как у Золушки.

Благородный синий цвет, блестящая бахрома: модель из коллекции Premiata завораживает



Premiata

Elizabetta Franchi



Christopher Kane, KM20



Aqazzura, Aizel.ru

Joshua Sanders



Бахрома

Этот подвижный элемент декора любому образу придаст динамичности. Интересно, что бахрома сегодня — признак не только этнического стиля, но и о футуристического — как у Christopher Kane.

О, спорт!

Кроссовки, кеды и слипоны давно перестали быть лишь спортивной обувью. Более того, в своем casual-варианте они меньше всего приспособлены к спорту — в приоритете эффектная подача. Бежать в слипонах с огромными бантами не получится, а вот пройтись — предельно красиво!

Bags-бум

Галерея перчаток и портфелей «Manpel» представляет большую весеннюю коллекцию сумок и аксессуаров из натуральной кожи высокого качества в модной цветовой гамме.

Портфель **Karya**, 17 500 руб.



Ремень, 2 750 руб.

Перчатки **NiceTon**, 2 500 руб.



Шарф, 2 500 руб.

Сумка, 11 850 руб.

Перчатки, 4 900 руб.

Кошелек **Piacere**, 6 500 руб.



Шарф, 2 500 руб.

Сумка **Tony Bellucci**, 23 600 руб.

Кошелек **Prensi**, 4 950 руб.



Шарф, 1 500 руб.

Сумка, 4 950 руб.

Перчатки **Hubner**, 3 500 руб.

Кошелек **Bond**, 3 900 руб.



Шарф, 1 500 руб.

Сумка, 4 500 руб.

Кошелек, 4 500 руб.

Перчатки, 4 900 руб.



Сумка, 4 800 руб.

Перчатки **NiceTon**, 3 950 руб.



Отдел перчаток и портфелей, пр. Ленина, 80 а, ТЦ «BIG city» (2-й этаж), тел. 21-10-43

Fashion-Forum



Софья Колесникова
в джемпере Pinko
и юбке Patrizia Pepe

Весна в самом разгаре! И какими модными новинками порадовать себя в этот раз? Предлагаем список трендовых вещей этого сезона для любимых клиентов.



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



Софья Колесникова
для «Forum multibrand store»



Трикотаж Brioni, 54 900 руб.
Модный свитшот с клубной символикой — отличный вариант для активных выходных.



Куртка Stefano Ricci, цена по запросу
Тонкий шелковый пуховик модного цвета Royal blue — незаменимая вещь для весенних прогулок.



Джинсы Stefano Ricci, цена по запросу
Снова радуем дорогих мужчин джинсами Stefano Ricci с отличной посадкой и непревзойденной фурнитурой.



Кроссовки Zilli, 59 500 руб.
Шикарные кроссовки со вставками из кожи питона — вещь, которой нужно себя порадовать. Носить с джинсами и кожаной курткой, зауженными брюками и ветровкой, со спортивным костюмом.



Ремень Stefano Ricci, 52 500 руб.
Мужской ремень — необходимый элемент в правильном мужском гардеробе. Поэтому при выборе ремня необходимо учитывать немало параметров, чтобы он подчеркивал индивидуальность, гармонизировал с другими элементами одежды и аксессуарами.



Рубашка ETRO, 24 600 руб.
Уже более пятнадцати лет мы любим хлопковые рубашки Etro за их невероятные принты и приталенный силуэт.



Пальто Patrizia Pepe, 24 900 руб.
Летнее пальто из плотного хлопка в цветочный принт — вещь, которую вы будете брать с собой по утрам, отправляясь в офис.



Платье Pinko, 23 500 руб.
Струящееся платье в пол с сандалиями и сумкой-шоппер — повседневный вариант, с боноожками на тонкой шпильке, усыпанными кристаллами, — вариант для шикарной вечеринки.



Сумка ETRO, 47 900 руб.
Отличный вариант для лета — легкая сумка-шоппер с дополнительной маленькой сумочкой внутри. Красивый легендарный принт «пейсли» впишется почти в любой летний лук.



Куртка Patrizia Pepe, 31 000 руб.
Каждый сезон Patrizia Pepe удивляет нас новыми моделями кожаных курток. В этот раз мы любим стилизованную косуху терракотового цвета, к низу которой на молнию пристегнута воздушная кружевная баска.



Куртка ETRO, цена по запросу.
Сейчас без стилизованной «куртки пилота» не обходится ни один показ, а фэшн-блоггеры используют их в своих модных аутфитах. Замшевая куртка фуксийного цвета, нежная и легкая, отлично впишется в аутфит из юбки-карандаш и шелковой блузки, а также будет сочетаться с платьем-футляр и воздушной юбкой-пачкой.



Куртка Pinko, 26 900 руб.
Расшитый пайетками, приталенный, красивого карамельного цвета тонкий пуховик — стильный элемент гардероба для весенней оттепели.



Куртка Valentino RED, 46 500 руб.
Стильная удлиненная куртка на замке, яркого неоновой цвета, отлично впишется в неизменный лук всех моделей: узкие джинсы-скинни, шелковый белый топ и яркие модные Джорданы.

Кожаные куртки мы носим с марта по ноябрь, и в гардеробе они незаменимы. Предлагаем несколько очаровательных луков, где грубоватая кожаная куртка сочетается с нежным и романтичным платьем. Эта завораживающая модная идея, одновременно изысканная, сексуальная и контрастная, приходится по вкусу многим стильным It-girl.

На балет 🎭❤️



Куртка Patrizia Pepe, 47 500 руб. Платье Pinko, 23 500 руб. Портмоне ETRO, 24 500 руб. Туфли Sergio Rossi, 28 500 руб. Контрастная Lora Grig, 550 руб.

На презентацию 🗨️👥



Куртка Patrizia Pepe, 39 500 руб. Платье Pinko, 31 500 руб. Туфли Sergio Rossi, 39 500 руб. Платье ETRO, 23 500 руб. Труссы Pleasure State, 6 000 руб.

На свадьбу к подруге 🎉👰



Куртка Patrizia Pepe, 51 500 руб. Платье Pinko, 26 500 руб. Туфли Casadei, 34 500 руб. Платье ETRO, 15 500 руб. Контрастная Lora Grig, 750 руб.

В клуб 🍸🍷



Куртка Patrizia Pepe, 56 900 руб. Платье Patrizia Pepe, 10 600 руб. Сумка Valentino RED, 36 600 руб. Туфли Casadei, 34 600 руб. Труссы Pleasure State, 4 500 руб.

ЕКАТЕРИНА БЫСТРИЦКАЯ:
Деним — это вневременная тенденция, из года в год не теряющая своей актуальности. Джинсовая рубашка — must-have любой модницы, ее можно носить с чем угодно и когда угодно. Создавайте модные луки, комбинируя джинсовую рубашку с остальными предметами гардероба.



Екатерина Быстрицкая в платье Red Valentino и жилетке Patrizia Pepe.



Рубашка Patrizia Pepe, 14 900 руб.



Платье рубашка Philipp Plein, цена по запросу



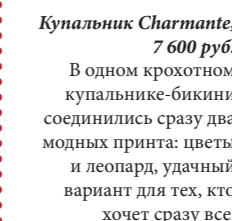
Миранда Керр



Оливия Палермо



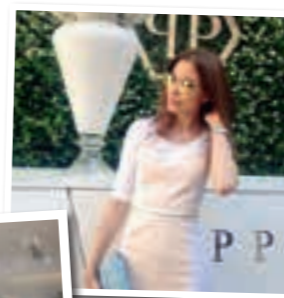
Футболка Patrizia Pepe, 10 500 руб.
Яркую футболку со смешным принтом можно подарить подруге или порадовать себя. В сочетании с короткими джинсовыми шортами и мокасинами она незаменима.



Купальник Charmante, 7 600 руб.
В одном крохотном купальнике-бикини соединились сразу два модных принта: цветы и леопард, удачный вариант для тех, кто хочет сразу все.



Егор Колесников на заказе Canali, Милан



Софья Колесникова в шоу-руме Philipp Plein, Милан



Егор Колесников на заказе Canali, Милан

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



Очаровательная @aign34 в платье Bugirl



Стильная @olga_vvd в платье Patrizia Pepe



Классная @nataalena в куртке Etro



Счастливые платье

Каждая невеста хочет быть особенной: самой красивой, самой чувственной, самой нежной и самой счастливой. Но создание свадебного образа — это кропотливый труд, результатом которого становится «ТО САМОЕ» свадебное платье. Нужно ли говорить о том, что эту миссию важно доверить профессионалам?

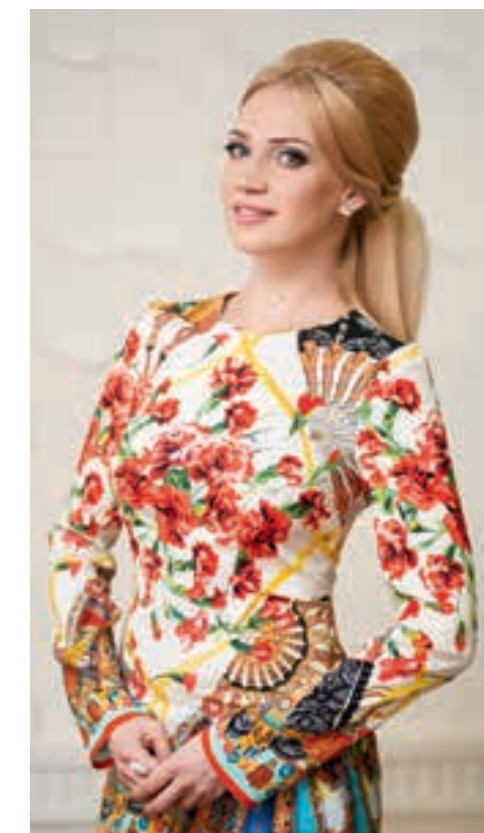
О грядущем свадебном сезоне мы разговариваем с Анной Шеррер, топ-стилистом и байером центра свадебной и вечерней моды «Подружка невесты».

— Начало весны — старт самой горячей поры для невест. Как свадебный сезон начался в «Подружке невесты»?

— Начался он с участия в выставке Wedding Marriott Expo в Новосибирске, на которую нас пригласили как крупнейших игроков арены свадебной и вечерней моды. Почти за три года «Подружка невесты» зарекомендовала себя и как региональный центр: к нам всё чаще приезжают невесты из Новосибирска, Новокузнецка, Кемерово, Красноярска и других городов. Все просто: в нашем центре самый большой ассортимент свадебных нарядов (их около 1000 в наличии).

— Какие платья завоевали наибольшую любовь у ваших невест?

— Невест буквально покорила наша марка-находка Noga Naviano (Италия) — молодой, энергичный свадебный бренд, который становится все более популярным благодаря сочетанию ультрасовременного дизайна и верности лучшим итальянским традициям качества. Дизайнеры марки тонко чувствуют нюансы высокой моды и вкладывают в коллекции особенные ноты элегантности и индивидуальности. Также «Подружка невесты» является премиум-дилером марки Pronovias (Испания), а этот бренд по праву можно считать законодателем свадебной моды. Его так любят невесты со всего мира! Основная тенденция коллекции 2016 года — акцент на спине, подчеркнутой вырезами и кружевным обрамлением. Дизайнеры используют ультралегкий прозрачный тюль, изящные кружева, создающие эффект узоров на обнаженной коже.





— Известно, что подбор свадебного платья в «Подружке невесты» — лишь одна из предлагаемых вами услуг. Расскажите подробнее и о других.

— Наши невесты давно оценили комплексный подход. Это значит, что в День свадьбы ваше настроение и образ будут формироваться и чутко оберегаться целой командой профи. Выглядит это так: мастера заранее «отрепетировали» макияж и прическу и ждут счастливую в вил-кабинете, администратор варит фирменное какао или готовит итальянский кофе, платье уже приготовлено и ожидает свою хозяйку в просторной примерочной... Но самое уникальное заключается в том, что в «Подружке невесты» есть потрясающий зеркальный зал с белым роялем и утонченным интерьером. Именно в этом пространстве происходит первая встреча жениха и невесты. Поверьте, это самые трогательные мгновения, которые украсят ваш семейный фотоальбом! Фотографы и видеографы особенно ценят, что именно здесь они запечатлеют невесту в непорочно чистом платье до выхода на улицу, пока погода и городской пейзаж



чувствовала себя просто волшебю. В этом центре я смогла подобрать все детали своего образа и, конечно же, нашла свое идеальное платье! Спасибо всему коллективу за профессионализм и гостеприимство! Мы с мужем желаем процветания центру, успехов и новых проектов!»

не внес коррективы в его безупречность. В комплекс услуг, которые мы предлагаем, входит также постановка свадебного танца, услуги фотографа. Смело могу сказать, что равных нам свадебных центров нет и в России в целом.

АННА СНЕГИРЕВА:

«Как и для любой девушки, свадьба для меня была одним из самых счастливых и запоминающихся моментов в жизни. Подготовка началась задолго до события и продолжалась на протяжении пяти месяцев. Столько мелких моментов нужно было обдумать, а самое главное — придумать, как все это воплотить в жизнь! Свадьба была в мятном цвете, подружки невесты были в платьях цвета мяты, для всех гостей мы приготовили атрибуты этого оттенка: для мужчин — бабочки, для девушек — браслеты из тканевых цветов... Все создавалось собственноручно и руками моих подруг. Благодаря команде «Подружки невесты» в день свадьбы я

— **Столько нюансов в подготовке свадебного дня! Предлагаете ли вы какие-то гибкие условия для покупки платья?**

— Мы гибкие, и делаем всё, чтобы невестам было комфортно распланировать свадебный бюджет. На сегодня го-



товы предложить платья европейских брендов от 35 тысяч рублей. Кроме того, мы внедрили для наших невест беспроцентную рассрочку на приобретение наряда: это очень удобно. Мы твердо уверены, что платье невесты — это один из главных акцентов празд-

ника! С его покупки и начинается создание красивой истории семьи. А создавать счастливые семейные традиции — наша главная миссия. Ждем прекрасных невест на примерки, все хиты 2016 года уже в «Подружке невесты»!



АНАСТАСИЯ АЛЬПЕТ:

«С первого нашего знакомства с «Подружкой невесты» я поняла, что приду сюда за своим волшебным подвенечным нарядом. Секрет прост: здесь работает самая открытая и профессиональная команда, которая привозит потрясающие коллекции в Томск!

Хочу сказать огромное спасибо Анне Николаевой — хозяйке всей этой Красоты, и всем-всем феям «Подружки невесты» — вы делаете невест счастливыми в самый волнительный день! Теплая атмосфера и команда профессионалов помогли выбрать то самое платье мечты! Здесь каждой невесте помогут подобрать образ, от которого сердце жениха будет биться еще чаще — проверено на себе. Что же касается меня... Уйти отсюда и сейчас, уже после замужества, просто невозможно! «Подружка невесты» стала на сегодняшний день для меня «подружкой жены!»... Я уверена, что это Подружка каждой девушки... Дружите с профессионалами!»

**Подружка
Невесты**
ЦЕНТР МОДЫ
И КРАСОТЫ

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

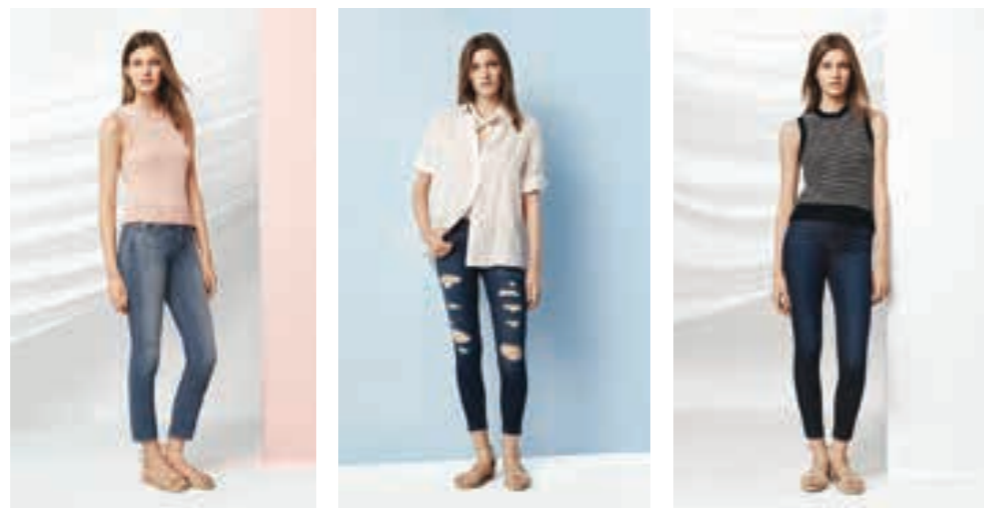
instagram, vkontakte, facebook: topnevesta

J Brand — любимые джинсы Америки

Модный бренд J Brand появился благодаря американским дизайнерам Джеффу Рудесу и Сьюзи Криппен, которые решили запустить на рынок классические и современные джинсы, строго придерживаясь одного правила: джинсы марки J Brand никогда не должны выходить из моды.

Особое внимание Рудес и Криппен уделили проработке деталей и качеству, с акцентом на посадку, и совместными усилиями создали беспроягрившую комбинацию сексуальности, стиля и комфорта — в джинсах для женщин и мужчин.

Идея создания бренда принадлежала Джеффу Рудесу, человеку, имеющему более чем 30-летний опыт в индустрии модной одежды, ставшему президентом компании «J Brand» (первая буква логотипа «J» — сокращение имени основателя — Jeff). Соучредителем бренда стала энтузиаст



джинсовой моды знаменитая стилист из Голливуда Сузи Криппен.

Джинсы J Brand, предназначенные для людей с тонким вкусом, увидели свет в 2005 году, преследуя главную цель — женщина должна выглядеть в них красивой и уверенной в себе. Следуя этой концепции, J Brand Jeans достиг выигрышной комбинации стиля, комфорта и сексуальности. Главными достоинствами джинсов, сделавшими их одними из фаворитов Америки стали максимально комфортная посадка, а также модели с высокой посадкой, востребованные большим количеством женщин. Чтобы носить эти джинсы, не обязательно обладать модельными параметрами: размерная линейка заканчивается на 32-м размере, что соответствует российскому 50-52.

Выбор звезд

J Brand стремится к простым по своей сути вещам: идеальному сочетанию «любых моделей джинсов с любой фигурой», когда джинсы, словно вторая кожа, скрывают недостатки, и сохранению цвета в процессе носки. Неудивительно, что с таким практичным подходом молодая марка мгновенно стала хитом среди знаменитостей и редакторов модных журналов, уставших от некачественной «концептуальности».

Огромную базу звездных поклонников пополнили Кейт Мосс, Кэмерон Диаз, Кэти Холмс, Пэрис Хилтон, Анджелина Джоли, Анна Винтур. Стильную продукцию также по достоинству оценили Кейт Босуорт, Шарлиз

Терон, Сара Джессика Паркер, Кейт Бекинсейл, Рэйчел Билсон, Джессика Альба, Гвен Стефани, Рианна, Ферги и Пенелопа Крус.

Лидеры рынка

Весной 2005 года состоялась презентация первой коллекции, которая показала, что бренд ждет счастливого будущее и успех. Бренд в октябре 2007 года, уже на третьем году своего существования, получил награду «Supima Denim Designer of Year Award» на Los Angeles Fashion Awards (Премиях моды Лос-Анжелеса). Такое признание много стоило.

Компания «J Brand» продолжала удерживать лидирующие позиции на розничном рынке, расширяя и закрепляя понятие настоящего классического стиля. В чрезвычайно конкурентной среде Джефф и Сьюзи столкнулись с одной из самых серьезных проблем, когда пожелали дать начало абсолютно новому тренду. Основатели J Brand хотели пойти дальше и не застревать на вездесущих узких джинсах — так называемых скинни-джинсах.

Осенью 2008-го под лейблом «J Brand Denim Co» вышла коллекция для мужчин. За основу линии были взяты современные стандарты с обязательной идентичностью и чувственностью бренда, а также с обращением к этническому стилю американца.



Бренд **СОТРУДНИЧАЕТ** со многими **ИМЕНИТЫМИ** дизайнерами при создании **СЕЗОННЫХ** коллекций.

Всегда в поиске

Бренд сотрудничает со многими именитыми дизайнерами при создании сезонных коллекций. Начиная с 2012 года к «J Brand» присоединился на долгосрочной основе популярный знаменитый модельер Кристофер Кейн. Сегодня калифорнийская компания по-прежнему

остается лидером в мире джинсовой моды. Несколько лет тому назад именно он запустил мегатренд цветных джинсов, вылившийся сегодня в несколько направлений, таких как просто цвет, цветной принт с использованием разнообразных технологий нанесения рисунка. Фото-принты цветов и пейзажей, графические рисунки, плавные цветовые переходы — все эти тенденции широко представлены в современных коллекциях бренда.

Бренд J Brand с его вниманием к деталям, чистыми карманами, качественным кроем, отсутствием искусственно испорченных и состаренных моделей, по праву занимает свою идеальную нишу в море джинсовых предложений.



Следуя этой концепции, **J BRAND JEANS** достиг выигрышной **КОМБИНАЦИИ** стиля, **КОМФОРТА** и сексуальности.



ellite

пр. Фрунзе, 115/3,
тел. 44-24-68

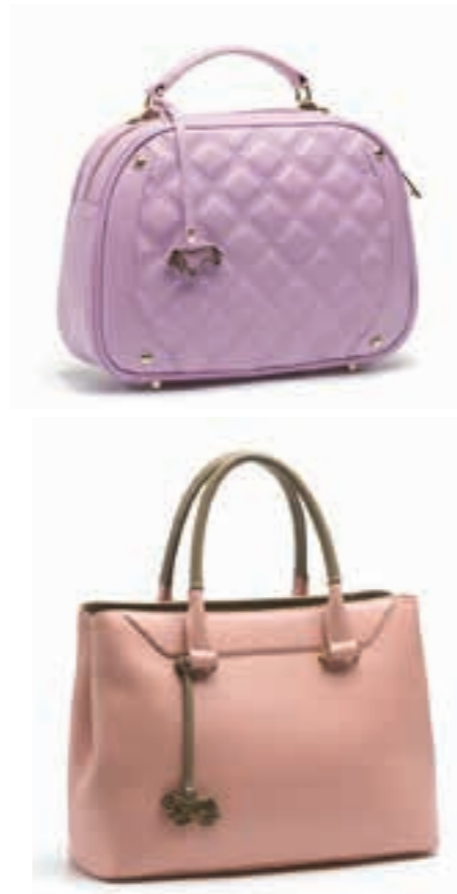
Встречайте новую коллекцию аксессуаров LABBRA «Весна/Лето 2016»!



Если вам хочется чего-то яркого и по-настоящему весеннего, советуем обратить внимание на новую коллекцию модных аксессуаров **LABBRA** «Весна/Лето 2016». Цветовые тренды этого сезона — оттенки красного, желтого, зеленого, синего и пастельные тона бежевого, мятного и розового воплотились на сумках, платках, перчатках и других аксессуарах **LABBRA**.



Итальянские дизайнеры объединили актуальные веяния моды этого сезона и включили в коллекцию популярные стили — классический, романтический, спортивный, casual и городской — выбирайте, что больше нравится! Модные сумочки и рюкзаки, изящные вечерние клатчи, суперуниверсальные кросс-боди и многое другое — все это представлено в магазинах **LABBRA** по адресам:
пр. Комсомольский, 13 б, ТЦ «Изумрудный город» (2-й этаж); ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СМАЙЛcity» (1-й этаж).



Насыщенный желтый и оранжевый — одни из главных цветов этой весны. Удобство аксессуаров рыжих оттенков очевидно: они не требуют дополнительных акцентов, так как сами становятся ключевой деталью образа. Сочетать оранжевый рюкзак, сумку, перчатки или шарф можно с простыми офисными комплектами, замшевыми платьями или топами, актуальной в этом сезоне бахромой, которой декорированы куртки-косухи или ботильоны.

Стилисты не ограничиваются однотонным оранжевым. Это как раз тот случай, когда красота цвета может быть подчеркнута дополнительными оттенками и интересным принтом, например, зигзагом с линиями разной толщины и насыщенности. Кстати, использование цветов-компаньонов в рисунке делает изделие универсальным: играя с цветом шарфа, топа или обуви, которые сочетаются по тону с одним из оттенков, помимо основного оранжевого, вы можете создавать невероятное количество комплектов.



Изящная ботаника от бренда **ELEGANZZA**: строгая форма сумки-портфеля мягко соседствует с флористическим принтом, выполненным в пастельных тонах. Разнообразие оттенков в орнаменте позволяет комбинировать ее со множеством аксессуаров.

Добавьте в образ модерна — совокупность простых форм геометрического принта на кожаной сумке **ELEGANZZA** с приятным для глаз союзом голубого, бирюзового, желтого и белого цветов приближает нас к творчеству Пабло Пикассо.



На стильной волне

На волне популярности базового гардероба многие представительницы прекрасного пола уже приобрели себе вещи, которые хорошо сидят, делают фигуру красивее и изящнее, становятся холстом для украшений и сложных вещей. Но вот где взять эти самые интересные, необычные, модные и стильные вещи? Как определить, что из трендов стоит, а что не следует брать в свой гардероб?

Ответ на эти вопросы нам может дать эксперт в области стилистики и формирования гардероба Наталья Деева.

— В этом сезоне дизайнеры удивляли приверженцев моды разнообразием форм, цветов и сочетаний, среди которых каждый сможет найти что-то по душе. Ведь коллекции — это не что иное, как вдохновение, которые нам дарят модные дома для создания



и отражения собственного «Я». Этой весной самое время задуматься, кто есть вы? Может, женщина, которая всегда хотела попробовать чего-то необычного? Или — многогранная личность, которая каждый день хочет выглядеть по-новому? А вдруг — тонкая

романтическая натура, которая не хочет ни на кого быть похожей? Это решать только вам самим. Тренды — это отличный шанс обратить на себя внимание и показать свою индивидуальность.

Одним из главных трендов прошлого года был цвет Marsala (винный). В этом году институт цвета «Pantone» предлагают нам уже два оттенка: Seriniti (голубая безмятежность) и Rozequartz (нежно-розовый). Миссия этих цветов — успокоить разбушевавшиеся в мире страсти, сделав его чище и красивее, привести в равновесие наши мысли. Светлые колоры именно весной и летом обязательно нужно включить в свой гардероб. Они отлично сочетаются с

серым, персиковым, синим, лилово-серым, нежно-зеленым, бежевым, белым, и, конечно же, друг с другом. Элегантный розовый кварц придаст элегантности и свежести образу, а безмятежно голубой поможет почеркнуть чистоту и спокойствие.

Стилевые направления этого года весьма разнообразны. Это и вызывающий гранж, и вездесущий спорт-шик, и решительный милитари, и нежный женственный стиль, и, наконец, расслабленный богемный шик. Можно выбирать по душе или менять образы хоть каждый день! Современная жизнь диктует нам не чистые стили, а их пестрые смешения, интересные сочетания противоположных вещей. Подобные образы могут отталкивать своей смелостью, но через какое-то время мы привыкаем к ним. Например, летящие платья с кедами некоторое время назад большинство считало безвкусицей, а сейчас «распробовало» и включило в ежедневное «меню».

Добавляйте в свой гардероб черты модных стилей, чтобы выглядеть



актуально: попробуйте надеть спортивные вансы или необычные лодочки на рифленой яркой подошве. Благодаря только одной детали образ легко обретет ироничность и яркость. Это могут быть солнечные принты, нежные цветы в технике батик на шелке, или философская надпись о смысле жизни на белоснежной футболке, блестящие фактуры, удлиненные изделия, этажность и многослойность, кожа, сети и многое другое. Игра стилями не подразумевает большого количества вещей, начните с одной — и может это будет началом больших изменений всего гардероба.

Мода входит в ранг искусства, такого же, как и живопись, музыка, кино. Она дает послы, расшифровать который и есть наша задача. К модным вещам не обязательно относятся лишь смелые и откровенные, ориентироваться при их выборе можно исключительно на свой образ жизни.

Среди российских дизайнеров не так много тех, кто умеет брать все лучшее из трендов и объединять их в коллекции для женщин. Одна из них — Светлана Зотова, член Союза дизайнеров России, одна из тех, кто изменил представление о модной отечественной одежде, считая, что главное не одежда, а женщина, которая ее носит. Каждая ее новая коллекция — это целое на-



правление, у которого есть свои последователи и почитатели. На мой взгляд, нам есть чем восхищаться!

Теперь ее марка — «S&SbyS. Zotova» — представлена в салоне «Комильфо», который находится в ТЦ «Новый ГУМ». Здесь собраны самые интересные и яркие образы этого сезона, смелые образы для молодых девушек и элегантно-необычные для зрелых женщин. Я рекомендую этот магазин тем, кто ценит качество одежды, актуальность коллекций и хорошую посадку вещей. Здесь каждый найдет что-то свое: свободные летние брюки, удлиненные жилеты, актуальные многослойные сочетания и потрясающие женственные платья. Именно здесь

соединяются модные направления и стильные решения, которые украсят наших женщин. Интересных трендов много, но вы не ошибетесь, если выберете самые актуальные в этом сезоне — зрелую индивидуальность, уверенность в себе и хорошее настроение! А одежда пусть только помогает в создании вашего внутреннего образа.

Комильфо

Салон женской одежды «Комильфо»,
пер. 1905 г., 14/1, Новый ГУМ
(2-й этаж, левое крыло), тел. 200-986



Новую коллекцию одежды «S&SbyS. Zotova» вы можете приобрести в салоне «Комильфо»



Босоножки, 6 900 руб.



Туфли-лодочки, 13 000 руб.



Туфли-лодочки, 12 400 руб.



Ботильоны, 14 000 руб.



Кеды, 12 800 руб.



Туфли, 14 800 руб.



Туфли-лодочки, 12 900 руб.



Туфли-лодочки, 13 900 руб.



Босоножки, 14 700 руб.



Кроссовки, 8 600 руб.



Апрельские фавориты



«Быть свежей и яркой — именно этого больше всего хочется весной. Поэтому лучшей идеей для обновления гардероба я считаю возможность наполнить его нежными природными оттенками, идеальным кроем, необычными формами, удачно подобранными аксессуарами. А безусловным фаворитом весеннего марафона стало для меня красное кашемировое пальто с декоративными карманами, благодаря своему фасону дающее невероятное чувство свободы!»

FASHION HOUSE

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



Выбери свою пару

Идти в ногу с fashion-индустрией, постоянно обновляя свой гардероб и не обращая при этом внимание на изменчивость моды, теперь без проблем можно вместе с женской обувью **CORSOCOMO**. Весенне-летняя коллекция представлена классическими и трендовыми моделями в европейском стиле, которые идеально подойдут для офиса, светского мероприятия или для долгих летних прогулок. С ними любой ваш образ всегда будет актуален и уникален.

CORSO COMO

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



Комплект **Promise**, 8432 руб.



Комплект **Promise**, 5543 руб.



Комплект **Promise**, 3396 руб.

В наличии
есть размеры
D, E

В наличии
есть размеры
D, E

Кружевной соблазн

Только тело в красивом белье вооружено всем арсеналом соблазнения — эта бесспорная истина известна каждой настоящей женщине. Ее тело прекрасно и совершенно само по себе, но красивое нижнее белье придает ему особую, магическую привлекательность, превращает в вечную загадку, наделяет волшебным обаянием и чарующей силой.



Халат **Mia-Mia**, 6417руб.

Сорочка **Promise**, 5696 руб.



Майка формованная **Nina Von C.**, 5551 руб.



Комплект **Promise**, 5024 руб.



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



Рюкзак Kellen

Платок Moschino

Сумка RIPANI

Сумки Io Pelle

Сумки RIPANI

Солнечный выбор

Дизайнеры единодушно предлагают нам весной и летом обязательно занять чем-нибудь свои руки! И самым лучшим вариантом для следования модным тенденциям должна стать сумка: шоппер или рюкзак, в стиле lady like или миниатюрный bag-вариант, отделанная модной бахромой или стильными деталями. Выбирая живые и солнечные летние цвета, вы идеально сможете повторить и модные подиумные образы, и добавить сочных красок в окружающий мир.



Обложки для паспорта Alessandro Beato

Alessandro Beato

Палантин Dr. Koffer

Портмоне Alessandro Beato

Сумка Antonio Cristiano

Портмоне и обложка Dr. Koffer

Футляры для визиток Alessandro Beato и Butun



Сумка CROMIA

Сумка RIPANI

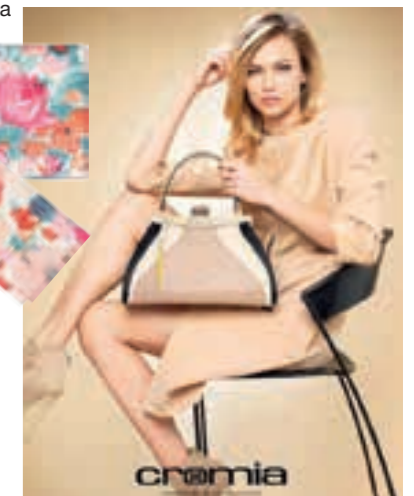
Маникюрный набор Dr. Koffer

Сумка Gianni Chiarini

Сумки и косметичка Marina C.



пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235



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

* смотрите на ценниках

ЗВЕЗДНЫЕ ОБРАЗЫ

Современные технологии царят везде, и мир моды не исключение. Итальянская марка Pinko тоже не осталась в стороне, представив свой digital-проект #PINKOStars. В нем звездные тренд-сеттеры, выбранные брендом, покажут модницам из разных уголков планеты, что значит быть героиней в стиле Pinko. В России одной из главных звезд #PINKOStars стала актриса Ингрид Олеринская. Неповторимые звездные образы будут выкладываться в Instagram, и каждая поклонница итальянской моды сможет повторить понравившиеся звездные «луки» и выложить их также в социальные сети с тегом #PINKOStars. www.pinko.com/ru-ru



ТОНКАЯ РАБОТА

Элегантный дизайн и фирменное швейцарское качество — бренд Hanowa знает рецепт идеальных женских часов. Сочные цвета, классические линии, тонкий лаковый ремешок — часы из их яркой коллекции Glossy как будто специально созданы для кокетливой и игривой весны. Часы, в которых за изящной формой «скрывается» надежный швейцарский механизм Ronda, гармонично впишутся в любой весенний образ, добавив ему изысканности и шика. www.hanowa.ch

МОДНАЯ ЭКЛЕКТИКА

Прошлое было и остается бесменным вдохновителем модных дизайнеров. На этот раз на коне легендарные 70-ые с их эклектикой, в которой одновременно царствуют женственность и унисекс. Массивные армейские ботинки Dr.Martens и босоножки Joop! на танкетке и платформе акцентируют внимание на хрупкости женской природы, создавая с ней эффектный контраст, а кеды, слипоны и эспадрильи Gant демонстрируют другой популярный тренд наступающего лета, ходивший в фаворитах и в веселых 70-х, — полоски всех мастей. www.sohoshop.ru



СТИЛЬНОЕ НАШЕСТВИЕ

Высокие технологии и стиль соединились в новой коллекции весна-лето 2016, представленной итальянским брендом Jog Dog. Главные тренды сезона все на месте: высокая подошва, яркие принты и сочетание фактурных и гладких материалов в одной модели. Новая коллекция придется по вкусу как дерзким модникам, так и тем, кто ценит классические силуэты и лаконичные линии. Вся обувь марки разрабатывается с помощью высоких технологий, которые позволяют совершенствовать качество моделей, начиная от стельки и заканчивая колодкой. www.jogdog.ru



BODY & Beauty*

ПОЦЕЛУЙ СОЛНЦА

Долгожданное весеннее солнце принесет только положительные эмоции вам и вашей коже, если правильно с ним обращаться. Косметический дом Académie Scientifique de Beauté представляет линию солнцезащитных средств Bronzégan. В их состав входит весь спектр веществ, обеспечивающий оптимальную защиту от солнца и позволяющий даже чувствительной коже загореть быстро, равномерно и при этом безопасно. Легкие нежирные текстуры мгновенно впитываются, не оставляя следов на коже.

www.academie.ru/ru/

* «ТЕЛО И КРАСОТА»



Программа-максимум для ухода за губами — это **Clinique Sweet Pots Sugar & Lip Balm**: в коробочку, похожую на пирожное-макарон, вошел сахарный скраб, который легко снимается салфеткой, и полупрозрачный увлажняющий бальзам.



1



Le Solution de Chanel: незаменим в пробках, офисных джунглях и после процедуры микродермабразии.



ВЫ ТОЖЕ ИЗ ТЕХ, КТО ВЫСОКО ПОДНИМАЕТ ПЛАНКУ? БЬЮТИ-РЕШЕНИЯ ДЛЯ НЕИСПРАВИМЫХ ПЕРФЕКЦИОНИСТОК В ОБЗОРЕ ДИРЕКТОРА ОТДЕЛА КРАСОТЫ МАРИНЫ ДИВИЧ.



I am от **Eisenberg** — аромат-высказывание. Яркое начало, сдержанный финал, умеренная доля нарциссизма, — все, что требуется для того, чтобы вас запомнили.



1. **Chanel** выпустила первый крем для чувствительной кожи лица **Le Solution de Chanel** и сразу попала «в десятку». В процессе испытаний из сотен ингредиентов были выбраны 10 лучших: самых сильных, с хорошей переносимостью и приятной текстурой. Средство избавляет от раздражений,

сухости, стянутости, снимает окислительный стресс, повышает защитные свойства эпидермиса.

2. Сделать макияж, который выдержит любой накал эмоций, поможет водостойкая объемная тушь **Givenchy Noir Couture Volume** и карандаши для глаз **Khol Couture Waterproof** с формулой, не растекающейся даже на нижнем веке.

3. 3D-брови — это новый способ моделирования бровей от марки **Sleek Brows**. Методика **Sleek Brows 3D Brow Building** позволяет получить густые, а главное — объемные и абсолютно реалистичные брови. Трехмерный рисунок держится четыре недели. Сначала форму улучшают с помощью «накладных» синтетических волосков, которые делают собственные брови выразительнее. Второй шаг — запатентованная текстурированная краска, которая наносится на кожу тонкими штрихами, имитирующими рост недостающих волос.

3



2



Celine



1 МАСТЕРСКАЯ ИДЕАЛЬНОГО ТЕЛА

Весна — традиционно время уборки, освобождения и легкости. Именно весной мы понимаем, что предстоит работа над собой. Современная медицина способна моделировать скульптуру тела, не прибегая при этом к лезвию скальпеля или изнурительным процедурам, делая свое дело безопасно, безболезненно и быстро. В «Клинике управления возрастом» созданы условия по индивидуальной коррекции скульптуры тела: в ходе личного сопровождения врача, генетического и клинического консультирования создается уникальный план работы, подходящий пациенту как ключ к замку. Далее в работу включаются врачи-специалисты, парк косметологических комбайнов (лазерная терапия, миостимуляция, вакуумные и ультразвуковые технологии, электропорация) и зона индивидуального фитнеса, где работают тренеры и инструкторы по йоге. Весенний абонемент: консультация терапевта + кардиотренировка + дренажный напиток + аппаратная процедура моделирования тела = всего 8 000 руб. за 6 сеансов!

СИБИРСКАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ГРУППА

КЛИНИКА УПРАВЛЕНИЯ ВОЗРАСТОМ



Клиника Управления Возрастом, ул. Белинского, 20 а, тел. 533-366

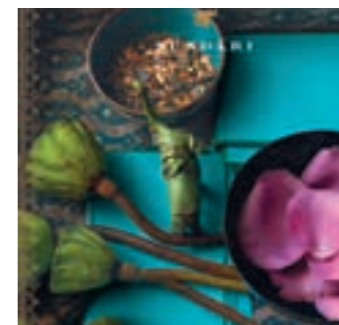
BEAUTY-ИДЕИ

#ЧТО НОВОГО В САЛОНАХ КРАСОТЫ
#ГОТОВИМСЯ К ЛЕТУ

2 ИДЕАЛЬНЫЙ ЗАГАР С КОКТЕЙЛЕМ SUN TO DRINK

Если вы чувствительны к солнцу, легко обгораете в начале пляжного сезона или просто беспокоитесь о преждевременном старении кожи из-за активного ультрафиолета, рекомендуем срочно попробовать коктейль-бустер **Sun to Drink** от **Academie**. Этот полезный напиток на основе апельсинового сока с витаминами С и Е, каротином и биофлавоноидами лимона активизирует собственную защитную функцию адаптации к солнцу, активизирует выработку меланина, подготавливает организм к воздействию ультрафиолетовых лучей, защищает нас от свободных радикалов, делает загар более насыщенным и пролонгирует его эффект.

Всего одна ампула в день запускает механизмы защиты от солнца изнутри. Начинать прием хотя бы за 10 дней до начала пребывания на активном солнце и продолжайте баловать себя во время отпуска.



3 BALLE SPA-ПРИКЛЮЧЕНИЕ SUNDARI

Аюрведа утверждает, что процессы старения начинаются тогда, когда стресс нарушает естественный баланс доши. Современная жизнь наполнена шумом, стрессами и суетой. **SUNDARI** помогает вашему организму справиться с безумным ритмом, в котором вам приходится жить. Уделите себе пару минут между повседневными заботами, сделайте упражнение для релаксации и снятия стресса. Сделайте глубокий вдох, затем медленный выдох. Повторите это упражнение несколько раз. Почувствуйте, как уходят тревоги и напряжение. Замедлить и предотвратить возрастные изменения можно. Продукты и программы ухода **SUNDARI**, которые созданы из органических ингредиентов без использования синтетических отдушек и красителей, действуют синергически, снижая окислительный стресс и позволяя использовать бесконечные внутренние возможности организма.



Clinic&SPA «Живой стиль», ул. Гоголя, 55, тел. 468-468

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИИ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Все средства хороши

1. Сыворотка-мультикорректор **Filorga Time Zero** с эффектом мезотерапии воздействует на морщины всех типов. Все это — благодаря двойной формуле: концентрат против морщин плюс гель интенсивного лифтинга.

2. В основе новой омолаживающей сыворотки **La Danza** от **Zepter** — уникальный ингредиент ANTILEUKINE 6, называемый также «золотой морской водорослью». Благодаря высокой концентрации он создает «предохраняющий щит», тем самым значительно сокращает повреждения ДНК клеток кожи и уменьшает оксидативный стресс, вызванный негативными факторами окружающей среды.

3. Нежное водостойкое масло для лица и тела **Nuxe** с SPF 30 усиливает загар, имеет легкую нежирную текстуру, дает шелковистый, матовый эффект, а еще — не содержит ни силиконов, ни минеральных масел.

4. Микродермабразия для очищения и сужения пор **Pores No More** от **Dr. Brandt** содержит кристаллы оксида алюминия, которые соответствуют размеру пор. Салициловая кислота и экстракт лайма обеспечивают легкий химический пилинг.

5. **OG Napla** — настоящий прорыв из Японии: инновационное средство для домашней ламинации волос заменяет посещение салона. После 20-минутного ухода волосы приобретают бриллиантовый блеск.



MAX FACTOR X

e'lipse сеть магазинов косметики и парфюмерии

СКИДКА -30% ВСЕ АПРЕЛЬ



www.ellips.biz
тел. для справок (3822) 65-44-46 (229)

Подробности акции уточняйте у продавцов-консультантов

СОВЕТУЮТ ПРОФЕССИОНАЛЫ

А вы знаете, что такое belfie? Оказывается, так называют butt selfie, то есть селфи с попой. Новый жанр ввела в моду Ким Кардашьян, а популяризировали Instagram-блоггеры, сделавшие имя на собственных попах. Выразительные ягодички покоряют онлайн- и офлайн-аудиторию, и появление в отделах белья леггинсов с эффектом push-up — еще одно тому доказательство. Самое время подумать о том, как создать объем, округлость, сформировать новые контуры или даже увеличить размер. Хирурги, косметологи и тренеры единодушны: в три месяца можно уложиться.

зультатом. Она рассказывает подругам в узком кругу, что ягодичные импланты — это проще простого. Они устанавливаются бессрочно, их не нужно менять ни через 10 лет, ни через 15 лет. Разве что внутримышечные инъекции теперь придется делать в бедро или предплечье. Зато есть бонус в виде параллельной липосакции: знакомая убрала заодно подъягодичную складку, которая неизбежно возникает со временем даже у довольно спортивных девушек, и начавшие формироваться жировые карманы на бедрах. Сидеть, говорит Аня, комфортно. Я сама, увидев подругу в джинсах-скинни, должна была признать: в ее случае результат выглядит очень натурально (тут надо отметить: моя знакомая по совету врача выбрала анатомические импланты массой около 300 г

Шоп-арт

УКРЕПЛЯЕМ ТЫЛЫ

Термолифтинг, микротоки, приседания со штангой, ручная лепка и даже 300 граммов силикона — все средства хороши, когда хочешь сделать ягодички выразительными.

Текст: Марина Дивич

ХИРУРГИЧЕСКАЯ ТОЧНОСТЬ

Моя знакомая Аня Б. все просчитала. Будучи человеком трезвомыслящим, она понимала: на то, чтобы превратить ее обычную, не слишком выдающуюся — во всех отношениях — попу в шикарные ягодички, которые можно вывешивать в Instagram, нужно всю жизнь положить. Или хотя бы пару лет жизни. Такого в ее планах не было. Поэтому, взвесив все за и против, Аня стала действовать решительно — и установила ягодичные импланты. О чем не пожалела. Сейчас, когда послеоперационные недели, когда она — буквально — не присела ни на минуту, позади, Аня очень довольна ре-

— доктор сказал, что именно такие лучше всего соответствуют ее росту и комплекции).

На самом ли деле получить бразильскую попу так просто? С этим вопросом я обратилась к **Олегу Никитину, пластическому хирургу Института пластической хирургии и косметологии на Ольховке.**

«Операция по установке ягодичных имплантов — глютеопластика — на самом деле не из самых сложных, — отвечает Олег Никитин. — Как мы говорим в таких случаях: возможны осложнения общехирургического плана, как и при любой операции. Что касается самих имплантов, они по форме схожи с груд-



ными, только оболочка у них более прочная, а наполнитель более плотный. Имплант устанавливается в межмышечный слой через одиночный разрез, который скрывается в межягодичной складке». Также Олег Никитин успокаивает: импланты комфортны «в носке». Добро дается и тем, кто любит посидеть с «Киндлом» на диване, и тем, кто ударно занимается фитнесом. Спрашиваю, что делать, чтобы не атрофировались собственные мышцы под имплантом: о такой опасности предупреждает Американская ассоциация пластических хирургов, основываясь на статистике — ведь именно Майами и Лос-Анджелес впереди планеты всей по количеству ягодичных имплантов на... гм... душу населения. «Тренируйтесь в фитнес-клубе, как обычно, и все будет в порядке, — отвечает Олег Никитин, — только радость от пышных форм».

АППАРАТНЫЙ КОМПЛЕКС

Впрочем, не все готовы лечь на хирургический стол. А между тем, ягодички как у Джен Селтер, звезды Instagram с шестью миллионами подписчиков, хочется каждой. Если вы зайдете на страничку Джен, то поймете: секрет ее популярности — в том, что «сделать» себе такую попу может любая девушка. Совершенно очевидно, что здесь только усилия хозяйки, приложенные в правильных направлениях: тонкая талия (это must — талия подчеркнет даже самые скромные формы), гладкие бедра, выразительные ягодички. Никакого «Фотошопа» или хирургии. Конечно, спорт. Но не стоит списывать со счетов и косметологию. «Аппаратный массаж поможет в борьбе за красивые ягодички, но важен комплексный подход, — говорит **Наталья Чичерова, эстетист по телу клиники «Клазко» в Жуковке.** — Я советую сочетать вакуумный массаж (он сделает тело гладким, уберет целлюлит), обертывания (убирают жир и выводят жидкость) и миостимуляцию (эта процедура приведет ягодичные мышцы в тонус). Отличный результат дает сочетание вакуумного массажа, RF-лифтинга и лазерной кавитации — расщепления жира». Для таких целей в «Клазко»-Жуковка стоит аппарат Helios Shape C+, на котором врач делает и массаж, и термолифтинг, и кавитацию. Инфракрасное излучение прогревает кожу на 15 мм в глубину, поэтому жир уходит быстрее. RF-воздействие делает кожу более гладкой



ЭПИЛЯЦИЯ НА ДИОДНОМ ЛАЗЕРЕ ПО ЛИЦУ И ТЕЛУ

- ✓ БЕЗ Боли
- ✓ Безопасно
- ✓ Быстро и Навсегда

запись по телефонам:

22-95-65
22-33-11

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

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

и упругой, убирает растяжки. Плюс — пульсирующий вакуум и механические ролики, которые эффективно прорабатывают проблемные зоны. Тем, кто хочет быстрее отточить тело, Наталья Чичерова рекомендует подключить процедуры на аппарате SlimUp и радиоволновой эндермологический массаж, который обеспечивает прицельное действие на жировую ткань и целлюлит.

СИЛОВЫЕ ФОРМИРОВАНИЯ

Теперь — о сложном. Все знают, что без спорта — никуда. Проблема в том, что спортивные результаты требуют большего терпения, чем глютеопласти-

Спортивные результаты требуют большего ТЕРПЕНИЯ, тем более — видимые. В зале своего фитнес-клуба я НАСЧИТАЛА пять девушек с хорошим, проработанным ПРЕССОМ, и только одну — с попой «НА ОТЛИЧНО».

ка, и большего упорства, чем 10 сеансов у косметолога. Тем более — видимые результаты в такой непростой области, как ягодичная. Простая статистика: вчера в зале своего фитнес-клуба я насчитала пять девушек с хорошим, проработанным прессом, и только одну — с попой «на отлично». Что делать, чтобы усилия не пропадали даром? — с таким вопросом я обратилась к **Янине Карпенковой VIP-тренеру Sky Club.**

«Главное правило: для изменения формы ягодиц нужно использовать силовые тренировки: две полноценных силовых в неделю, — отвечает тренер. — Причем для создания объема, округлости и формирования контура ягодиц понадобятся разные комплексы упражнений». Как быть с силовыми тренировками тем, кто склонен к набору массы и боится накачать не только попу, но заодно

и бедра внушительных размеров? «В этом случае поможет, увы, только одно: тренироваться под контролем персонального инструктора, наблюдать за реакцией мышц на те или иные упражнения, — говорит Янина, — К сожалению, это факт: в зависимости от структуры тела упражнения могут немного по-разному прокачивать мышцы». Остальным тренер советует придерживаться следующего плана: четыре подхода из 8–12 повторений с максимально возможным весом, между подходами отдых 2-3 минуты, во время подхода — следить за тем, чтобы нагрузка приходилась именно на ягодичные мышцы. Начать лучше с пяти упражнений, которые можно назвать «золотым стандартом» для ягодичных

мышц: приседания со штангой, выпады с гантелями, жим ногами, разведение ног сидя, отведение ноги назад в тренажере. По словам тренера, добиться красивых форм можно, даже если от природы у вас небольшие и плоские ягодицы. «Результат можно оценивать уже через 3 месяца, — говорит Янина. — До лета успеете!»

ИЗ РУК В РУКИ

Если до лета ждать не хочется, из рук персонального тренера переходите в руки массажиста.

Вариант для тех, кто наращивает объемы — восстановительный массаж. Объем мышечной массы увеличивается именно во время восстановления (азбука бодибилдинга, страница первая). Поэтому между тренировками нужно успеть восстановиться: без этого о шикарных

ягодицах придется забыть. Помните тот момент после тренировки, когда боль в мышцах уже прошла, а до следующей встречи с тренером остался еще целый день? Именно в этот период мышцы идут в рост. «Для того, чтобы ускорить восстановление, рекомендуется расслабляющий массаж с глубокой проработкой мышц, — говорит **Юлия Лузько, массажист центра флоатинга и восстановительной медицины Float Studio.** — Делать такой массаж нужно на следующий день после тренировки. Для восстановительных целей отлично подходят аюрведические массажи с использованием масел, например, абьянга или удвартана. Бонус — ароматерапевтический эффект и прекрасная гладкая кожа после».

Если вы не хотите наращивать объем в ягодичной зоне, тренировку можно и вовсе прогулять — и сбежать на скульптурирующий массаж. «Скульптура» поможет проработать ягодичную мышцу, подтянуть ее, — говорит Юлия Лузько. — Плюс — индивидуальный подход». Как объясняет Юлия, массажист в буквальном смысле «лепит» нужную форму, ориентируясь на особенности фигуры. Кому-то нужно убрать подъягодичную складку, кому-то — локальные жировые отложения. Руками можно проработать «жировые ловушки», которым приседания — как слону дробина. А главное, скульптурирующий массаж отлично работает с дряблыми мышцами: массажист методом точечной проработки воздействует на нервные окончания, заставляя мышцы сокращаться. Все это запускает те же самые процессы, что и тренировка. Программа-максимум — сочетать ручной массаж с иглоукальванием: иглы вносят свой вклад в подтяжку мышц, воздействуя более глубоко, чем руки массажиста.

После скульптурирующего массажа не остается синяков, а еще кожа ягодиц становится более плотной, подтянутой, и даже цвет кожи улучшается из-за более активного кровообращения. В общем, первые часы после массажа — самые удачные для selfie. Секрет звезд Instagram: ракурс не менее важен, чем размер. Экспериментируйте! ☺

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Vacu-Step — эллиптический кардиотренажер, встроенный в капсулу, где создается вакуум, под воздействием которого усиливается микроциркуляция крови и лимфы в глубоких слоях подкожной клетчатки.

Vacu-Step

вакуумный тренажер



Одно из лучших изобретений нового столетия

ЭФФЕКТ

1. Улучшение обмена веществ и питания тканей, расщепление жиров, усиление регенерации, ускорение восстановительных процессов в клетках и тканях
2. Разрушение мембран жировых клеток, увеличение сжигания жира до 400%
3. Значительное улучшение лимфооттока
4. Исчезновение «жировых депо» на животе, боках и других местах, укрепление мышц, уменьшение целлюлита
5. Благотворное воздействие на всю сердечно-сосудистую систему, стабилизация различных функций организма, выведение токсинов из кожи при совмещении с физическими нагрузками
6. Профилактика заболеваний, связанных с нарушением артериального кровообращения

Стоимость абонемента на 1 месяц из 24 занятий (по 25 мин.): от 3 000 руб.

РЕЗУЛЬТАТ ЦИКЛА ИЗ 20 ЗАНЯТИЙ ПО 25 МИНУТ

- в 100 % случаях — потеря веса от 3 до 10 кг.
- в 98% случаев — потеря до 30 см в объеме тела
- в 77% случаев — полное исчезновение целлюлита



Макияж: Агния Бабенко
Мастер-парикмахер: Ольга Зябкина
Цветы: мастерская «Цветаева»



т. 8 (3822) 51-71-51
www.zvezdakino.com
@zvezdakino_yogaspa



Макияж: Агния Бабенко
Мастер-парикмахер: Ирина Денельян
Цветы: мастерская «Цветаева»



т. 8 (3822) 51-71-51
www.zvezdakino.com
@zvezdakino_yogaspa



Макияж: Агния Бабенко
Мастер-парикмахер: Ирина Денельян
Цветы: мастерская «Цветаева»



т. 8 (3822) 51-71-51
www.zvezdakino.com
@zvezdakino_yogaspa

Макияж: Агния Бабенко
Мастер-парикмахер: Ольга Зябкина
Цветы: мастерская «Цветаева»
@cvetaevatomsk



т. 8 (3822) 51-71-51
www.zvezdakino.com
@zvezdakino_yogaspa

ВЕСЕННИЙ MUST HAVE

#актуальные продукты для кожи #что нового в Томске #спросите своего косметолога

УДОВОЛЬСТВИЕ

- 1 **Тающая сыворотка SUNDĀRI** с омега-3 и водорослями для сухой кожи (15 мл)
 - 2 **Крем-эксфолиант «Французский миндаль» Académie Scientifique de Beauté** для всех типов кожи (50 мл)
 - 3 **Натуральное масло SUNDĀRI** для рук с экстрактом нима (9 мл)
 - 4 **Ароматерапия SUNDĀRI** свеча с ароматом кеоры (170 г)
 - 5 **Питательное крем-масло Académie Scientifique de Beauté** для тела для сухой кожи (200 мл)
- Где купить:**
Clinic&SPA «Живой стиль», ул. Гоголя, 55, тел. 468-468
- Где купить:**
«Sebastian», имидж-студия пр-т Фрунзе, 90, тел. 55-02-55



БАЛАНС

- 1 **Ампулы «Гиалуроновая кислота» Académie Scientifique de Beauté** для восстановления водного баланса кожи (3 мл)
 - 2 **Регенерирующий крем VIVAX** с пептидами (200 мл)
 - 3 **Масло-уход «Французский розмарин» Académie Scientifique de Beauté** липидный баланс для проблемной кожи (30 мл)
 - 4 **Увлажняющий крем от морщин Dynastiane Académie Scientifique de Beauté** для кожи вокруг глаз (30 мл)
 - 5 **Мягкий увлажняющий крем-бархат Académie Scientifique de Beauté** для комбинированной кожи (50 г)
- Где купить:**
Салон коррекции фигуры и СПА «VIP-Триумф» ул. Гоголя, 30/1, тел. 52-92-48



СИЯНИЕ

- 1 **Пудра-бронзانت «Поцелуй солнца» Académie Scientifique de Beauté** для лица и тела (19 г)
- 2 **Обновляющая сыворотка Activ Retinol 0.5 Dermaceutic** (30 мл)
- 3 **Всесезонный поверхностный пилинг Mask Peel Dermaceutic** для жирной кожи, склонной к акне (50 мл)
- 4 **Нутрицевтик-антистресс Pure Suisse** с зелёным чаем, ликопином, черникой, витаминами С и Е (30 капсул)
- 5 **Отбеливающая зубная паста VIVAX** с пептидным комплексом и бисабололом для ежедневного использования (75 мл)
- 6 **Осветляющий увлажняющий крем Derm Acte Acne Académie Scientifique de Beauté** с витамином С и экстрактом лакрицы (50 мл)



ДЕТОКС

- 1 **Дренирующий напиток «Детокс-дренаж» Académie Scientifique de Beauté** для снижения веса (500 мл)
 - 2 **Разогревающе-охлаждающий гель Pure Suisse** для тела, уменьшающий объёмы и выравнивающий рельеф кожи (200 мл)
 - 3 **Капсулы для снижения веса с глюкоманнаном Pure Suisse** 84 капсулы
 - 4 **Укрепляющая лифтинг-сыворотка Pure Suisse** с пептидами для восстановления контуров лица (30 мл)
- Где купить:**
Салон «Алессандро» ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20
- Где купить:**
Эстетический МЦ «Дамский клуб» ул. Дзержинского, 20/1, тел. 43-33-00

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Чтобы не пришлось себя заставлять, достаточно выбрать стратегию здорового образа жизни по душе. Тогда спорт, полезная еда и утренняя бодрость сами собой станут постоянными спутниками жизни. Как этого достичь, нам рассказали те, кто знает в этом толк и свой выбор уже сделали.

Поймать попутный ветер

ПОЛИНА КИЩЕНКО

Креативный директор Podium Market Fashion Group, входит в число самых влиятельных людей в российском fashion-бизнесе. Занимается триатлоном, участвует в серьезных международных стартах.

С чего все началось? 10 лет назад я встретила тренера Андрея Жукова: он начал заниматься триатлоном, собрав вокруг себя небольшую группу людей, которые последовали его примеру. Так я и пришла в любительский спорт, заинтересовалась триатлоном, который казался тогда чем-то невозможным. Я ставила новые цели и задавала вопросы из области «а смогу ли я?».

Спортивные достижения. Конечно, это самые первые гонки и старты, в которых я приняла участие. В них присутствует магия первого раза. Любой старт — новый рубеж, важная отсечка на жизненном пути. А главное, в каждом этом приключении есть, что вспомнить.

Спортивная рутина. Я занимаюсь в среднем 5–6 раз в неделю. Летом — триат-

лонные дисциплины: бег, плавание, велосипед. Зимой — лыжи. В межсезонье акцент на общую физическую подготовку, лыжероллеры или нордическую ходьбу.

Любимый тренер. Андрей Жуков, основатель клубов PRO TRENER, который в свое время поставил передо мной многие важные цели.

Любимая тренировка. Я живу по принципу: самый лучший вид отдыха — это смена вида деятельности. Умственной на физическую и наоборот. Любая тренировка — ментальный отдых, и каждая для меня в радость.

Идеальное утро. На завтрак я всегда ем «длинные» углеводы: киноа с миндальным молоком, гречка с сиропом агавы. При моем спортивном образе жизни «длинные» углеводы просто необходимы. Они постепенно высвобождают сахар в кровь, организм остается подпитанным длительное время, к тому же, не возникает «сахарных скачков», которые вызывают желание сорваться и съесть что-нибудь запретное.

Система питания. По счастливому стечению обстоятельств не люблю и не ем

большинство продуктов из негласного списка «еда, вредная для фигуры». Живу по принципу «Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, ужин отдай врагу». Практически никогда не ужинаю либо делаю это рано — в 18.00–19.00 часов. Идеальная схема для меня — небольшие порции 4–5 раз в день: не всегда получается, но я к этому стремлюсь.

Продукты, от которых вы скорее всего откажетесь. Я не ем жирные соусы, не пью соки, газировки. Хотя оговорюсь — ничто не реанимирует лучше Соса Cola, когда ты едешь четвертый час на велосипеде по жаре, и у тебя на компьютере более 100 км пройденной дистанции. Несмотря на все запреты, считаю, что нельзя быть рабом жестких принципов питания. Чтобы не сойти с ума и не загнать себя в угол, обязательно важны, как мы это называем с моим тренером, виражи: один или два раза в неделю срывать и позволять себе вещи, которые обычно не делаешь.

БОЛЬШЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ: «В какой-то момент меня утомили монотонные занятия в спортзале, душа требовала приключений. Так в моей жизни появился триатлон».

Какие лакомства можете себе позволить? Не ела всю жизнь, но в последние два года полюбила сладкое, особенно шоколад. Утром и днем иногда позволяю себе десерты из песочного теста. Вечером застать меня с куском торта невозможно.

Средства must have. Мне нравится линия для лица Zein Obagi. №1 для меня — средства с солнцезащитными факторами, как минимум 50 SPF: я много времени провожу на улице и независимо от погоды подвергаю себя большому риску фотостарения, чем любой среднестатистический человек. Поэтому же использую средства Zein Obagi от пигментации, выравнивающие тон кожи. Люблю пить водоросли (мне подходят спирулина и хлорелла): от них кожа становится шелковистой, улучшается структура волос. Чем я могу пренебречь, так это кремами для тела: на это не всегда есть время.



Бьюти-ритуалы: баня раз в неделю — железное правило. А вот массаж не люблю: в этот утомительный час я всегда думаю о том, что же я здесь лежу и как много полезного я могла бы за это время сделать.

Какому косметологу доверяете свое лицо? Я хожу в медицинский центр ROSH к Инне Ширин, но нечасто. Не вижу особой потребности во множестве процедур: активный образ жизни и правильное питание дают намного больше в уходе за лицом и телом, чем любые средства, которые мы можем нанести на себя. Поверьте, тренировки на свежем воздухе реанимируют цвет лица не хуже косметолога.



САТИ КАЗАНОВА

Певица. Недавно получила сертификат учителя атма крия йоги.

С чего все началось? Все началось с йоги. Я начала заниматься аштанга-йогой, а через какое-то время обнаружила, что уже давно не ем мяса, и совсем не хочется. Потом отказалась от рыбы и белого мяса. Потом стало приходить осознание, что мое тело — это храм, в котором живет душа. Так почему бы не давать ему самое лучшее.

Спортивные достижения. Я не хочу красть у себя время для того, чтобы, скажем, сесть на шпагат или в позу лотоса полностью, ведь свободного времени не так много. Мне важно, чтобы комплексно все было в порядке. Недавно я получила сертификат учителя по удивительной технике атма крия йога, которую практикую уже 4 года. Техника включает в себя асаны из йоги, пранаямы (дыхательные упражнения) и техники медитации. Я думаю, это мое второе предназначение в жизни после музыки.

Спортивная рутина. У меня нет режима тренировок или тренера. Я слушаю свое тело, мой спортзал — там, где я есть. Я очень много мотаюсь по миру, и рада, что мне не нужен даже коврик для йоги — я вполне могу позаниматься на голом полу. Чтобы держать тело в тонусе, могу побольше побыть в «Чатуранга дандасане» (поза йоги, напоминающая планку — прим. ред.), хожу быстрым шагом или бегаю.

Медитация дает то, что ничто другое не может дать. Это невероятное восстановление сил, гармонизация эмоционального и психического состояния. Я бы могла обойтись без всякого отпуска, если бы у меня было столько времени на медитацию, сколько нужно.

Идеальное утро — когда я встаю не позже 8 часов, делаю дыхательную гимнастику, занимаюсь йогой. Потом — душ и медитация. На завтрак — каши или что-то теплое, маслянистое: я по типуажу вата-питта, мне важно, чтобы завтрак не был холодным, никакой сухомятки, сырых фруктов и овощей.

Система питания у меня аюрведическая: прием пищи в строго определенное время, рацион для каждого времени года. Например, летом — сырые овощи, фрукты, зелень,

зимой — термически обработанные овощи и даже фрукты, при моей конституции. Люблю авокадо, обожаю сухофрукты — без них никуда. Если бы я жила в теплых краях, в Индии или на Бали, то, наверное, стала бы сыроедом, потому что нет ничего лучше, чем свежая, чистая пища.

Продукты, от которых вы скорее всего откажетесь. Вчерашние блюда. Для меня важно, чтобы пища была приготовлена не раньше, чем 3 часа назад.

Какие лакомства можете себе позволить? Иногда — торты и пирожные, когда к этому располагает настроение и гормональный фон.

Вы обращались к диетологу? Нет, но могу назвать несколько человек, которые помогают перейти в здоровому образу жизни. Это Надя Андреева, коуч по здоровому питанию. И замечательная Екатерина Плотно, которая обучает осознанному питанию, помогает постепенно отказаться от неподходящей пищи.

ДУША И ТЕЛО: «Если я люблю себя и хорошо с собой обращаюсь, то это уже гарантия, что я буду так же любить других. Над этим, собственно, и работаю».

Средства must have. Моя альтернатива натуральным маслам — японская косметика, которая, в принципе, тоже основана на натуральных компонентах.

Бьюти-ритуалы. Я бы и рада их завести, но из-за занятости и нестабильности режима не успеваю. Но когда-нибудь они будут, я себе это обещаю.

Какому косметологу доверяете свое лицо? Ходить к косметологу нет ни времени, не желания. Но у меня есть одна волшебница, которая создала свою методику подтяжки мышц лица — рабочее название «миофасциальная инженерия». Сейчас она ее патентует. Она работает с мышцами лица, которые определяют все наши морщины, через фасции — соединительную ткань, опутывающую, как паутина, все мышцы тела.

Есть ли у вас бьюти-гуру? Нет, но у меня есть spiritual guru. Пожалуй, это тот человек, который на самом деле помогает сохранить красивое, молодое, сияющее лицо, потому что на лице отражаются все наши эмоции и мысли. Скажу честно, мой самый главный секрет — это, действительно, медитации и духовные практики.



Mini Me Collection

МАМЫ И ДОЧКИ
ТАК МНОГО ОБЩЕГО

Купон на скидку 15%

скидка действует только при предоставлении купона

*действительно до 30 апреля

МАРИЯ КРАВЦОВА

Телеведущая, дизайнер одежды, основательница службы доставки диетического питания D-Light.

С чего все началось? Просто со временем начинаешь прислушиваться к собственному организму — и понимаешь, что какая-то пища дает энергию, а какая-то — ее отнимает. Это выражается не в калориях, а в жизненном тонусе. Помимо стройности качественный рацион несет еще и бодрость, хорошее настроение и даже ясность ума.

Спортивные достижения. В Москве я стараюсь принимать участие во всех благотворительных марафонах.

Спортивная рутина. Я не помешана на спорте. Если есть хороший партнер для игры в теннис, бегу на корт, если выпал хороший снег — я в горах. Долгие пешие прогулки с сыном и йога — вот те удовольствия, в которых я не могу себе отказать даже на день.

Любимая тренировка. Азартный теннисный матч. Я одинаково люблю и смотреть, и играть!

Идеальное утро начинается со стакана теплой воды. Хорошо съесть утром что-то «живое»: я делаю домашний кефир и комбучу — пробиотик на основе чайного гриба. Когда я в Лос-Анджелесе, то зарядку совмещаю с пешей прогулкой по берегу океана. А пару лет назад в мою жизнь закралась йога, и утром я нахожу время для пары-тройки асан и непродолжительной медитации.

Система питания. Мне нравится, чтобы диета была вкусной, разнообразной и красивой — да, то, как выглядит еда, тоже очень важно! То есть как в изысканном ресторане, с той лишь разницей, что вы при этом еще и стройнее не по дням, а по часам. Из этого постепенно родился мой проект здорового питания D-Light: я подумала, что гастрономическое питание, которое доставляют на дом и которое помогает оставаться стройной и красивой, может понравиться не только мне, но и другим.

Продукты, от которых вы скорее всего откажетесь. Я не стану есть десерты промышленного производства, количество и название ингредиентов в которых устрашает. А еще никогда не выбираю обезжиренные молочные продукты.

Какие лакомства можете себе позволить? Очень люблю натуральный темный шоколад, полезные гау («сырые» — прим. ред.) конфеты из сухофруктов с орешками, семечками и кокосовым маслом, десерты, в которых обычный сахар заменен на кокосовый сахар или стевию — у них низкий гликемический индекс.



НА ОСТРИЕ МОДЫ: «Модные детокс-соки и витаминные коктейли я впервые попробовала в Штатах, где провожу много времени».

Соки холодного отжима на каждый день. Я люблю зеленые травяные миксы и комбинации, приготовленные на кокосовой воде. Для начала дня больше подходят легкие рецепты с нейтральным вкусом и кремовой текстурой с добавлением банана, груши или авокадо. Вечером предпочтительны составы с высоким содержанием белка, например, ореховое или кунжутное «молоко». В некоторых случаях такой «жидкий салат» способен заменить полноценный обед, а в других — стать здоровой альтернативой сладкому.

Косметические средства must-have. Если я могу положить в косметичку только одно средство, это будет кокосовое масло — мой абсолютный фаворит и в кулинарии, и в диетологии, и в медицине, и в косметологии.

Какому косметологу доверяете свое лицо? Маме! Мамино лицо — лучшая реклама ее методов ухода за собой. Когда мы проводим время вместе, каждый день начинается с натуральной маски для лица.

КУПИТЕ МОЛОДОСТЬ

ВМЕСТО ОЧЕРЕДНОГО ПЛАТЯ

RENOVA REVITAL —

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

RENOVA REVITAL —

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



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

RENOVA REVITAL —

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



RENOVA REVITAL КУРС ИЗ 3 ПРОЦЕДУР ОБЕСПЕЧИТ ВЫРАЖЕННЫЙ ЛИФТИНГ, ПИТАНИЕ И УПРУГОСТЬ

Спрашивайте у вашего косметолога!

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

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

ОФИЦИАЛЬНОЕ ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО В ТОМСКЕ — ТОМСКАЯ АССОЦИАЦИЯ КОСМЕТОЛОГОВ

г. Томск, ул. Карла Маркса 7
ТЕЛ.: +7 (3822) 51 08 29
WWW.DOCTORGAVRIN.RU
(ИП Тюляева Т.Н. лицензия на фармацевтическую деятельность 70№000872 от 28.02.2014 бессрочно)

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ПРЕТЕНДЕНТЫ на успех

Марина Рудмина, руководитель салона селективной и элитной парфюмерии и косметики e'lipse Beauty рассказала нам о новинках, которые, едва появившись и произведя фурор на мировых подиумах, уже представлены для знакомства в расширенном ассортименте сезона Весна-Лето 2016. Чем смогут удивить именитые бренды своих почитателей, как подчеркнуть свою неповторимую индивидуальность, что будет актуально этой весной и — вполне возможно — приобретет вашу любовь и займет достойное место на вашем туалетном столике?

L'EAU KENZO ELECTRIC WAVE POUR FEMME — освежающий, как всплеск прохладной морской волны или дуновение легкого ветерка, парфюм, созданный Kenzo в рамках ароматического дуэта для нее и для него. Аромат наделен деликатной и невесомой цветочной дымок, усилен сияющей свежестью фруктовых аккордов, делающих его текстуру более насыщенной и бархатистой.

DIOR VERNIS — новая линия лаков, притягательные оттенки которых сочетают абсолютный цвет с профессиональными результатами. Коллекция, воспевающая весеннюю природу во всем ее цветении и бесконечной свободе самовыражения, которая поможет задать тон всего образа.

ROUGE DIOR BRILLANT — лимитированное издание Весна 2016, купорный блеск-базам. Благодаря тонкому аппликатору, позволяющему использовать ровно необходимое количество текстуры, создает идеальную форму губ и создает невероятное сияние. Цветовая палитра состоит из элегантных и актуальных оттенков.

POISON GIRL DIOR — аромат современной девушки, свободной и сексуальной, завлекающий, как ловушка, обольщающий и растягивающий удовольствие, превращая его в зависимость. Горько-сладкая цветочная композиция, укутанная чарующим аккордом венецианских бобов Тонка и острой чувственностью розы из Грасса.

FAHRENHEIT COLOGNE DIOR — фужерный пряный парфюм — темпераментный и величественный аромат с горячим и мощным характером, где чувствуются пикантные переливы мускатного ореха с бархатной корицей, драгоценные слезы и обрамления сочных цитрусов и бодрящая морская свежесть.

ГУБНАЯ ПОМАДА ROUGE DIOR — штрих Высокой Моды, который преобразит любой повседневный образ, сделав вас иконой стиля. Как и сумка Dior, губная помада является символом вечной элегантности и абсолютного совершенства. Чувственная текстура, сияние цвета и роскошь ухода облачают губы и невероятно элегантный оттенок, создавая сияющее атласное покрытие.

DIOR 5 COULEURS — разнообразие текстур, оттенков и эффектов новой палетке теней: матовой, атласной, атлантицидальной и ультра-мерцающей открывают бесчисленные возможности передачи цвета для создания исключительного макияжа глаз. 5 Couleurs — полная свобода Вашей фантазии при создании макияжа.



L'Eau Kenzo Electric Wave Pour Femme



Dior Vernis



Rouge Dior Brilliant



Dior 5 Couleurs

Dior 5 Couleurs



Помада La Petite Robe Noire Guerlain



Tenu aux yeux Ecrin 6 Couleurs Guerlain

ANGE OU DEMON LE SECRET GIVENCHY — воздушная и загадочная парфюмерная композиция дарит ощущение трепета в утренних лучах согревающего солнца. Волнующий и игривый, дерзкий и интригующий аромат тайт тайну женщины. Le Secret, манящей своим мистическим очарованием, соблазняющей своими секретами, ослепительной искрящейся улыбкой, покоряющей сердце своего избранника.

LA PETITE ROBE NOIRE EAU DE TOILETTE GUERLAIN — абсолютно неподражаемое и совершенно неотразимое, роскошное и необычайно эффектное творение Guerlain, чей свежий и легкий аромат подобен выхрю из цветочного кружева, расшитого сверкающими фруктовыми брызгами. В каждой капле звучит прекрасная мелодия, которая пробуждает желание жить, чувствовать и любить.

L' HOMME IDEAL COLOGNE GUERLAIN — еще один шаг на пути поиска идеального мужчины. Guerlain опережает желания мужчин и создает для них концентрат идеальности: энергичный цитрусовый аккорд, очарование и мужественность мандарина, постоянство в тандеме мускуса и ветивера.

ПОМАДА LA PETITE ROBE NOIRE GUERLAIN — открытие 2016 года, косметический шедевр, который манит к поцелуям. В серии — двадцать фантастических оттенков с поистине уникальными текстурами, ароматами для поцелуев с лаковым привкусом. Цвет с регулируемой интенсивностью получается благодаря ярким и чистым пигментам, которые обеспечивают эффект лакового блеска.

ТЕНИ ДЛЯ ВЕК ECRIN 6 COULEURS GUERLAIN. Набор из шести теней для век открывает широкий простор для творческой фантазии. Самый насыщенный из цветов сияет в центре футляра, где его окружает гамма из четырех оттенков и подводка. Само расположение тонов на палетке позволит выбрать нужный оттенок для создания «многоцветного» или «дымчатого» эффекта.



Ange ou Demon Le Secret Givenchy

Poison Girl Dior



L'Homme Ideal Cologne Guerlain

e'lipse Beauty

пр. Фрунзе, 26

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!



АЛЕКСАНДР ЦИН ДЭ ШАНЬ,
основатель сети «Power Club»

Культ здорового образа жизни — это абсолютно нормально для людей, которые, как я, посвятили свою жизнь спорту и понимают необходимость следить за состоянием своего организма, и обязательно уделять достаточно внимания уходу за зубами. Хочу, чтобы глядя на меня, люди отмечали не только мою физическую форму, но и здоровую улыбку. Как и многие, «свою» стоматологию я нашел не сразу. Но вот уже два года я — клиент «Колибри». Был на приеме у разных врачей: и у терапевта, и в кабинете гигиены, и везде чувствую себя абсолютно спокойно и уверенно: отличных специалистов по роду своей деятельности я умею видеть сразу. Делают все только очень качественно и быстро: никогда не ошибались ни в постановке диагноза, ни в назначении необходимого лечения.



ИННА ДИАНОВА,
дизайнер интерьеров

О стоматологии «Колибри» я всегда говорю только в превосходной степени, потому что бесконечно благодарна клинике за отличное состояние своих зубов. В «Колибри» я пришла вслед за своим стоматологом, Татьяной Александровной Тюриной, чьей пациенткой я являюсь на протяжении почти 20 лет. Здесь удивительно добрая атмосфера, постоянно ощущаешь внимание к себе. Еще мне важно, что в клинике всегда идут навстречу в финансовом плане, могут дать рассрочку, никогда не навязжут ненужных услуг. Перед началом лечения, например, рекомендуют сделать гигиеническую чистку зубов: я теперь знаю, что зубной налет способен иногда «маскироваться» под кариес. В «Колибри» о нашем здоровье будут заботиться всегда!



СВЕТЛАНА ЗАБЕЙВОРОТА,
директор турфирмы
«Инфоцентр»

Стоматологическая помощь ныне — «дорогое удовольствие», и потому к выбору доктора подходишь с особым пристрастием. К Татьяне Александровне Тюриной я пришла давно, и осталась у нее навсегда! Несмотря на то, что в то время у меня мама работала стоматологом, а сейчас еще и родная сестра. Для меня это единственный в мире стоматолог, к которому садишься в кресло без страха и с полной уверенностью, что этот Доктор сделает все, чтобы вылечить и спасти зуб! Это честность в работе, ответственность перед пациентом! Руки у нее золотые!



Стоматологическая клиника «Колибри»,
ул. Артема, 5/1, тел. 20-29-20,
stomatologiya-vtomske.ru

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

КУПИТЕ МОЛОДОСТЬ

ВМЕСТО
ОЧЕРЕДНОГО
ПЛАТЬЯ

Префиллер **RENOVA revitafeel** — препарат, позволяющий корректировать эстетические дефекты на участках с очень тонкой кожей. Уникальное сочетание нестабилизированной и стабилизированной высокомолекулярной гиалуроновой кислоты - дает двойной эффект в эстетической коррекции деликатных зон шеи и декольте.



RENOVA revitafeel корректирует:

- Мелкоморщинистую, дряблую кожу, горизонтальные морщины ("кольца Венеры") в зоне шеи и декольте
- Второй подбородок
- Мелкие морщины, "нависание" кожи, несовершенства впереди ушной раковины, в области лба и межбровья.
- Форму и контур "увядающих" губ

Результат:

Эффект лифтинга - формирование более четкого овала лица, выравнивание морщин, формирование эффекта "ухоженного" внешнего вида - улучшение цвета и текстуры кожи.

Ревиталайзер **RENOVA eyes** —

препарат для коррекции зоны вокруг глаз. Уникальность препарата в его многофункциональности и в двух механизмах действия - экспресс-увлажнения и придания эстетического объема при необходимости.

Вам обеспечен стойкий эффект всего за одну процедуру!



RENOVA eyes корректирует:

- Эстетические дефекты зоны вокруг глаз: дряблую кожу, морщины, "гусиные лапки", глубокие носослезные борозды
- Избыток кожи нижнего и верхнего века

Результат:

Эффект лифтинга кожи вокруг глаз, ее уплотнение и упругость. Сглаживание рельефа мелких и средних морщин, увлажненность, улучшение цвета и текстуры кожи, уменьшение отечности вокруг глаз.



**RENOVA REVITAL
КУРС ИЗ 3 ПРОЦЕДУР ОБЕСПЕЧИТ
ВЫРАЖЕННЫЙ ЛИФТИНГ, ПИТАНИЕ И УПРУГОСТЬ**

Спрашивайте у вашего косметолога!

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

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

Юр. лицо ИП Тюляева Т.Н. лицензия на фармдеятельность 70№000872 от 28.02.2014 бессрочно

ОФИЦИАЛЬНОЕ
ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВО
В ТОМСКЕ — ТОМСКАЯ
АССОЦИАЦИЯ КОСМЕТОЛОГОВ

г. Томск, ул. Карла Маркса 7
ТЕЛ.: +7 (3822) 51 08 29
WWW.DOCTORGAVRIN.RU
(ИП Тюляева Т.Н. лицензия на фармдеятельность
70№000872 от 28.02.2014 бессрочно)

ТОЧНО В ЦЕЛЬ!

СУТЬ ПРОЕКТА

В SPA-клинике «Живой стиль» в середине марта стартовал необычный проект, героиней которого стала фармацевт Оксана Александрова.

Цель Оксаны — потеря веса, сохранение здоровья и создание красивой, женственной фигуры. У нас есть уникальная возможность в течение трех месяцев понаблюдать за изменениями фигуры и преобразованиями внешности не суперзвезды с модельными данными, а обычного человека, желающего изменить свою жизнь к лучшему.

Предварительный этап — проведение компьютерной диагностики состава тела (биоимпедансометрии). Это уникальный способ, позволяющий специалистам получить максимально объективные данные о составе тела: жира, мышц, воды. В случае с Оксаной количество мышц и воды — почти в пределах нормы. Количество лишнего жира — 12 кг, и именно на борьбу с ним будут направлены все усилия.

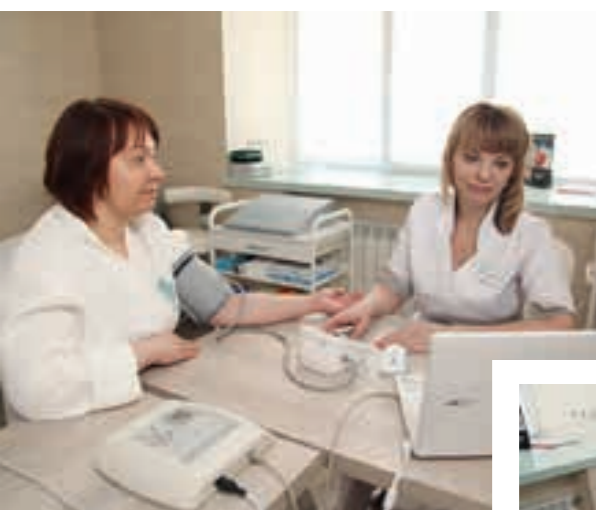
Также героине проекта была проведена диагностика целлюлита с помощью контактной термографии. При прикладывании термопластины к проблемной зоне изменяется ее цвет, а по проступающим цветовым пятнам четко определяется характер нарушений и диагностируется стадия целлюлита. По итогам диагностики Оксане были подобраны необходимые методы его коррекции.



РЕЗУЛЬТАТЫ ДИАГНОСТИКИ СОСТАВА ТЕЛА

ХАРАКТЕРИСТИКА	РЕЗУЛЬТАТЫ ОКСАНЫ	НОРМА
ИМТ (индекс массы тела)	29,77	23,50
ВЕС	76,2 кг	60,160 кг
ЖИРОВАЯ МАССА	27,06 кг	14,96 кг
ОБЪЕМ ВОДЫ	35,97 л	33,09 л
АКТИВНАЯ КЛЕТОЧНАЯ МАССА <small>масса мышечных, нервных клеток и клеток внутренних органов</small>	32,02 кг	29,67 кг

ОБХВАТ ГРУДИ-ТАЛИИ-БЕДЕР — 99,5-85-115 CM
РЕАЛЬНЫЙ ВОЗРАСТ — 39 ЛЕТ
БИОЛОГИЧЕСКИЙ — 46 ЛЕТ



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ, СОСТАВЛЕННОЙ ПО РЕЗУЛЬТАТАМ ДИАГНОСТИКИ:

ДЕТОКСИКАЦИЯ

первый этап программы, необходимой для лучшего сжигания жира, избавления от всех застойных явлений, вывода токсинов и шлаков. Для Оксаны этот период составит примерно 2 недели. Это тепловые процедуры, травяные сборы, лимфодренажные процедуры: хамам, дренажные аппаратные и ручные массажи.

МОДЕЛИРОВАНИЕ

направлено на непосредственное устранение жира и целлюлита. Для этих целей применяются вакуумно-роликовые аппараты для массажа (LPG, Starvac), которые запускают процесс липолиза и восстанавливают кровообращение. На этот этап приходится основной объем работы.

! 2-й и 3-й этапы могут быть не последовательными, а параллельными. При потере веса обязательны процедуры, направленные на работу с состоянием кожи.

УЛУЧШЕНИЕ КАЧЕСТВА КОЖИ

важный фактор при похудении, чтобы избежать обвисания кожи, дряблости, растяжек. На этом этапе помогут сеансы на лазерном аппарате Fotona с комбинированными технологиями глубокого дермального омоложения и тонизации кожи, водорослевые обертывания, радиоволновой лифтинг.

Интенсивное воздействие на организм Оксаны и коррекция питания позволят героине увидеть первые реальные результаты уже к концу первого месяца программы.

Светлана Кургузикова, SPA-терапевт, ведущий специалист клиники по коррекции фигуры и эстетики тела ПЕРСОНАЛЬНЫЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОКСАНЫ НА БЛИЖАЙШИЙ ПЕРИОД ВРЕМЕНИ:

- 1. Правильное сбалансированное питание**
Это не диета, а полноценное питание с правильным соотношением белков, жиров и углеводов. Исключить высококалорийные продукты из рациона. По утрам до завтрака принимать фирменный травяной сбор.
- 2. Поливитамины с микроэлементами**
- 3. Питьевой режим**
Рекомендуемый объем теплой чистой питьевой воды в день — 30 мл на килограмм веса
- 4. Тепловые процедуры (программа «Талассо» в хамаме) и лимфодренажный ручной массаж**
- 5. Моделирующий аппаратный массаж — LPG, Starvac**
- 6. Ежедневная физическая активность**
Пешие прогулки, кардио- и аэробные нагрузки не менее 40 мин. в день



Уже на страницах следующего номера мы сможем узнать и увидеть, какие изменения произошли за месяц с нашей героиней.

Клиника «Живой стиль» приглашает всех читателей журнала на диагностику, которую можно пройти бесплатно, если воспользоваться картой привилегий, прилагающейся к этому номеру, или позвонив в редакцию журнала по тел. 52-10-01 (доп. 370).

Специалисты клиники разработают для вас индивидуальную программу, которая поможет в оптимально короткий период прийти в хорошую физическую форму и избавиться от проблем со здоровьем.



ЖИВОЙ СТИЛЬ

CLINIC & SPA

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

В ритме фитнеса

Ольга Жукова, директор и фитнес-инструктор сети «Фристайл», к.м.н., про питание и тренировки знает все. Ольга поделилась с нами основами правильного рациона и рассказала о том, ради чего стоит ходить на тренировки.

ПИТАНИЕ:

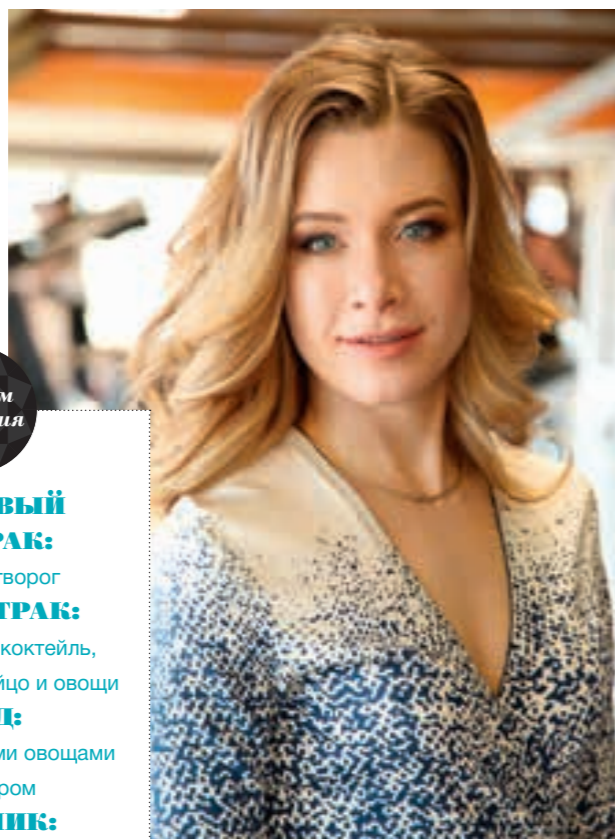
Система питания

Я пропагандирую и сама придерживаюсь принципа дробного — 5-6 раз в день (лучше 6, можно даже и 7) — питания, а также обучаю тому, как его правильно организовать.

Питаться можно и нужно дробно и никакого воздержания в пище после 18 часов! Тем, кто ложится спать в 22-23 часа, стоит ужинать в 19-20 часов. Между вечерним приемом пищи и утренним должно проходить не более 10 часов.

Утром стремлюсь позавтракать как можно раньше — в первые 30 минут после пробуждения. Мое следующее правило — выбор белкового завтрака, не углеводного.

Каша по утрам показана только детям до 10 лет. Овсянку можно, но не чаще 1-2 раз в неделю. Я предпочитаю творог или яйца (три!), либо легкий сэндвич



Режим питания

БЕЛКОВЫЙ ЗАВТРАК:

яйца или творог

2-й ЗАВТРАК:

протеиновый коктейль, либо вареное яйцо и овощи

ОБЕД:

мясо со свежими овощами и гарниром

ПОЛДНИК:

порция обезжиренного творога или фрукт и горсть орехов

УЖИН:

такой же, как обед

2-й УЖИН:

стакан кефира

полноценного обеда: порция белка (курица, индейка, говядина), свежих овощей и гарнир (гречка, перловка, чечевица, фасоль).

В 16 или 16-30 — пора полдника (для него подойдет один из вариантов второго завтрака). Около 19 часов ужин (такой же, как обед). И за полчаса до сна хорошо выпить стакан кефира. Приемы воды необязательно связаны с приемом пищи.

Люди обычно поражаются: «Это слишком много!». Да, это нужно, чтобы они наелись и не перекусывали сладким из-за голода.

Нельзя мерить рацион только калориями, важнее состав по белкам, жирам, углеводам. Вариант рациона «два сникерса и яйцо» на день вряд ли поможет похудеть. В 18 лет еще возможно, а после 30-35 лет надо задуматься и углеводы серьезно урезать, переключиться на белковую пищу.

Я не могу сказать, что сама идеал в питании, но ношу с собою полную сумку контейнеров с едой. Встаю очень рано и успеваю приготовить все еще с утра.

Ничего из еды себе не запрещаю, ведь, как и многие девушки, я сладкоежка. Но если перед человеком стоит цель сбросить вес, это уже совсем другой разговор. Ему уже не надо ориентироваться на вкусовые пристрастия.

с куриной грудкой и овощами. Для разнообразия можно делать омлеты, запеканки или несладкие сырники из творога, белковые смузи — утро должно быть сытным!

Второй завтрак — это чаще всего либо протеиновый коктейль, либо вареное яйцо и овощи, либо порция (150 г) обезжиренного творога. В крайнем случае — фрукт и горсть орехов. С 13 до 14 наступает время

Ситуация SOS

Если я нарушила свой режим питания, то мой единственный способ с этим справиться: не паниковать и ничего не делать. После переедания лучше просто продолжать жить, как жила, войти назад в свой ритм питания, и последствий никаких не будет. От того, что человек один раз сходил на свадьбу или день рождения и наелся, он никогда не поправится. Если на весах плюс полтора килограмма, то это отеки, вода, которая задержалась из-за большого количества углеводов и алкоголя, но жиром она не станет. И главное потом — вернуться к прежнему режиму.

АКТИВНОСТЬ:

Тренировки:

Я работаю без выходных, веду тренировки каждый день. Иногда 4, иногда 2-3. Утром преподаю пилатес — спокойную методику, наиболее мной любимую. После обеда у меня тренировки наиболее подвижные — Problem zone, Body Strong, работа с отягощением, кардиотренировки. Считаю, тело должно быть прокачанным, рельефным, аппетитным, упругим и с определенным процентом жира, необходимого и для здоровья, и для красоты. Еще важно, чтобы человек был выносливым, мог отправиться в поход, сумки занести на 10 этаж без одышки. Я делаю людей приспособленными для жизни: не спортсменов с накаченными мускулами, а красивых развитых людей. Кроме того, что сама веду тренировки, я занимаюсь отдельно в тренажерном зале 2 раза в неделю, чтобы давать отягощения в групповых тренировках.

НОУ-ХАУ:

Путешествовать

Очень люблю путешествовать, причем мне интересно все: и Европа, и Азия, и Америка... Хочется побывать везде, где есть красивые места, увидеть все своими глазами. У меня две цели и мечты: я непременно хочу подняться на гору Килиманджаро в Танзании и совершить кругосветное путешествие на круизном лайнере.

Решать проблемы

Когда я устаю, то вспоминаю о людях, которым гораздо сложнее, чем мне: я говорю об инвалидах и их невероятной целеустремленности. А еще у меня есть подруги, чьи дети неизлечимо больны, но несмотря ни на что, эти женщины умеют смеяться и радоваться.

Не переноси нытья! Считаю, что ныть надо в последний раз в 1,5 года, потом следует собраться и начать как-то решать проблемы. Если это невозможно, то нужно постараться найти максимальную выгоду из существования проблемы, а сидеть, грустить и жаловаться — не вариант. Я вдохновляюсь примерами таких людей, у которых проблем больше, чем у меня, причем неразрешимых, а они при этом не жалуются ☺

ПЕРСОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ОТ ОЛЬГИ АБАКУМОВОЙ

Сертифицированный персональный инструктор, кандидат медицинских наук, консультант по питанию, директор сети фитнес-клубов «Фристайл»



В ПРОГРАММЕ:

- 2 персональные тренировки в тренажерном зале
- 2 групповые тренировки
- составление персональной программы питания
- ежедневная мотивация, поддержка
- бесплатные консультации
- реальный результат уже через месяц!

Стоимость: 5 500 руб.

Запись по телефону

229-329



ул. Красноармейская 114, ТЦ Сидко (4 этаж), тел. 42-55-69
ул. Новосибирская, 43 б, тел. 22-33-80
ул. Красноармейская, 126, тел.: 55-88-22, 55-83-89
проспект Мира, 15/1, тел. 47-26-64

*Ваше лицо в двадцать лет дано вам природой, каким оно будет в пятьдесят — зависит от вас.
Коко Шанель*

Статья для дам, кому за 40...

Именно перешагнув 40-летний рубеж, женщина начинает замечать изменения, с которыми ей в домашних условиях и периодическими бессистемными набегами к косметологу справиться сложно. С чем обращаются такого рода пациенты к косметологу и что может им предложить современная anti-age косметология?

С этим вопросом мы обратились к эксперту в области anti-age косметологии, врачу косметологу, к.м.н., директору клиники эстетической медицины «Cher ami» Ирине Павловне Аксененко.

«Я абсолютно согласна, что диспансерное косметологическое ведение пациентов — дам от 40 лет и старше — совершенно иное, чем в более молодом возрасте. Именно эти пациенты — основная категория нашей клиники. И именно anti-age направление — одно из ведущих направлений нашей деятельности. У таких пациентов невозможна «выборочная», локальная, зональная работа, например, коррекция только носогубных складок или работа только с областью шеи. Это как на старом пальто вшить новые рукава. Если уж делать апгрейд, то всего. Таким пациентам необходим комплексный подход. Именно он дает замечательный общий результат омоложения и гармонизации.

У пациентов 40+ наблюдается видимое качественное изменение кожи и мышечного каркаса лица, шеи, что выражается в сниженном тоне кожи, появлении морщин и складок, «оплывании» овала лица, тусклом цвете кожи. Безусловно, должен быть комплекс

мероприятий, который будет направлен на нивелирование как внешних проявлений, так и на омоложение «изнутри». И без сомнения, методики, которые мы применяем для категории пациентов 40+, более активные, с выраженным длительным результатом, выполняемые с заданной периодичностью. Им нужно особенное и действенное ВСЁ: от препаратов и методик, применяемых в клинике, до специальной косметики по уходу за кожей.

У нас в клинике мы активно применяем **MELSMON-терапию**. Уникальный состав на основе плаценты содержит необходимый набор аминокислот, витаминов и микроэлементов, который обновляет организм «изнутри» и нормализует работу всех органов и систем. Внешне это проявляется в том, что кожа выравнивается, становится упругой, сокращаются поры, уменьшается гиперпигментация и купероз. В результате пациент получает отдохнувшее, помолодевшее лицо, сияющую кожу и ровный цвет лица. Это происходит за счет удивительного механизма антистарения — способности заменять стареющие, дегенерирующие клетки, уже вступившие в фазу фрагментации, на молодые, активно делящиеся,

МЕТОДИКИ, которые мы применяем для категории **ПАЦИЕНТОВ 40+**, более **АКТИВНЫЕ**, с выраженным длительным **РЕЗУЛЬТАТОМ...**

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



В таком **ВОЗРАСТЕ** эксперименты ни к чему. Необходима **ГРАМОТНАЯ ПЛАНОМЕРНАЯ** работа, что дает изумительные **РЕЗУЛЬТАТЫ!**

жизнеспособные клетки, которые постоянно воспроизводятся, как в молодом организме. Особенно этот метод показан женщинам в предклимактерическом и климактерическом периоде. Интересный факт: 60-летние японки выглядят на 40, а средний возраст наступления менопаузы в Стране восходящего солнца сдвинулся до 65. Отложив климакс «на потом», дамы занимаются куда более интересными вещами — ухаживают за собой и путешествуют. В Японии Мелсмон-терапия включена в программу обязательного медицинского страхования в рамках государственной программы оздоровления нации.



В качестве восстанавливающих и общеукрепляющих коктейлей в нашей клинике мы предлагаем специальные **аминокислотные anti-age добавки**.

Для коррекции морщин мы используем препараты для контурной пластики, ботулинотерапию (по специальной концентрированной методике), нитевой лифтинг (итальянские нити). Для восстановления качества кожи (ее упругости, тонуса, ровности цвета): комплекс различных действенных комфортных, с минимальным периодом восстановления, антивозрастных пилингов (PQAge) и препаратов-стимуляторов внутрикожных процессов (пептидные коктейли, препараты гиалуроновой кислоты, витаминные

коктейли, плазматерапия), стимуляторов неокollaгенеза.

Для восстановления мышечного каркаса лица — неоперационный ультразвуковой **SMAS-лифтинг** (альтератерапия). Пока на данный момент альтернативы этому методу по улучшению контуров лица нет.

Для наружных средств по уходу за кожей мы предлагаем с насыщенным составом специальные крема и сыворотки.

Каждому пациенту расписывается свой план коррекции возрастных изменений. Здесь учитывается и морфотип старения (деформационный, мелкоморщинистый, отечный и т.д.), тип кожи (жирная или сухая), сопутствующий фон. Внимание уделяется не только лицу, но и рукам, и шее, и декольте.

Ведение таких пациентов требует от врача большого опыта, знаний, чувства гармонии. В таком возрасте эксперименты ни к чему. Необходима грамотная планомерная работа, что дает изумительные результаты! В нашей клинике врачи

АКЦИИ В АПРЕЛЕ

- Акция на **комплексное пакетное предложение** - 20% по предоплате: вы записываетесь на бесплатную консультацию к врачу-косметологу. После детального осмотра составляется план коррекции, оговариваются безопасные интервалы между процедурами, оптимальная этапность их выполнения, учитывается срок восстановления после процедуры. Для вас резервируется удобное время на каждую процедуру согласно плану лечения. Как правило, для комплексного решения проблем лица, шеи, декольте, рук необходимо 1-1,5 месяца. Что дает прекрасный результат в среднем на 1 год.
- Акция на **плазмолифтинг**: от 1 500 руб. за процедуру
- Акция - 20% на **домашнюю пептидную космецевтику** Неокутис, антивозрастные линейки Janssen, Sothys.

работают по данному направлению более 15 лет. Нароботан колоссальный опыт, которым мы готовы поделиться с вами.

И сейчас, при современных возможностях косметологии, чтобы выглядеть в 50 на 35, нужно только ваше желание! Как говорил Марсель Ашар: «Не бывает некрасивых женщин, бывают ленивые». В конце концов, возраст — это всего лишь цифры...

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.

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД

Индивидуальный уход, учитывающий все потребности нашей кожи, предложили ученые Nu Skin. Инновационная система ageLOC Me создается на основе ответов в онлайн-тестировании о вашей коже и бытии-предпочтениях. В результате разрабатывается персонализированный уходовый комплекс, состоящий из дневного и ночного увлажняющих средств, а также специальной сыворотки. Причем сыворотка делается непосредственно перед использованием: просто поднесите руку, и прибор сочетает в нужной пропорции натуральные ингредиенты, эффективные именно для вашей кожи и воздействующие на самые глубокие причины возрастных изменений.

www.nuskin.com/ru



ПОДАРОК ПРИРОДЫ

Красивая сияющая кожа — к решению этой задачи в Swissclinical подходят комплексно. Так, дневной крем с антиоксидантами и ночной крем против старения кожи обогащены натуральными компонентами, которые эффективно работают на здоровье кожи. Содержащиеся в этих средствах пикногенол (экстракт французской приморской сосны), экстракт белого чая и витамины А и Е являются мощными антиоксидантами и предотвращают появление морщин. А отсутствие парабенов, красителей и аллергенов делают такой уход по-настоящему экологичным.

www.swissclinicalrus.ru



РЕВОЛЮЦИЯ ДЛЯ ВОЛОС

Unwash представляет новый способ деликатного очищения волос и кожи головы кондиционером — co-washing. В отличие от шампуня, Bio Кондиционер Очищающий Unwash не вымывает из волос питательные вещества, влагу и пигменты цвета. Он идеален для ежедневного применения и заменяет традиционный тандем «шампунь + кондиционер»: мягко убирает загрязнения, кондиционирует и разглаживает. Также в линейку входят Ополаскиватель щадящий для более глубокого очищения и Маска увлажняющая для восстановления гидробаланса волос и дополнительного объема.

www.unwash.ru

ЭНЕРГИЯ СВЕЖЕСТИ

Каждый день наша кожа подвергается испытанию на прочность. Нейтрализовать действие неблагоприятных факторов призваны новые средства в линии IBUKI от Shiseido. Освежающий спрей мгновенного действия ухаживает за кожей в течение всего дня, увлажняя, устраняя жирный блеск и придавая лицу свежий вид. Ночная восстанавливающая маска поддерживает функцию естественного восстановления кожи, стимулируя производство клеточной энергии. Фитоцелевой Комплекс в основе обоих средств снабжает кожу внутриклеточными липидами и активизирует работу факторов, отвечающих за естественное увлажнение кожи. Результат — кожа, излучающая красоту и жизненную силу.

www.shiseido.ru



27
МАЯ
БКЗ
В 19:00

СЛЕДИТЕ
ЗА НОВОСТЯМИ
В НАШЕЙ ГРУППЕ
[VK.COM/ROGOVV TOMSKE](https://vk.com/ROGOVV TOMSKE)



LOOK PRO
ПРЕДСТАВЛЯЕТ:

стилист
АЛЕКСАНДР РОГОВ

МАСТЕР-КЛАСС

ИДЕАЛЬНЫЙ
БАЗОВЫЙ
ГАРДЕРОБ



СПРАВКИ ПО ТЕЛЕФОНУ
979-980

Продажа билетов

LOOK PRO
979-197, 516-900
[VK.COM/LOOKPRO](https://vk.com/LOOKPRO)

БКЗ
51-59-56, 51-61-95
[BKZ.TOMSK.RU](https://bkz.tomsk.ru)



МОЙ ПУТЬ К КРАСОТЕ



Меня зовут Марина. Как любая женщина, я желаю сохранить молодость и привлекательность, поэтому слежу за всеми новинками, которые появляются в сфере косметологии. Я много слышала о процедуре фотоомоложения на аппарате M22, и мне не терпится увидеть результат его действия на себе

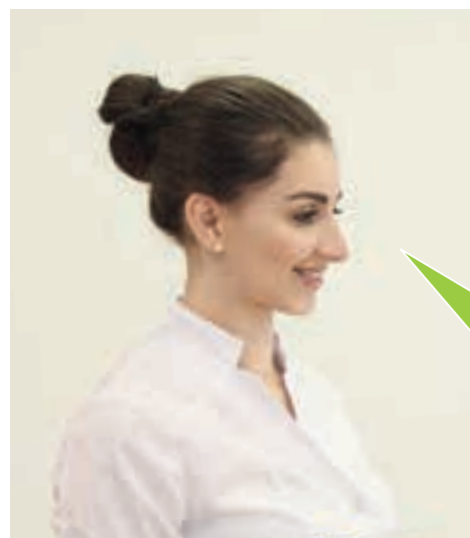


Мне понравилось, что эту процедуру необходимо проводить всего 1 раз в месяц. Еще впечатлило, что нет никаких видимых повреждений кожи или побочных эффектов, и я сразу после сеанса могу заниматься своими делами.

Боли не чувствовала совсем, поэтому даже не верится, что от такой приятной процедуры будет реальный результат. Разве свет может убрать пигментные пятна, сосуды и подтянуть кожу?



Доктор: Мощный пучок света, проходя в кожу, взаимодействует с пигментом, сжигая его и отбеливая кожу. При действии на сосуды, он способствует их склеиванию и уничтожению, а прогревая фибробласты, заставляет их работать, что способствует лифтингу кожи.



На следующей процедуре Марина поделилась своими впечатлениями: «Удивительно, я ждала лишь эффекта лифтинга, но кроме подтяжки вижу, как изменился цвет лица — он стал таким свежим, будто я только что вернулась из отпуска. По крайней мере, так мне заявили мои подруги. Очень довольна, что с помощью фотоомоложения у меня есть возможность ухаживать за лицом так просто, легко, безболезненно и экономично».



А еще я сделала фотоомоложение рук! Тон выровнялся, пигментные пятна ушли на глазах, и кожа стала гладкой и мягкой.

Рада, что я открыла для себя M22! Думаю, что настало время попробовать эту процедуру и вам! В клинике «REVITAL» на собственном опыте можно удостовериться в реальных возможностях процедуры фотоомоложения и на себе ощутить волшебные свойства нового чудо-аппарата.



ЭФФЕКТИВНО! БЫСТРО! БЕЗОПАСНО!



пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44
WWW.REVITALTOMSK.RU

M22

ПОМОГАЕТ РЕШИТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОБЛЕМЫ:

- Устраняет гиперпигментацию
- Лечит акне
- Убирает рубцы постакне
- Удаляет сосуды на лице и теле
- Устраняет мимические морщины
- Подтягивает овал лица
- Избавляет от нежелательных волос

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ТАКОЕ РАЗНОЕ ТЕЛО

Весна традиционно является временем года, когда возрастает интерес к процедурам коррекции фигуры. Для того, чтобы сделать лучший выбор и решить, какой метод из множества различных процедур оптимально подойдет именно вам, необходимо прежде всего определиться с типом своей фигуры и возможностями медицинской клиники, которой вы готовы доверить свое тело.

Выделяют 4 основных типа женской фигуры: яблоко, груша, банан, песочные часы.

ГРУША

Обладательницы данного типа фигуры отличаются выразительными бедрами, которые значительно больше, чем бюст или плечи.

Яркие представительницы:

Бьонсе, Дженнифер Лопес, Шакира, Алисия Кейс

Проблемные зоны:

ягодицы, бедра, голени

Плюсы:

- грациозные плечи и руки
- стройная талия
- верхняя часть туловища практически не набирает вес

Минусы: выраженные проявления целлюлита



Отличный результат такой фигуре подарит сочетание хорошего курса высокоинтенсивной миостимуляции Transion с кардиолимфодренажем Linfogel и завершающими процедурами коррекции фигуры BioRevital RF для придания упругости коже. Зачастую имеются показания к микросклерозированию из-за варикозного расширения вен, в связи с чем противопоказаны процедуры на основе вакуума (вакуумно-роликовый массаж LPG, баночный массаж), которые способны перерастягивать и травмировать сосудистую стенку.

ЯБЛОКО

Данный тип фигуры отличают более широкие плечи и грудь, стройные ноги

Яркие представительницы: Анджелина Джоли, Кэтрин Зета-Джонс, Кейт Уинслет, Ева Лонгория

Проблемные зоны: живот, грудь, спина и лицо, шея

Плюсы:

- хорошо развитые мышцы
- практически нет проявлений целлюлита

Минусы:

- содержание висцерального (внутреннего) жира выше нормы
- практически отсутствует линия талии

Подходить к коррекции данного типа фигуры необходимо очень деликатно, так как на каждую ее проблемную зону подходят разные методики. Для уменьшения объема живота идеально подойдут процедуры высокоинтенсивной миостимуляции Transion в сочетании с RF-коррекцией фигуры на аппарате BioRevital RF. Подчеркнуть линию талии можно при помощи изометрии Isogel, которая позволит избирательно прокачать необходимые мышечные волокна и сформировать долгожданные линии. Для зоны плеч процедурой выбора станут коррекция фигуры на BioRevital RF для уменьшения жировых отложений и изометрия Isogel для укрепления внутренней поверхности плеча. А вот от миостимуляции рук лучше отказаться, т.к. это приведет к еще большему увеличению объема. За счет большей склонности к отложению висцерального жира, следует строго следить за весом и посещать личного диетолога.



БАНАН

Представительницы данного типа фигуры отличаются одинаковой шириной плеч и бедер, аккуратной грудью, не четко очерченной талией, плоскими бедрами и ягодицами.

Яркие представительницы: Камеран Диаз, Николь Кидман

Плюсы: стройное тело данного типа выглядит прекрасно, недаром большинство подиумных моделей являются ее обладательницами.

Минусы: жир откладывается равномерно на руках, ногах, животе, лице.

Лучшая рекомендация для коррекции данного типа фигуры — диетологическое сопровождение и снижение веса: процедуры кардиолимфодренажа Linfogel, которые активизируют обменные процессы в тканях за счет синхронизации дренажа лимфы с работой сердца. А в завершении великолепно сработают процедуры изометрии тела Isogel, которые сформируют плоский живот с очерченной талией и соблазнительными бразильскими ягодицами.



Специалисты клиники «Идеале» комплексно подходят к решению эстетических несовершенств своих пациентов, благодаря наличию колоссального опыта и уникального медицинского оборудования, которые помогут решить любые ваши проблемы.



ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ

Счастливые обладательницы данного типа фигуры сексуальны, невзирая на лишние сантиметры, ведь они откладываются там, где надо — на груди и бедрах, при этом талия всегда остается осиной.

Яркие представительницы: Ким Кардашьян, Сальма Хайек, Скарлетт Йохансон, Софи Лорен

Плюсы: открытая сексуальность, несмотря на вес и возраст

Минусы: велика вероятность целлюлита и ожирения

Для данного типа фигуры также актуально диетологическое сопровождение и контроль веса. Хорошие результаты дают процедуры высокоинтенсивной миостимуляции Transion как на нижнюю, так и на верхнюю часть туловища. В связи с часто встречающимся варикозным расширением вен, зачастую применяется микросклерозирование сосудов ног.

СИЛЬНЫЙ ПОЛ

Лишние сантиметры мужчин кардинально отличаются от женских, поэтому и корректировать проблемы мужской фигуры необходимо исходя из обменных процессов организма. За счет резкого преобладания висцерального жира, основная коррекция заключается в снижении веса и диетологическом сопровождении, которое проходит гораздо легче, чем у женщин.

А в качестве завершающих штрихов отлично подойдут BioRevital RF для подтяжки кожи и изометрия Isogel, которая укрепит переднюю брюшную стенку и поможет сформировать кубики, если в сумасшедшем ритме жизни не хватает времени на фитнес.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

СКЭНАР-терапия: миф или реальность?

Современные ученые и врачи постоянно находятся в поисках новых возможностей для лечения людей, которые были бы основаны не только на лекарственной терапии, но и на возможностях самого человеческого организма, на его способности к саморегуляции и восстановлению.

Одним из лучших представителей таких методов является СКЭНАР-терапия на основе приборов семейства СКЭНАР (самоконтролирующий энергонеироадаптивный регулятор), которые произво-



Наталья Валерьевна Шишкина

дятся в России. Они прошли успешные испытания и имеют сертификат соответствия и лицензию Минздрава РФ.

О реальных возможностях аналога традиционной медицины, СКЭНАР-терапии, мы беседуем с Натальей Валерьевной Шишкиной, директором Центра интеллектуальных медицинских технологий «СКЭНАР ПРАЙД».

— **Наталья, расскажите, как у вас зародилась мысль о создании центра «СКЭНАР ПРАЙД»? И чем, собственно, уникальна эта методика лечения?**

— Скажу честно, я по жизни всегда была реалистом, придерживаясь мнения: что вижу — в то верю. Я много лет работала в банковской сфере, далекой от медицины, и как большинство людей, свои болезни лечила таблетками. После рождения ребенка я столкнулась с такой проблемой, как заболевание щитовидной железы: мне был поставлен диагноз «аутоиммунный тиреозит». На сегодняшний день это заболевание не лечится традиционной медициной и до конца даже не ясно, откуда вообще берутся аутоиммунные заболевания, почему организм вдруг начинает вырабатывать антитела к тому или иному органу. В моем случае организмом «отторгалась» щитовидная железа. Меня очень пугала перспектива пожизненной гормональной терапии, и я попыталась узнать все обо всех известных методах избавления от своего недуга в интернете. Именно там я впервые прочитала о СКЭНАР-терапии, которая, оказывается, давно применяется в Томске.

— **Почему решили, что именно она сможет помочь вам?**

— Как и большинство людей, рань-

ше я относилась скептически к альтернативным методам лечения. Но решила: раз нет других вариантов, почему бы не попробовать. Жизнь меня свела с замечательным врачом Константином Владимировичем Никитиным, у которого тогда был свой небольшой центр. Он провел мне диагностику, назначил курс лечения. Могу сказать, что на сегодняшний день я вылечилась от этого заболевания: у меня полностью восстановилась функция щитовидной железы, пришли в норму антитела. Как это назвать? Совпадением, везением или реальным действием? Это не поддается традиционному объяснению. Тогда я решила уже комплексно подойти к своему здоровью и провела полное обследование всего организма. В нашем регионе повышен риск заболевания онкологией, заболеваний желудочно-кишечного тракта (гастриты, язвы и пр.), тем более, наша жизнь проходит на бегу, мы не брезгуем фастфудом — едим непонятные бутерброды, запивая их таким же кофе, нас сопровождают стрессы. Поэтому следом я пролечила свой ЖКТ: побочным результатом от курса скэнar-терапии стал эффект омоложения. Меня это впечатлило настолько, что я поговорила с Константином Владимировичем и предложила ему открыть в Томске большую клинику СКЭНАР-терапии.

— **При этом вы сами ведь не имели отношения к медицине?**

— Совсем! При этом я остаюсь управленцем, а возглавляет клинику главный врач Константин Владимирович Никитин. Я ему очень благодарна, ведь у него за плечами огромный опыт — 18 лет работы в этой области. После того, как я привела в норму свой организм, я пролечила от паразитов своего

ребенка: у него нормализовался сон, укрепился иммунитет. Я на личном опыте убедилась, что СКЭНАР-терапия без медикаментозного вмешательства помогает избавиться от самых разных заболеваний.

— **Как она все-таки работает?**

— Принцип работы скэнar простой. Он посылает телу импульс, аналогичный импульсам головного мозга. Наши органы воспринимают этот импульс как родной, возникает обратная связь и запускается механизм лечения за счет скрытых резервов организма, которые мы недооцениваем. Прежде чем принимать лекарства, следует вспомнить, наш организм способен к самовосстановлению, стоит лишь указать ему на больное место. Не нужно «химии» — скэнar-терапия оказывает положительное воздействие почти при всех заболеваниях, исключая разве что необратимые процессы, такие как онкология на поздних стадиях, например. Спектр применения СКЭНАРа — колоссальный: проблемы с ЖКТ, проблемы с позвоночником (кстати, в Томске проблемы с позвоночником лидируют среди других заболеваний), растяжения, ушибы, травмы, аутоиммунные заболевания, даже проблемы со зрением. Круг наших пациентов — от новорожденных детей до людей преклонного возраста.

— **А каким образом ведется диагностика заболеваний?**

— В нашем центре мы проводим четыре вида диагностики. Лечебно-диагностический комплекс «Рофэс» позволяет диагностировать отклонения в психическом, физическом и энергетическом состояниях организма, а затем устранить эти отклонения в реальном времени. Гармонизация внутренних систем приводит к выздоровлению, избавляет от хронических стрессов и депрессии. Вегето-резонансное тестирование и терапия (ВРТ) позволяют определить наличие или отсутствие в организме паразитов, возбудителей инфекционных заболеваний и вирусов

без взятия крови и прочих анализов. За 50 минут последовательно тестируется 45 видов этой нежелательной живности. Специальная лечебно-диагностическая аппаратура «Асгард» позволяет производить глубокую функциональную диагностику любых систем организма за счет анализа реакций вегетативной нервной системы методом пульсогомоиндикации. С ее помощью мы можем определить причину возникновения тех или других нарушений в организме, например, психологическую, а также определить наличие в организме паразитов и возбудителей



Константин Владимирович Никитин

Прежде чем принимать лекарства, следует вспомнить, наш **ОРГАНИЗМ** способен к **САМОВОССТАНОВЛЕНИЮ**, стоит лишь **УКАЗАТЬ** ему на больное место.

инфекционных заболеваний. После всестороннего анализа аппаратура позволяет подобрать воздействие, способное восстановить нарушенные системы. Кроме того, комплекс позволяет выявить функциональные нарушения в работе органа тогда, когда болезнь еще даже не заявила о себе. Так, например, можно определить угрозу возникновения рака, развития инсульта или инфаркта. Самое замечательное заключается в том, что эту угрозу можно устранить путем подбора воздействия на специфические зоны иммунитета этой же аппаратурой. Это исследование безболезненно, безопасно и достоверно.

— **Получается, на сегодняшний день «СКЭНАР Прайд» — это полноценный лечебно-диагностический медицинский центр, где пациенты могут получить полный комплекс медицинских услуг?**

— Это действительно полноценная клиника со штатом врачей-терапевтов, владеющих методикой скэнar-терапии и диагностики. Наши лечебно-диагностические методики дополняют и

усиливают друг друга, что позволяет нам лечить людей от заболеваний суставов, пищеварительной системы, болезней позвоночника, почек, сердца, сосудистой и эндокринной систем, гинекологических заболеваний, аллергий, бронхиальной астмы, бессонницы, гипертонии и многих других заболеваний, а в ближайшее время мы запустим еще и целый блок по косметологии. Противопоказаний у СКЭНАР-терапии минимум: наличие кардиостимуляторов, сахарный диабет 1-го типа и онкология на поздних стадиях. В любом случае каждый может позвонить в наш Центр и записаться на бесплатную консультацию, где на личной встрече с врачом может обсудить возникшую проблему и вероятность излечения.



ул. Яковлева, 15, тел. 777-100,

www.skenarpride.ru



ИСТОРИЧЕСКАЯ СПРАВКА

Томский институт курортологии и физиотерапии был основан в 1922 году. Первым директором был Яков Захарович Штамов. Именно поэтому в обиходе институт называют «Штамовский».

Главное – здоровье!

Здание, где Томский НИИ курортологии располагается уже много десятилетий, возможно, не удивляет ни ремонтом, ни роскошной обстановкой, зато лечебные и восстановительные процедуры, объединяющие почти столетний опыт и новейшие технологии, настолько эффективны и отличаются

такими привлекательными ценами, что клиенты возвращаются сюда снова и снова. И всегда остаются довольны.

Что и кому может предложить институт, сколько дней нужно на оздоровительные процедуры, почему к отдыху в дальних странах надо грамотно готовить свой организм, какие оздоравливающие программы будут полезны? Подробности рассказала Наталья Юрьева, главный врач Томского НИИ курортологии и физиотерапии ФГБУ СибФНКЦ ФМБА России.

В институте создано все для укрепления здоровья как для взрослых, так и для детей. Уникальная лечебно-диагностическая база позволяет справляться практически с любым недугом. Причем наряду с традиционными лечебными методиками мы используем свои, оригинальные наработки. Наиболее оправданные инвестиции в настоящее время — это вложение средств в собственное здоровье, здоровье своих близких и, конечно, здоровье детей.

Яркое солнце, теплое море сегодня может себе позволить далеко не каждый. Но и в родном регионе надо уметь поддерживать свое здоровье. Наше лечение основано на индивидуальном подборе процедур, а также контроле за эффективностью проводимых лечебных мероприятий. Человеческий организм — единая система, и наши врачи делают ставку на комплексный подход, который позволяет эффективно лечить не только основное, но и сопутствующие заболевания.

Здоровье ваших детей

Для детей мы предлагаем различные оздоровительные курсы с применением методов физиотерапии, бальнеогрязелечения, различных методов двигательной коррекции. Все процедуры направлены на восстановление здоровья, укрепление иммунитета, профилактику заболеваний и в итоге на повышение качества жизни ребенка.

В свободное от процедур время дети посещают выставки, музеи, экскурсии,

проводят тематические вечера и концерты, совершают прогулки, занимаются с педагогами по программе средней общеобразовательной школы. Очень удобный вариант на период школьных каникул: оздоровительные процедуры в сочетании с организованным досугом детей. Родители могут спокойно работать и знать, что их дети под присмотром и проводят время с большой пользой для здоровья.

«Нет» хронической усталости

Вы — трудоголик... Нет времени на отдых... Не умеете правильно расслабляться... Отсюда снижение работоспособности. Сегодня общая проблема — синдром хронической усталости. Найти вариант, как поддержать свой организм, можно всегда, даже если у человека



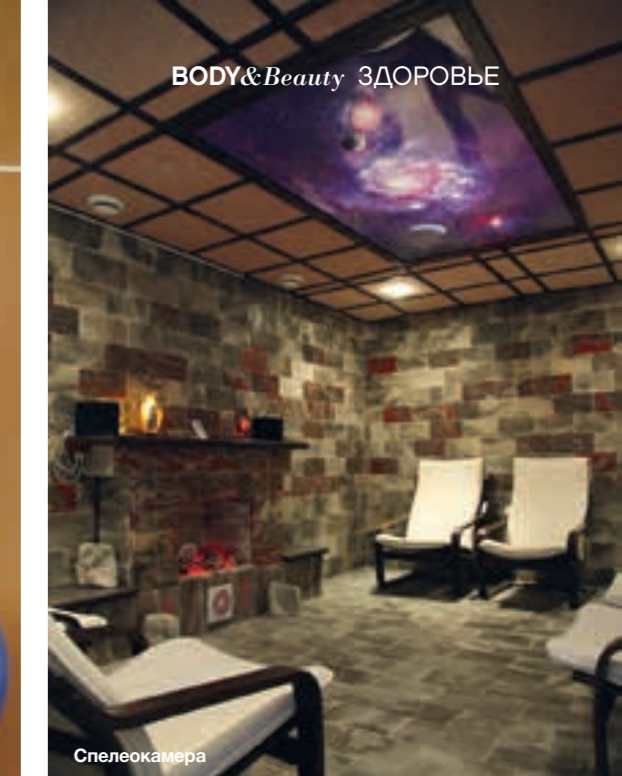
Аквааэробика

ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА

С 1 апреля 2014 года Томский НИИ курортологии и физиотерапии вошел в состав ФГБУ «Сибирский федеральный научно-клинический центр ФМБА России», который возглавил генеральный директор Виктор Александрович Воробьев. В результате объединения появилось еще больше возможностей для использования научных разработок в медицинской практике.



Лечебная физкультура



Спелеокамера

Наши **СПЕЦИАЛИСТЫ** готовы разработать **ДЛЯ КАЖДОГО ИНДИВИДУАЛЬНУЮ** программу «Антистресс». Забудьте об усталости!

только несколько свободных дней. Если сегодня мы что-то сделаем для своего здоровья, то завтра увидим, что времени и сил стало больше, хватает и на семью, и на работу. Мы позаботимся о вас! Наши специалисты готовы разработать для каждого индивидуальную программу «Антистресс». Забудьте об усталости!

К отпуску готовы!

Для тех, кто предпочитает проводить отпуск в дальних странах, мы предлагаем краткосрочную программу, которая поможет подготовить организм к смене климата, часового пояса и, в итоге, великолепно чувствовать себя на другом конце света.

Люди приходят к нам за полезными процедурами, зная, что у нас работают прекрасные специалисты и что результат обязательно будет. Многие деловые люди Томска постоянно к нам обращаются и признаются: «Отдыхать поедем в другое место, а здесь получим качественное и доступное лечение, поправим здоровье!». И мы им с радостью помогаем.

Пещеры, которые лечат

Есть такой термин — спелеотерапия. Естественные пещеры, если они пронизывают определенные геологические образования, могут иметь целебный микроклимат. В Томской области, как известно, лечебных природных пещер нет. Но в клинике института создали рукотворную. Из природных оздоравливающих пещер были выпилены блоки силвинита и привезены к нам. Здесь из них построили спелеокамеру, которая по лечебному эффекту ни в чем не уступает природной пещере.



ул. Р. Люксембург, 2 а,
тел.: 51-21-55, 90-65-07, www.niikf.tomsk.ru

Визаж, причёска: Ксения Еникеева @eniksu



Наталья Юрьева, главный врач

На любые **ПРОГРАММЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ** до 30 апреля мы предлагаем **СКИДКИ 10%**.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИИ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Зубы за день

За несколько часов заменить безнадежно больной зуб на имплантат? Это не сказка, не миф, а грамотное использование современных технологий, с которыми растягивать процесс на полгода уже не придется. В Центре дентальной имплантации теперь есть программа «Зубы за день», позволяющая решить проблему быстро и эффективно.

Мы поразились такому сенсационно для Томска предложению и отправились выяснять подробности.

— Немедленная или непосредственная имплантация — это удаление корня разрушенного зуба, после которого в образовавшуюся лунку тут же устанавливается имплантат. Вторая часть, установка коронки, может пройти в тот же день либо позже, все зависит от медицинских показаний, — рассказывает Виталий Викторович Ворошилов, врач-ортопед-стоматолог, директор Центра дентальной имплантации.

— Но в любом случае без зуба человек из кабинета доктора не выйдет: либо постоянная, либо временная коронка закроет изъян улыбки.

В чем главные плюсы такой стремительной имплантации?

— Сроки имплантационного лечения заметно сокращаются: раньше на него уходило до 6 месяцев, теперь максимум месяц, — поясняет Игорь Николаевич Синдяк, главный врач Центра, хирург-имплантолог. — Как было прежде? Удаляли зуб, после 6 месяцев ожидания ставили имплантат, затем время уходило еще и на протезирование. Сейчас технологии меняются, появляются новые материалы, инструменты, благодаря которым мы

и можем заметно ускорить процесс. Наши пациенты, как правило, люди деловые, у них нет времени часто ходить к врачам, поэтому все просят сократить сроки лечения, но не в ущерб качеству, конечно. Немедленная имплантация — это не волшебство, а методика с доказанными преимуществами: дело в том, что имплантат в лунке только что удаленного зуба приживается в лучших условиях, чем при отсроченной манипуляции. В этом случае мы можем использовать ширину кости для установки полноценного имплантата. Если же ждать полгода, то нагрузка на кость не поступает, и она атрофируется — так устроен наш организм. В итоге при немедленной имплантации удается избежать дополнительных операций по реконструкции кости.

Кроме коронок и имплантатов при немедленной замене используют костно-пластический материал, похожий на крупные гранулы соли. Он заполняет «щели», возникающие между имплантатом (по сути, симметричной винтовой конусообразной конструкцией) и лункой, оставшейся после удаленного зуба.

Три года немедленных имплантаций

Новый подход в Центре дентальной имплантации стали осваивать три года назад. Сначала присматривались к методу, а последние полтора года немедленная имплантация — это 90% всех работ клиники.

В мире эта технология развивается

В любом случае без зуба человек из кабинета ДОКТОРА не выйдет: либо постоянная, либо временная коронка ЗАКРОЕТ ИЗЪЯН улыбки.

стремительно и давно уже не кажется диковинной. Специалисты томского Центра дентальной имплантации осваивали процесс в Австрии, Израиле, посещали мастер-классы израильских врачей в Москве и Петербурге. Обучение врача — процесс бесконечный, и сегодня доктора клиники регулярно участвуют в различных семинарах.

Опыт для медика всегда крайне важен. Игорь Синдяк 26 лет работает хирургом-стоматологом, осваивая имплантацию еще с 1997 года! Только представьте себе: за 19 лет им было установлено более 10 тысяч имплантатов! Кроме того, он занимался челюстно-лицевой хирургией и удалением зубов, что дало бесценный опыт для немедленной установки имплантатов.

— Необходимо безупречно удалить зубы, так как если во время этой манипуляции что-то пойдет не так, имплантация отменится, — объясняет Игорь Николаевич. — При удалении важно максимально сохранить кость, ценен каждый ее миллиметр. Для того чтобы владеть методикой удаления зуба в совершенстве, нужна и квалификация, и солидный опыт, которого нет у многих молодых врачей. А мне еще в советское время довелось работать в поликлинике, где мы за 6-часовую смену удаляли до 40 зубов. Тогда основным методом в стоматологии было удаление зуба, лечение велось некачественно, так и возникала большая нагрузка на хирургов. Людям нравилось, как я работаю, но я не мог себя посвятить только этому направлению. Теперь оно

Во многих клиниках ВРАЧИ часто меняются, а мы РАБОТАЕМ ВМЕСТЕ БОЛЬШЕ 10 ЛЕТ!

превращено в немедленную имплантацию, на освоение технологий которой ушли годы, но иначе и не бывает. Врачу постоянно надо развиваться и обучаться, чем все мы в Центре и занимаемся.

Сила команды

Мастерства отдельных специалистов для таких серьезных методик, как немедленная имплантация, мало. Это дело командное. Чтобы все шло как по нотам, хирург-имплантолог, врач-ортопед, зубной техник, ассистенты врачей должны долго работать вместе и прекрасно понимать друг друга с полуслова.

Врач-ортопед Виталий Ворошилов и хирург-имплантолог Игорь Синдяк

больше 10 лет назад начали сотрудничать еще в Томском НИИ медицинских материалов и имплантатов с памятью формы. Осваивали на практике технологии, экспериментировали, вели научные разработки. В том же НИИ работал и зубной техник Сергей Александрович Варламов. Опыт у всех был впечатляющий — и профессиональный, и в сфере взаимодействия.

— Во многих клиниках врачи часто меняются, а мы работаем вместе больше 10 лет! — подчеркивает Виталий Ворошилов. — Никуда уже не денемся друг от друга. Наше дело технологичное и трудоемкое, поэтому от нас требуется большое упорство, трудолюбие и дисциплинированность на каждом этапе работы. Мы друг друга дополняем: если возникают вопро-

сы, то решаем их конструктивно, как единомышленники — это важно для общего результата, — дополняет Игорь Синдяк.

Своей командой в клинике дорожат, а если нужно пригласить нового человека, то выбирают тщательно, предъявляя высокие требования.

Центр дентальной имплантации создан по принципу европейских частных клиник. Коллектив небольшой, зато все сотрудники близко знакомы, понимают друг друга с полуслова: управлять такой организацией проще.

— Я и директор, и врач-ортопед, и куратор, связующее звено всех отделений, — отмечает руководитель центра Виталий Викторович Ворошилов. — Всегда в курсе, что у нас происходит, и пациентов всех по имени-отчеству знаю. В то же время наш стоматологический труд еще и творческий. Когда сталкиваемся со сложными ситуациями, ищем лучший для пациента выход. Бывают индивидуальные случаи, когда привычные подходы не работают.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Подготовительный этап

На имплантацию «вдруг» или случайно не приходят. Эта серьезная процедура требует подготовки, а сколько времени она займет, зависит от пациента. На консультации врачи представляют пациенту все возможные варианты, для точной диагностики проводится компьютерная панорамная томография челюстей, оценивается общее состояние здоровья. После этого можно детально обговорить все виды работ. Может быть предложена: немедленная имплантация или отсроченная, установка традиционных коронок... И даже вариант «ничего не делать» тоже существует, так что у человека в любом случае будет выбор.

Зубы за день

Воплотить в жизнь план немедленной имплантации можно за один день. Заранее, до операции нужно сделать только диагностические слепки, по которым производится разметка, изготовление шаблона для установки

имплантата и предварительного моделирования временной конструкции. По окончании установки имплантатов или во время установки снимается основная слепка, по которому изготавливаем временную конструкцию. При необходимости врач может легко ее снять, подкорректировать или почистить. Временная конструкция позволяет проводить коррекции с учетом пожеланий пациента по форме, размеру, расположению зубов и цвету, то есть провести все необходимые изменения на временных зубах — своеобразный тест-драйв. Пациент носит ее до изготовления окончательной конструкции. Поэтому, если вы боитесь, что ваш эстетический дефект — отсутствие зуба — будет замечен окружающим, не стоит переживать об этом. Вы не выпадаете из привычного ритма жизни, можете уверенно общаться с другими людьми и смеяться.

— Окончательную конструкцию или коронки мы делаем в собственной лаборатории Центра традиционно из металлокерамики, которая уже доказала свою пригодность, — делится своим опытом Сергей Александрович Варламов. — Либо используем коронки из диоксида циркония, который обладает более высокой прочностью при жевательной нагрузке. Изготавливаются эти коронки при помощи технологии CAD/CAM, компьютерного моделирования и фрезерования. Применяя эти технологии, удастся минимизировать «человеческий фактор» и получить более высокую точность. Чтобы избежать дополнительного хирургического вмешательства при большой атрофии десны и придать зубному ряду более высокую эстетичность, при изготовлении протезов используется искусственная десна.

— «Зубы за день», — рассказывает Виталий Витальевич, — это методика, когда на одного пациента работает почти вся клиника: и хирург, и ортопед, и зубной техник, и ассистенты врача — все они занимаются одним человеком, уделяют ему максимум внимания. В результате этой работы в нашем Центре за один день удастся получить

- 10 лет совместной работы команды!
- Игорь Синдяк установил более 10 тысяч имплантатов.
- Сегодня немедленная имплантация — это 90% всех работ ЦДИ.
- Статистика приживаемости имплантов: на нижней челюсти — 100%, на верхней — 95%.
- Возвращение 100% средств либо переустановка за счет клиники при отторжении имплантата.
- Гарантия на коронку — 1 год!

хороший эстетический результат.

— Теперь пациенты не такие, как лет 10 назад, никто не хочет даже несколько дней ходить без зубов, особенно женщины. А их среди наших клиентов большинство, они внимательнее, чем мужчины, следят за своим здоровьем и внешностью.

Больно не будет

— Все способы анестезии, применяемые в нашем центре, являются одними из наиболее безопасных для здоровья человека на сегодняшний день, — подчеркивает Виталий Витальевич.

— Мы предлагаем пациентам многоступенчатую анестезию: местная, газ, внутривенная седация. На первом этапе происходит местная анестезия — ставится укол в область, где планируется лечение. У пациентов остаются только тактильные ощущения: прикосновение рук врача, инструментов. Но местная анестезия позволяет убрать только болевые ощущения, а для снятия тревожности и страха используется газ ксенон: способом ингаляции через маску в течение 2-3 минут вдыхается газ, после чего у пациента наступает спокойствие и расслабление. Для более глубокой анестезии используется внутривенная седация — она полностью исключает все неприятные ощущения.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Гарантия 100%

Еще один страх, связанный с имплантацией, — зуб не приживется. О нем сегодня тоже можно забыть, потому что актуальная статистика — и российская, и зарубежная — говорит о том, что на нижней челюсти приживаются около 100%, а на верхней 95% имплантатов (она сложнее по структуре, состоит из пазух, ее кости более мягкие). И даже тем, кто не верит статистике, все равно можно не беспокоиться. При любом исходе деньги они не потеряют:

— Наша уверенность в успешной имплантации видна в наших гарантиях, — сообщает Виталий Витальевич. — При отторжении имплантата мы

«ЗУБЫ ЗА ДЕНЬ» — та методика, когда на **ОДНОГО ПАЦИЕНТА** работает почти **ВСЯ КЛИНИКА**: и хирург, и ортопед, и зубной техник, и ассистенты врача.

возвращаем 100% денежных средств либо переустанавливаем его бесплатно. А на коронку дается год гарантии.

Имплантаты требуют особого ухода, поэтому раз в полгода пациентам Центра напоминают о необходимости пройти «техобслуживание» — ультразвуковую чистку, снятие налета и камня с зубов и имплантатов.

Гибкая система скидок

Имплантация сегодня относится к дорогостоящим видам лечения. В клинике напоминают про гибкую систему скидок: пациенты, которые устанавливали имплантаты несколько раз, и члены их семьи получают специальные предложения по стоимости.

После лечения можно оформить налоговый вычет и вернуть себе часть потраченной на здоровье суммы.

Центр дентальной имплантации сотрудничает с компаниями добровольного медицинского страхования.

Противопоказания

Имплантация не панацея, к сожалению, эта технология подходит не всем людям, хотя противопоказаний у нее не так уж и много. Они бывают относительными, общими и местными.

Относительные противопоказания временные. Это беременность, кормление грудью, грипп, ОРЗ. Когда эти причины становятся неактуальными, можно приниматься за имплантацию.

К общим относятся сахарный диабет, эндокринные заболевания. Не рекомендуется имплантация людям с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, после инсультов, при онкологических заболеваниях.

Местные противопоказания связаны

с состоянием костей челюсти.

Важно, что возраст не считается ограничением при имплантации. Хотя связанные с ним соматические общие заболевания могут стать преградой. В то же время сегодня, по наблюдению врачей, есть и 30-летние пациенты, у кого множество проблем со здоровьем, и 75-летние, которым удачно проводили имплантацию, и они внимательно относились ко всем рекомендациям.

Неделя на восстановление

«Зубы за день» — очень привлекательный вариант в наше стремительное и насыщенное событиями время.

— По стандарту, 7 дней после имплантации пациентам надо ограничивать нагрузки, не ходить в спортзал, на фитнес, не заниматься дайвингом, не посещать бани и сауны (это может спровоцировать усиление отека ткани), — рассказывает Игорь Синдяк. — Это временные правила, но их нужно соблюдать! Также



Игорь Синдяк, главный врач

назначается поддерживающая терапия на пять дней: антибиотики, назначенные для профилактики (во рту много бактерий, а ране нужно заживать), пробиотики для восстановления микрофлоры после антибиотиков, при необходимости — обезболивающее. Каждому пациенту выдают схему приема препаратов: важно, чтобы сам операционный день получился щадящим для организма.

Есть и радостные новости: ограниченный в еде после имплантации нет. Приниматься за пищу можно примерно через два часа, когда отойдет анестезия.

Даже стремительная имплантация не перестает быть операцией, и без большого отека после нее не обойтись. Правда, в клинике уже подумывают о внедрении следующего, еще более прогрессивного варианта: безлоскутной установке имплантата. Но для этого нужны IT-технологии. Пока же наиболее современным и в то же время проверенным методом остается немедленная имплантация!



ЦЕНТР ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ

Стоматологическая клиника

«Центр дентальной имплантации»,
ул. Говорова, 19 в, ст.1, тел. 25-70-33,
www.cdistom.ru

Виталий Ворошилов, директор



«А рождать ты как собираешься?» — говорила мне «косметичка» в поликлинике, куда я пришла в 14 лет, чтобы впервые выщипать брови. Сегодня, спустя пару десятков лет, у меня есть ребенок, но я до сих пор с трудом заставляю себя записаться на мезотерапию, а уж к любой аппаратной процедуре начинаю готовиться заранее. Но, кажется, все понемногу меняется. Космические корабли бороздят просторы вселенной, а в косметологии находят применение технологии, одобренные NASA еще в 1990-х. Например, фотодинамическая терапия — новый, работающий и, что немало важно, совершенно безболезненный способ борьбы с морщинами и пигментацией. Врачи-косметологи все реже призывают потерпеть

исследование, в котором черным по белому написано: неровный тон кожи влияет на первое впечатление больше, чем даже слегка поплывший овал лица. А сложность в том, что до недавнего времени просто не было безболезненных способов избавиться от этих неприятностей. И если, скажем, аппаратную эпиляцию можно кое-как заменять безобидным бритьем, а мезотерпию — сывороткой с хорошей репутацией, то классика для выравнивания тона кожи — процедура фотоомоложения. По ощущениям — что-то вроде ожога, ведь лазер прогревает ткани. Но теперь появилось решение и для тех, кто не любит выходить из зоны комфорта. Это — фотодинамическая терапия. Рассказываем.

«Аппарат фотодинамической терапии TriWings воздействует на кожу холодным светом LED, но это не все, — объясняет **Елена**

Этого не потерплю

Косметология для тех, кому надоело страдать: есть ли безболезненные альтернативы фотоомоложению, RF-лифтингу, мезотерапии, TCA-пилингу и лазерной эпиляции.

Текст: Марина Дивич

и все чаще обнадеживают: прогресс заключается в простой формуле «плюс эффект, минус боль». Мы решили узнать, что сегодня можно сделать с видимым и ощутимым результатом, но без боли — или, по крайней мере, сведя дискомфорт к минимуму.

ФОТОДИНАМИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ

Что заменяет: лазерное омоложение

По болевой шкале (0-10): 0

Сложнее всего, конечно, тем, у кого пигментация. Или пятнышки на лице после акне, купероз, расширенные поры. В американской научной прессе обнародовали очередное

Радион, главный врач Института красоты Belle Allure, — На кожу наносят гель с особым составом, который проникает только в поврежденные клетки и имеет свойство «притягивать» световую энергию. Таким образом, лучи действуют целенаправленно, исключительно в мишень. На сегодняшний день это самая эффективная из безболезненных процедур омоложения». При фотодинамической терапии на TriWings на кожу действует сразу пять световых волн. На месте поврежденных клеток появляются новые. За одну процедуру можно заметно выровнять цвет лица и освежить кожу, а полный курс поможет при пигментации, акне и рубцах пост-акне, мелких морщинках и расширенных порах, куперозе, растяжках.

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

РЕТИНОЛОВЫЙ ПИЛИНГ

Что заменяет: срединный TCA-пилинг
По болевой шкале (0-10): 0-1

«Ретиноловый пилинг можно считать эффективной альтернативой TCA-пилингу при таких проблемах, как гиперпигментация или неглубокие морщины. Это один из лучших и самых мягких вариантов химической чистки лица», — говорит **косметолог-эстетист салона красоты «Мильфей» Зарина Сулейманова.** Химический TCA-пилинг, в состав которого входит очень активная трихлоруксусная кислота, долгое время был единственным решением для тех, кто хочет выровнять кожу, но не готов к аппаратам. Минус TCA-пилинга в том, что процедура травматична и болезненна. Ретинол работает по-другому. «Ретиноиды проникают глубоко в кожу, не повреждая ее верхний слой, — объясняет Зарина Сулейманова, — Они взаимодействуют с клетками, запуская их активное деление». Проще говоря, новые клетки, которые появляются в большом количестве, вытесняют старые все ближе к поверхности кожи. В результате начинается шелушение, эпидермис обновляется. Кроме того, в клетках с удвоенной силой запускается синтез коллагена и эластина».

При всей мягкости воздействия ретиноловый пилинг — не косметический уход категории light, на который записываешься без особых показаний. «Это — серьезная процедура, способная кардинально изменить состояние кожи, — подчеркивает Зарина Сулейманова, — Она помогает при акне, а при возрастных изменениях просто необходима». Единственное неудобство, которое ждет после ретинолового пилинга — желтоватый цвет кожи в течение примерно 24 часов после процедуры. Шелушение начинается примерно на 2-й день, а на 5-й день кожа радуется гладкостью и сиянием. Главное в процедуре — выбрать пилинг с максимально эффективной формулой, ведь кроме ретинола в формулу добавляют другие кислоты в разных пропорциях. Зарина Сулейманова рекомендует обратить внимание на пилинги Mene&Moy, SesDerma, Holy Land и Cosmedix.

ЭЛЕКТРОННЫЙ ФАРМАФОРЕЗ BIOTEB

Что заменяет: мезотерапию
По болевой шкале (0-10): 1-2

С помощью электронного фармафореза на итальянском аппарате Bioteb мезококтейли могут проникать на глубину до 4 см, с его помощью можно лечить, например, целлюлит, но и для целей anti-age он прекрасно подходит. Антивозрастные возможности аппарата тестировал «Институт красоты на Арбате». Выводы — длина морщин сокращается на 19%, ширина — на 54%, влажность рогового слоя увеличивается на 60-95%, а эластичность кожи — на 28%. И никаких неприятных ощущений во время процедуры: лишь иногда пациентки с чувствительной кожей, выбравшие самую интенсивную программу ухода, могут ощутить легкое покалывание.



СТОМАТОЛОГИЯ

- Эстетическая стоматология
- Хирургическое лечение
- Ортопедическое лечение
- Детская стоматология
- Имплантология
- Профилактическая гигиена
- Отбеливание зубов
- Рентгенодиагностика



КОСМЕТОЛОГИЯ

- Лазерная косметология **NEW!**
- Ботулинотерапия мимических морщин
- Ботулинотерапия гипергидроза
- Безинъекционное омоложение кожи
- Фотобиомоделирующая терапия
- Биоревитализация
- Контурная пластика
- Чистка лица и пилинги
- Перманентный макияж
- Пирсинг
- Депиляция
- Студия педикюра



Подбор средств для ухода за кожей



ул. Киевская, 15 | ул. Герасименко, 1/6
+7-913-850-95-98, +7 (3822) 30-95-98
www.evrodent.tomsk.ru

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



ФАРМАФОРЕЗ подойдет тем, кто больше не может ТЕРЗАТЬ КОЖУ иглами: аппарат подстраивается под электромагнитное поле клеток, чтобы ввести МЕЗОКОКТЕЙЛЬ на нужную глубину.

«Электронный фармафорез — это инновационный метод фармафореза, — говорит **Саида Тлехугова, врач-косметолог «Итальянского института красоты»,** — Он отличается и от ультразвуковой мезотерапии, и от привычных видов электрофореза». Как объясняет врач, ультразвук действует более грубо, что, конечно, вредит восстановительным и защитным свойствам кожи. Обычный электрофорез доставляет мезококтейли не столь глубоко. Умный аппарат Bioteb подстраивается под собственное электромагнитное поле клеток и доставляет препарат туда, куда нужно. «Аппарат считывает электромагнитные параметры клеток, которые у каждого пациента индивидуальны, — уточняет Саида Тлехугова, — Это необходимо, чтобы аппарат «понял», на какую глубину надо доставить мезококтейль в соответствии с заданной программой ухода». В распоряжении косметолога — 19 видов коктейлей, разработанных, как и сам аппарат, в Италии. В их составе — аминокислоты, пептиды, витамины, гиалуроновая кислота. Словом, процедура Bioteb вполне может заменить мезотерапию и подойдет для тех, кто больше не может терзать кожу иглами.

НАНОПЕРФОРАЦИЯ

Что заменяет: фракционный лазер, RF-лифтинг

По болевой шкале (0-10): 3-4
«По ощущениям наноперфорация куда менее болезненна, чем фракционный лазер, работающий в самом слабом режиме, а по эффекту они сопоставимы», — объясняет **Наталья Калашникова, директор по научной работе сети клиник «Линлайн» и главный врач «Линлайн» Москва,** — Если для фракционного лазера требуется гель-анестетик, то для наноперфорации ничего подобного не нужно. «На моей памяти ни одна пациентка не попросила сделать паузу в процедуре», — рассказывает Наталья Матушкина. По словам врача, на коже чувствуется интенсивное тепло, но это вполне терпимые ощущения.

Наноперфорация — собственная разработка «Линлайн»: процедуру делают на аппарате, который производится клиникой совместно с немецкими партнерами на базе научно-исследовательского центра в Минске. «Главное отличие нашего аппарата от фракционных лазеров в том, что он работает не за счет прогревания волокон коллагена, а за счет механического воздействия», — объясняет Наталья Матушкина. Аппарат спроектирован так, что тепловая энергия на уровне эпидермиса преобразуется (вспомним курс физики) в механическую. Она и действует в тканях, вызывая в волокнах коллагена множество микроразрывов, что и запускает процесс их обновления.

Сразу после процедуры лицо краснеет, а через пару дней начинает очень активно шелушиться (поэтому на процедуру рекомендуют приходить в четверг, чтобы к понедельнику уже восстановиться). Заметное шелушение связано с тем, что во время процедуры на сантиметр кожи приходится 10 000 точек воздействия, что примерно в 10 раз больше, чем у фракционных лазеров. Такой интенсивный пилинг дает эффект выравнивания и сияния уже неделю спустя. А вот эффект омоложения и повышения тонуса кожи, связанный с обновлением волокон коллагена, проявляется через месяц, и эффект продолжает нарастать. Если через полгода сравнить фото «до» и «после», можно приятно удивиться. Для омоложения в возрасте 35–40 лет достаточно одной процедуры в год.

ЛАЗЕРНАЯ ЭПИЛЯЦИЯ НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ SCITON

Что заменяет: фотоэпиляцию, ЭЛОС-эпиляцию
По болевой шкале (0-10): 4

Аппаратную эпиляцию не назовешь комфортной процедурой, но есть и хорошие новости: производители аппаратов работают над этим. Новая лазерная платформа Sciton производства США, появившаяся недавно в российских клиниках, — еще один шаг в сторону безболезненного удаления волос. Аппарат оснащен системой непрерывного охлаждения кожи, действующей во время и после импульса. Но главное — сам импульс разбивается на множество подимпульсов таким сложным способом, что степень нагрева тканей значительно уменьшается. «В формировании каждой вспышки применяется множество коротких импульсов, — объясняет **Елена Недорубова, врач-дерматокосметолог клиники «Время красоты»,** — в результате получается так называемый «квадратный импульс», без слишком низкой или слишком высокой мощности». Кроме того, аппарат выстраивает траекторию обработки кожи так, чтобы соседние участки нагревались не один за другим, а через промежутки времени, что не дает перегреть ткани. «Импульсы идут, как пулеметная очередь, — говорит Елена Недорубова, — это наиболее совершенная технология на сегодняшний день, она реализована впервые». И, наконец, аппарат покрывает большие зоны в четыре раза быстрее, чем другие подобные системы. Например, на обработку предплечий понадобится всего около 25 импульсов. Кажется, можно и потерпеть. ◊



ПЛАЗМОЛИФТИНГ ЛИЦА И ВОЛОСИСТОЙ ЧАСТИ ГОЛОВЫ

Уникальные возможности
собственной плазмы:

- лечение возрастных изменений кожи
- лечение гиперпигментации
- лечение и профилактика акне
- лечение себорейного дерматита
- лечение выпадения волос
- уход за сухой и чувствительной кожей

Плазма собственной крови не только поддерживает нашу жизнь и здоровье, но и способна подарить нам молодость!

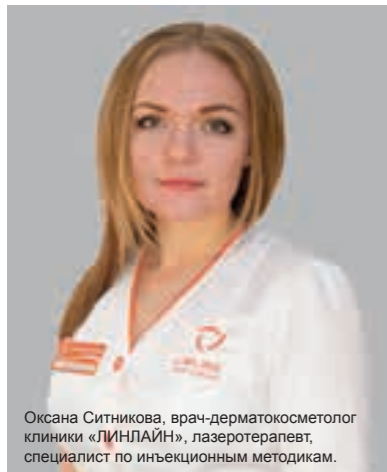
*Акция действительна с 1 апреля по 15 мая 2016 г. и распространяется только на первую процедуру.

запись по телефонам:
22-95-65
22-33-11

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

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

Лазерная QOOL-эпиляция — никаких ограничений!



Оксана Ситникова, врач-дерматокосметолог клиники «ЛИНЛАЙН», лазеротерапевт, специалист по инъекционным методикам.

Эпиляция — одна из самых востребованных косметологических процедур, и это понятно: проблема нежелательных волос докучает многим. И, казалось бы, способов в наши дни справиться с ними предостаточно. Но как из всех возможных выбрать оптимальный, чтобы надолго или даже навсегда забыть о бритве, раздражающей кожу, о боли от восковой эпиляции, о травмировании и вросших волосах после различных салонных методик.

«Такой способ существует! Это лазерная QOOL-эпиляция!» — уверенно заявляет Оксана Ситникова, врач-дерматокосметолог клиники «ЛИНЛАЙН», лазеротерапевт, специалист по инъекционным методикам.

Мы всегда предлагаем нашим пациентам сначала сделать небольшой тест: обработать лазером ладонь, на которой волосы вообще не растут, — и они ничего при этом не почувствуют. Потому что лазер никак не влияет на кожу!

— Наталья Витальевна, чем QOOL-эпиляция отличается от других видов лазерной эпиляции?

— Во-первых, QOOL-эпиляция безболезненна. Во-вторых, это первый в мире избирательный способ лазерной эпиляции, который воздействует только на волосы. В-третьих, этот метод единственный, который может применяться не только на сильно загоревшей, но на и смуглой от рождения коже. Кроме того, до и после процедуры можно посещать солярий и загорать на солнце, а при выборе других лазерных процедур удаления волос это все было бы делать невозможно! Поэтому наш девиз — «Никаких ограничений!»

— Расскажите, пожалуйста, подробнее, что значит избирательный способ эпиляции?

— Лазер воздействует избирательно — только на волосы, кожа при этом остается нетронутой. Мы всегда предлагаем нашим пациентам сначала сделать небольшой тест: обработать лазером ладонь, на которой волосы вообще не растут, — и они ничего при этом не почувствуют. Потому что лазер никак не влияет на кожу, не травмируя и не перегревая ее, что обеспечивает полную безопасность для пациента. Другие способы эпиляции не дают такого эффекта, ведь в их основе лежит нагревание не только самого волоса, но и кожи вокруг него. Процедура QOOL-

эпиляции полностью исключает риск травмирования кожи, ее пигментирования, ожогов и вросших волос.

— Почему процедура QOOL-эпиляции безболезненна?

— Боль — это реакция организма на опасность. В данном случае никакой опасности для кожи лазер не представляет. Опять же потому, что кожа не подвергается перегреву: это единственный в мире способ холодной эпиляции. Процедура настолько комфортно переносится, что во время нее можно уснуть.

— Для каких зон предназначен данный вид эпиляции?

— QOOL-эпиляция подходит для любых зон тела, даже для тех, где обычная эпиляция больше похожа на пытку. Это подмышки, шея, глубокое бикини, верхняя губа.

— Сколько процедур нужно пройти для достижения видимого результата?

— Процедура лазерной эпиляции является одной из самых высокоэффективных. Результаты видны уже после первой-второй процедуры: количество волос уменьшается, а их структура значительно меняется. Первые три процедуры проводятся с интервалом в две недели, дальнейшие сеансы назначаются по мере отрастания волос. Полный курс эпиляции зависит от индивидуальных особенностей пациента.



www.linline.ru

г. Томск, пр. Ленина, 113,
тел. (3822) 28-35-35

ЛИНЛАЙН
СЕТЬ КЛИНИК ЛАЗЕРНОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

HOME & Design*

СВОБОДА ВЫБОРА

Немецкая компания Rolf Benz одной из первых начала выпускать модульные диваны, открывшие новую эру в создании мягкой мебели по индивидуальному заказу. В модульных диванах от Rolf Benz можно самим выбрать количество и тип модулей, высоту, глубину и ширину сиденья, ножки, подлокотники и обивку, тем самым создав диван, который идеально впишется в любой интерьер и подчеркнет индивидуальность его обладателя.

www.rolf-benz.com/ru_RU/



Официальным представителем
бренда Rolf Benz в Томске является
мебельный салон «SMART»

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

* «ДОМ И ДИЗАЙН»

Ваза Hibiscus, Daum

Подушка Yves Delorme

Зеркало Stella, Koket

МОРЕ ЦВЕТОВ

Розы и пионы, гибискусы и анемоны — цветочный декор полон истинного благородства и радостных надежд.

Светильник Solar Tree, Ross Lovegrove

Комод Spellbound, Koket

Комод Bizzotto

Официальным представителем бренда Bizzotto в Томске является мебельный салон «SMART»

Кресло Bloom Club Chair, Kenneth Cobonpue

Togas Couture Interiors

PELLANNA



Rolf Benz NUVOLA

ROLF BENZ

SMART-Moebel

634050, Томск, Набережная реки Ушайки, 4а, 3 этаж

тел. 007 3822 435 434



AQUA ПРЕСТИЖ
галерея сантехники



«Более 10 лет мы предлагаем нашим клиентам качественную сантехнику. За это время из небольшой сервисной компании мы выросли в специализированный магазин европейской сантехники, отвечающий самым высоким требованиям рынка. За эти годы мы добились многого, но главное наше достижение — доверие наших клиентов, со многими мы сохраняем не только партнерские отношения, но и дружеские. Искренне благодарим каждого, кто доверил нам обустройство своих домов, офисов, и всегда рады новым покупателям и партнерам».

Юрий Чепкасов, директор галереи сантехники «AQUA Престиж»

ВАДИМ АЛАТАРЦЕВ,
директор «Агентства недвижимости Алатарцева»:



Важный показатель для серьезной компании в кризисные времена — это стабильность ее работы и достаточное количество товара в наличии. Цены в галерее «AQUA Престиж» абсолютно адекватные: считаю, что партнерская работа с организацией, которая представляет доставку и гарантии, более выгодна, чем заказы через интернет. Персонал отлично обучен, хорошо знает своих постоянных клиентов, помнит каждый заказ, сделанный ими. Цель сотрудников — не просто продать необходимую вам сантехнику: они предлагают только взвешенные технические решения. Сотрудничая с этой компанией, я уверен, что всегда получу здесь самые выгодные условия.



ЧТО ГОВОРЯТ КЛИЕНТЫ?



АЛЕКСАНДР СМАГИН,
архитектор, руководитель проектно-производственной фирмы «Дизайн-А»:

Я сотрудничал со многими компаниями, но в итоге остановил выбор на «AQUA Престиж», благодаря нескольким важным факторам: квалифицированные специалисты галереи сантехники не только подберут сантехнику, но и помогут в решении сложных инженерных задач. Главное, что в условиях дефицита времени здесь всегда предложат сантехнику в соответствующей стилистике разного ценового сегмента, благодаря чему можно быстрее приступить к работе. Немаловажно еще, что при возникновении сложностей в реализации проекта в галерее могут временно оставить интересующий клиента товар на своем складе. «AQUA Престиж» — наш постоянный и надежный партнер в реализации проектов, который гарантирует своевременное выполнение заказа.





«**МАРИНА КУШКОВА,**
директор студии «АМК-дизайн»:

15 лет нашего сотрудничества доказали профессиональный уровень галереи сантехники «AQUA Престиж». Самое главное здесь — инженерный подход к решению любых задач: все решается в целом. Это и прекрасные предложения по ассортименту (разные стили и цветовая гамма), и рациональный подход, обеспечивающий работу коммуникаций и технические решения. В галерее могут удовлетворить любой уровень потребностей заказчика, найти оптимальный вариант по соотношению цена-качество. Если у людей есть сомнения и вопросы, им обязательно объяснят все детали, расскажут и помогут сделать грамотный выбор.



«**ЛЮДМИЛА ШПЕТЕР,**
главный специалист по ценным бумагам «Томскпромстройбанка»:

С галереей сантехники «AQUA Престиж» очень удобно работать, они отличные профессионалы, обязательно выполнят задание любой сложности. И в случае, когда требуется что-то отремонтировать, тоже приедут без проблем. Ни разу не было такого, чтобы подвели, сделали что-то не вовремя. Я только их рекомендую своим друзьям и знакомым как самых надежных партнеров, которые заинтересованы в сотрудничестве, переживают за результат работы, всегда несут ответственность и за сантехнику, и за монтаж. Есть такое выражение «У них легкая рука» — наверное, его можно отнести ко всем специалистам галереи, которые любое дело делают только так, как сделали бы для себя.

ЧТО ГОВОРЯТ КЛИЕНТЫ?

ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ И ЛАЗЕРНОЙ КОСМЕТОЛОГИИ «ДАМСКИЙ КЛУБ», КАБИНЕТ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ ТОЛЬКО ДЛЯ МУЖЧИН

Мы обращались в галерею сантехники «AQUA Престиж» дважды. Первый раз, когда делали ремонт в помещении «Дамского клуба», и второй, когда занимались оборудованием нового Кабинета эстетической медицины для мужчин. Мы уверены, что сантехническое оборудование от «AQUA Престиж» — это идеальное вложение средств: все сделано надежно, солидно, эстетически привлекательно. Никаких проблем со своевременностью поставки также не было. Большинство клиентов ценят наше внимание к качеству и европейскому уровню оборудования, понимая, что все это — часть заботы о них, их комфорте и безопасности. Надеемся, что и дальнейшее сотрудничество с «AQUA Престиж» будет таким же успешным и приятным.



На фото представлен интерьер центра «Дамский клуб» и Кабинета эстетической медицины для мужчин, сантехническое оборудование для которых было приобретено в галерее сантехники «AQUA Престиж».



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



AQUA ПРЕСТИЖ
галерея сантехники

г. Томск, ул. Никитина, 76
44-77-16, 44-77-17

Небольшая фабрика по производству элегантной мебели для дома, открытая более 60 лет назад, за это время превратилась в крупнейшего производителя мягкой мебели по всей Европе. Диваны, кресла, кушетки, пуфы Koipog можно увидеть в лучших мебельных магазинах всего мира. И такой успех более чем закономерен: следуя современным тенденциям, немецкий бренд имеет свои традиции и принципы, главные из которых: максимальная комфортность и непревзойденное качество.

Немецкое качество и передовые технологии сделали продукцию мебельной фабрики Koipog символом по-настоящему качественной мягкой мебели, которая не просто украсит гостиную или кабинет, а сделает жизнь действительно комфортнее.



Диван Houston с поднимающейся вверх спинкой и регулирующейся глубиной дивана представила компания Koipog среди своих новинок на выставке Imm Cologne 2016 в Кельне.



Мебель для себя



Официальным представителем бренда Koipog в Томске является мебельный салон «SMART»

Причем «максимальная комфортность» в случае с Koipog не просто красивый слоган, а настоящая производственная философия. Так, обладатель нового дивана немецкой марки через определенное время с приятным удивлением обнаруживает, что диван, не теряя своих форм, «подстроился» под него и стал более удобным благодаря своей пластичности. Впрочем, опция «подстроить под себя» есть у большей части диванов и кресел Koipog благодаря встроенным в них механизмам, регулирующим глубину сиденья, наклон спинки и высоту подножки.

Создавая удобную и функциональную мебель, в Koipog трепетно относятся и к ее качеству: для производства используются натуральные и экологически чистые материалы: массив натурального дерева и шпон ценных пород, венецианское стекло, нержавеющая сталь. Обивочными материалами служат элитный дизайнерский текстиль и натуральная кожа.

www.koinor.com/en/

Фитостенки

Вот и пришла долгожданная весна! А вы уже задумались о пересадке растений? Или у вас на это не хватает времени? Может, ваши растения облагораживают офис и за ними некому ухаживать? Компания «ФИТОСТЕНКИ» предлагает любые услуги по уходу за комнатными растениями.

- УХОД ЗА РАСТЕНИЯМИ от 2000 руб. в месяц.
- ПЕРЕСАДКА РАСТЕНИЙ:
 - Маленькое кашпо 350 руб.
 - Среднее кашпо 550 руб.
 - Большое кашпо от 750 до 1000 руб.
- РАЗРАБОТКА ФИТОДИЗАЙНА на компьютере от 1500 руб.
- ПОДБОР РАСТЕНИЙ БЕСПЛАТНО
- При покупке у нас кашпо и растения высадка растений бесплатно
- Первый выезд специалиста на объект бесплатно

Все расходные материалы мы берем на себя (чистоту и порядок гарантируем)

Желающим самим ухаживать за своими мини-садами в квартире, офисе, загородном доме компания «ФИТОСТЕНКИ» советует приобрести уникальные немецкие цветочные кашпо **LECHUZA**. Эти «умные горшки» оснащены современными технологиями автополива, которые позаботятся о цветах вместо вас. **LECHUZA** оправдает все ожидания: цветы будут долго восхищать своей свежестью и радовать глаз, эффектно подчеркивая интерьер.



УЛ. АЛТАЙСКАЯ, 10, МАГАЗИН «ИДЕЯ РЕМОНТА», ТЕЛ. 93-57-41

www.fitostenki.tomsk.ru vk.com/id134265541 www.facebook.com/fitostenki.tomsk.ru



Обои Carl Robinson



Обои A.S. Creation Versace2

Элитные коллекции — это целое искусство, в котором очень тонко взаимодействуют самые главные критерии: палитра основы, изображение и гармония цветов.



Обои Carl Robinson с элементами Swarovski



Обои Carl Robinson с элементами Swarovski



Обои Carl Robinson

Эффектная комбинация

Элитные дизайнерские обои можно охарактеризовать как высокохудожественные полотна, которые способны не просто вызвать восхищение и восторг, но и стать главной достопримечательностью дома.

Как правило, дизайн, качество и цветовое решение таких обоев не только служат прекрасным фоном для мебели или элементов декора, но вполне могут сами продиктовать выбор всех других деталей интерьера.



Обои Carl Robinson



Обои Carl Robinson

Безупречное качество — это гарантия элитных обоев. В их производстве используются лучшие основы, компоненты и краски. В качестве чистового покрытия применяются составы, устойчивые к выгоранию.



Обои Carl Robinson



Обои Carl Robinson

Элитные обои не выпускаются в промышленных масштабах, и именно этим они и ценятся — индивидуальной уникальностью.

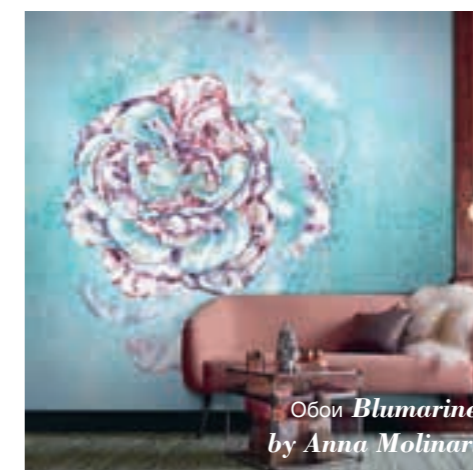
Галерея Обоев

г. Томск, ул. К. Маркса, 3,
тел. 51-49-09, 51-49-49,
www.oboi.tomsk.ru

Новые технологии позволили создать эксклюзивные покрытия с невероятными эффектами, что значительно расширило возможности декорирования стен, благодаря многообразию богатых фактур и элементов, имитирующих различные материалы, а также выбор расцветок и орнаментов. При этом спектр используемых материалов и вариантов для верхнего слоя практически не ограничен: шелковая текстура, элементы Swarovski, рельефные текстильные аппликации, обои с классическими флористическими орнаментами, пати-

нированные красками металлик, с золотыми и серебряными нитями и переливающимися фактурными фонами под кожу или шелк.

Редкие по красоте и качеству обои поражают презентабельным видом, возможностью осуществлять самые невероятные задумки. Подобные покрытия не надоедают, не угнетают эффектом привыкания. Для эксклюзивных обоев характерно идеальное вхождение в интерьер как элемента, с которым будет выигрышно сохранен созданный визуальный комфорт, восхитительная цветовая гармония.



Обои Blumarine by Anna Molinari



Обои Carl Robinson



Люстра **Arte Lamp**, 22 000 руб.
17 600 руб.



Люстра **Arte Lamp**, 14 600 руб.
11 680 руб.

Люстра **Arte Lamp**, 23 320 руб.
18 656 руб.

Королева освещения

Люстры могут быть различных размеров, форм, стоимости, но всегда были, есть и будут законодателями атмосферы в помещении, главным источником света в каждом доме. И кроме функции освещения, они, конечно же, играют роль украшения, символизируют торжественность интерьера, недаром слово люстра произошло от французского «lustre», что означает «кристалл». В наше время лидером в сфере дизайна этих осветительных приборов является Италия. Именно здесь создаются лучшие образцы изысканного совершенства, которое рождается в союзе стекла или хрусталя с металлом.



Люстра **Arte Lamp**, 16 720 руб.
13 376 руб.



Люстра **Arte Lamp**, 18 660 руб.
14 928 руб.



Люстра **Arte Lamp**, 14 940 руб.
11 928 руб.



Люстра **Arte Lamp**, 16 990 руб.
13 592 руб.

СВЕТОМАРКЕТ

ул. Лермонтова, 32,
тел.: 53-45-65, 52-81-09,
www.tomsnab.ru



Эстетика света

Итальянские светильники и люстры **Arte Lamp**, являющиеся настоящими произведениями искусства, чаще всего выбирают обладатели тонкого вкуса, те, кто ценит внешнее совершенство, уникальный дизайн, солидность, весомость, основательность. Безупречный стиль и роскошная отделка светотехники **Arte Lamp** подчеркнут деловой стиль в офисе, поставят эlegantный акцент в гостиной, создадут мягкий свет в спальне, станут ярким арт-объектом современного лофта.

СВЕТОМАРКЕТ

ул. Лермонтова, 32,
тел.: 53-45-65, 52-81-09,
www.tomsnab.ru

Скидка 20%
на люстры Arte Lamp



Записаться на просмотр участков и задать вопросы можно по тел. 99-40-42



Дом в сезон

Строительство дома состоит из множества этапов. Но любым практическим действиям по его возведению обязательно будет предшествовать поиск земельного участка — дело нелегкое и небыстрое.

Для большинства желающих построить загородный коттедж сегодня очень важно наличие в нем бытовых удобств, а найти участок недалеко от Томска с возможностью подведения необходимых коммуникаций, с комфортными подъездными путями, с развитой инфраструктурой очень сложно.

Компания «ECOTERMGROUP» предлагает на выбор один из восьми закреплённых за ней земельных участков в популярном коттеджном поселке Слобода Вольная, расположенном в 20 минутах езды от города. Силами компании там будут возведены современные дома из сип-панелей.

Среди вариантов земельных участков:

- 3 участка по 8 соток, 3 участка

по 10 соток, 1 участок — 9,2 сотки, 1 участок — 12 соток.

Цена одной сотки составляет 100 тысяч рублей.

Привлекательность и выгода данного предложения заключается в том, что покупатели полностью освобождаются от сложностей с поиском и выбором участка, оформлением, получением разрешительной документации.

Только «ECOTERMGROUP» обладает правами на данные участки. Лишь компания вправе давать клиентам свои гарантии, определять зону ответственности и разрешать все возникающие ситуации.

Акция I

Первый взнос для резервирования участка — всего 50 тысяч рублей. Этого будет достаточно для того, чтобы начать работу по проектированию здания на выбранном участке. Остальные деньги можно будет внести частями — «ECOTERMGROUP» дает рассрочку до конца 2016 года.

В стоимость участка **УЖЕ** входит стоимость подведения всех коммуникаций, необходимых для дальнейшего комфортного проживания и эксплуатации дома: электричество, вода, газ.

Акция II

Раннее оформление — это несомненная выгода. Каждый месяц стоимость проектирования по дому увеличивается. До конца апреля цена составляет 500 руб. на 1 кв. м, в мае достигнет 700 руб. и сохранится до конца года.

Готовый проект от компании «ECOTERMGROUP» полностью будет соответствовать всем пожеланиям заказчика, в процессе работы над ним можно отрегулировать смету, помочь решить вопросы инженерных сетей, выбора строительных и отделочных материалов. Вся работа делается специалистами компании без привлечения сторонних организаций.

Помощь в решении финансовых вопросов

• Компания «ECOTERMGROUP» аккредитована в Сбербанке России*, где можно получить кредит на комплексное строительство.

• Установленная в офисе онлайн-программа Сбербанка России позволит специалистам «ECOTERMGROUP» дать клиентам быстрый ответ о воз-

можности предоставления кредита на строительство дома в рамках программы кредитования. О положительном/отрицательном ответе на запрос, всех расчетах, суммах ежемесячных платежей, сроках погашения на основании процентной ставки (от 13 до 15 %) они смогут узнать непосредственно в офисе компании в течение 40 минут. Если потенциальный покупатель не имеет возможности посетить офис лично, ему будет достаточно сделать телефонный звонок, и все вопросы будут решены дистанционно. Данная услуга избавит клиентов от временных затрат, поисков банка, бумажной волокиты и прочих неудобств. При положительном ответе Сбербанка нужно прийти туда с документами только на стадию оформления займа.

- Рассрочка на сумму от 300 000 руб. на три месяца.
- Работает материнский капитал: на время строительства дается рассрочка,



сам капитал забирается только при сдаче дома.

Мечты сбываются

Если вы хотите построить дом завтра, то завтра по нему работа и начинается! И здесь все идет по четко прописанному плану, которому в ком-

пании «ECOTERMGROUP» следуют неукоснительно.

Уже через 6 месяцев после подписания Договора о намерении, который подразумевает оформление земельного участка, и Договора на проектирование клиент становится хозяином собственного дома с земельным участком.

Из стоимости 30 тысяч руб. за 1 кв. м 13 тысяч идет на внешнюю и внутреннюю отделку (выше 30 тысяч руб. цена будет только при использовании более дорогих материалов).

Если на стадии проектирования был допущен финансовый просчет — стоимость дома для заказчика остается прежней.

Это будет завтра

В самых ближайших планах «ECOTERMGROUP» — строительство на одном участке дома на две семьи. Это будет идеальное предложение: в таком случае участок обойдется **ВСЕГО** в 400 тысяч рублей.

ПРОСТОЙ РАСЧЕТ

Одно из популярных мнений о проживании в частном доме — это высокая стоимость коммунальных услуг. Действительно, содержание каменного дома, например, удовольствие не из дешевых. Но поскольку речь идет о домах из сип-панелей, здесь начинают действовать совсем другие законы и правила.

Расход на электричество по СНИПу :

- 100 Вт. на 1 кв. м при стандартном радиаторном отоплении.
- 70 Вт. на 1 кв. м при применении теплых низкотемпературных полов, которые делаются в «канадских» домах.
- 40-50 Вт. на 1 кв. м при установке вентиляции (рекупираторов), с помощью которых возвращается тепло, выходящее в воздух (снижение расходов ровно в 2 раза).
- Экономия составляет порядка 10 квт. тепловой энергии — примерно 18 руб. в час, за месяц сумма сэкономленных платежей составит примерно 13 тысяч руб. На большой площади это еще более ощутимо.

Дом из сип-панелей по сути можно назвать одним большим теплоаккумулятором, и никак не «термосом».

Обслуживание сип-дома в разы дешевле.

Примерные расходы на содержание дома S 120 кв. м:

- газ — 1 400 руб.
- вода — 250 руб.
- электричество — 500 руб.
- Итого: ориентируемся на сумму около 2 500 руб.

ЭКОТЕРМСИП

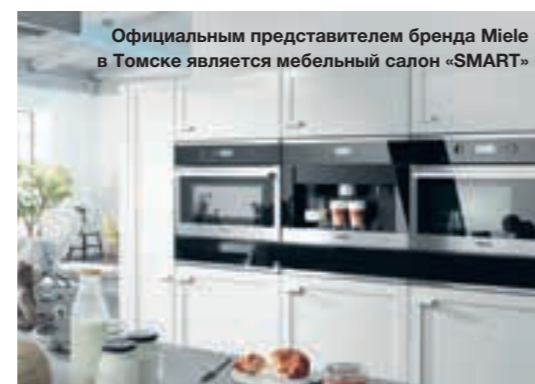
Завод по производству готовых домокомплектов,
ул. Кулева, 12, оф. 36,
тел. 99-40-42,
ecothermsip.ru



СТИЛЬ В ДЕТАЛЯХ

Смелый дизайн и стильные детали, среди которых — стеклянные панели с интегрированными в них элементами управления, — делают линию кухонной техники ContourLine серии Generation 6 000 от компании Miele яркой, узнаваемой и при этом идеально подходящей к интерьеру классических кухонь. Особый акцент создается благодаря использованию в моделях линии нержавеющей стали. Специальное покрытие CleanSteel позволяет стальным деталям оставаться чистыми и сияющими — на нем не остается даже следов от пальцев, при этом оно легко очищается.

www.miele.ru



Официальным представителем бренда Miele в Томске является мебельный салон «SMART»

В ПЛЕНУ КРАСОТЫ

Шелк, кружево, бархат, необработанный лен и инновационные ткани с 3D эффектом — новая коллекция Elemental от Togas Couture Interiors как будто воплощает собой красоту природы. Цвета и текстуры коллекции призваны наполнить пространство легкостью и светом, внося атмосферу умиротворения и гармонии. Нежные оттенки, среди которых персиковый, нежно-сиреневый, бежево-нюдовые тона, обыгрываются воздушными текстурами и многослойностью. Сложные техники пошива, такие как плиссировка, алмазная стежка, переплетение и ручная драпировка, добавляют коллекции изысканности.

www.togasinterior.com



МЕБЕЛЬ ДЛЯ ЖИЗНИ

Мебель, украшающая пространство и при этом делающая жизнь ее обладателей комфортнее, — универсальные кресла из серии Easy Relax крупнейшего итальянского производителя мебели Natuzzi (коллекция Natuzzi Editions) справляются с обеими этими задачами «на отлично». Более чем удобные, эти кресла обеспечивают полное расслабление за счет отдельных механизмов, установленных в спинке и подставке для ног. Представленные в двух вариантах обивки — кожаной и тканевой, они гармонично впишутся в любой интерьер.

www.natuzzieditions.ru



МЯГКОСТЬ ОБЛАКОВ

Дизайнер ковров Ян Кат получил мировую известность буквально с самой первой своей коллекции «Стертая классика», в которой классические узоры итальянских настенных драпировок и орнамент традиционных восточных ковров как будто стираются. На этот раз он также остался верен своей страсти к соединению культур, традиций и узоров, объединив две коллекции дизайнерских ковров Ferraга и Cloud. Узоры в виде дымчатых облаков в пастельных тонах как будто приглашают оценить необычайную мягкость ковров, созданных вручную из натуральных материалов — шерсти тибетской овцы, китайского шелка, волокон крапивы. www.koverbuho.ru

FUN & Toys*

РОСКОШЬ НА БЕРЕГУ ЧЕРНОГО МОРЯ

Swissôtel Resort Сочи Камелия появился на месте прославленного пансионата «Интурист». В отеле 5* европейского уровня, расположенном в уникальном природном парке, — 203 номера, в том числе люксы, двухуровневые номера и президентские апартаменты. Самый большой в городе песчаный пляж, великолепный вид на море, спа, рестораны, детский клуб, открытый бассейн с подогреваемой водой... в отеле есть все для незабываемого отдыха в самом центре черноморского курорта.

www.swissotel.com/sochi-kamelia



* «РАЗВЛЕЧЕНИЯ»

Два шефа — уникальный бренд Томска

Говорят, двух хозяев на кухне не бывает, а вот шеф-повара ресторана «Two Chefs» Сергей Шевчук и Иван Калиниченко доказали обратное, превратив в особый вид искусства свое сотрудничество, в результате которого на свет может появиться подлинный гурманский шедевр.

Противоположности, как известно, притягиваются, так и Иван с Сергеем, люди совершенно разные, на площадке ресторана «Two Chefs» создали настоящий творческий тандем. Рассказывая о новых успехах, шеф-повара гармонично дополняют друг друга.

— **Расскажите, как вы планируете изменить концепцию обновленного ресторана?**

Сергей: Мы хотим создать европейскую кухню с брутальным сибирским уклоном. Но просто механически переносить к нам европейское меню мы не стали, поскольку набор продуктов на Западе несколько иной. Предпочли адаптировать европейскую кухню под сибирские условия и добавить в блюда наш колорит.

Иван: У нас будут сезонные предложения, постное меню и много других интересных новинок. Но чем сто раз услышать, лучше один раз увидеть — и

попробовать. Так что приходите к нам, и сами все узнаете!

Сергей: Качеству продуктов у нас уделяется огромное внимание, и, конечно же, мы никогда не забываем про вкус — это и есть самое важное! Чтобы предложить нашим гостям не просто еду, а настоящее произведение искусства, мы должны уметь играть с нюансами, не только отлично готовить, но творить!

— **А какую кухню считаете самой лучшей сами?**

Сергей: Я считаю, что это домашняя. (Улыбается.) Готовить дома, в своей обстановке, рядом крутится ребенок... Это же здорово — собрать из продуктов, которые остались в холодильнике, иногда практически из ничего — все!

Иван: А у меня нет любимой кухни. Но мне в работе очень помогает зарубежный опыт: когда мне было 14 лет, получилось, что я переехал в Испанию и поступил в Барселоне в кулинарную школу. Потом работал еще в нескольких ресторанах, много путешествовал, узнавал о разных кулинарных направлениях... Так появилась возможность объединять разные кухни, создавать свои, необычные блюда. Я просто сам люблю есть и обожаю готовить. Еще больше люблю импровизировать: допустим, дыня с кальмарами или пармской ветчиной, тыквенный джем с сыром. Можно даже придумать банановые помидоры. (Смеются оба.)

— **Что вдохновляет на создание новых блюд?**

Иван: Все зависит от ситуации: порой вдохновляет спор с Сергеем, иногда интересное сочетание продуктов приснится. Просыпаешься и думаешь: почему бы не попробовать. Иногда сложно что-то новое изобрести, иногда выстреливает: может, магнитные бури влияют, может, от недоедания... (Смеется.) Шутки шутками, но в разговорах рождается истина.

Сергей: Иногда нужных для интересной работы продуктов нет, и надо додумываться, чем можно заменить импортный аналог в наших сибирских условиях. Я лучше ориентируюсь в том, что есть на нашем рынке, и поэтому в спорах по обоюдному согласию мы и приходим к нужному решению. (Улыбается.)

— **Часто ли сталкиваетесь с экстремальными ситуациями на кухне?**

Иван: Каждые три минуты! Или даже каждые 30 секунд. Нагрузка огромная — и не только физическая, но и эмоциональная. Работа повара состоит из экстремальных ситуаций. Очень редко бываю спокойные дни.

Сергей: Экстрим ежеминутный. Дни никогда не похожи друг на друга. Но знаете, ведь среди нормальных людей поваров и не бывает, поэтому мы, наверное, и выбрали для себя эту профессию.



Ресторан «Two Chefs»,
ул. Набережная реки Ушайки, 16,
тел. 995-996,
instagram: @two_chefs_tomsk



Слева: Иван Калиниченко,
шеф-повар ресторана «Two chefs»
Справа: Сергей Шевчук,
шеф-повар ресторана «Two chefs»

Предпочли **АДАПТИРОВАТЬ**
ЕВРОПЕЙСКУЮ кухню под
СИБИРСКИЕ условия и добавить
в блюда наш **КОЛОРИТ**.

Открытие

Галерея «Орнамент»

В марте в нашем городе открылась уникальная галерея «ОРНАМЕНТ». Именно здесь собраны все возможные авторские произведения прикладного и ремесленного искусства, которые томские мастера изготавливают исключительно вручную.

Цель проекта «ОРНАМЕНТ» — подержать лучших местных художников и познакомить жителей города, а также его многочисленных гостей с их потрясающими авторскими работами.

В галерее можно не только созерцать их изделия, но и приобрести все вещи, которые вам покажутся интересными в качестве предметов интерьера, элементов гардероба, объектов для вашей личной арт-коллекции или подарков друзьям. Руководитель галереи Софья Кугавская, будучи по образованию химиком-технологом и специалистом по керамике, много лет проработала на Богашевском заводе художественной керамики живописцем майоликовых изделий. Сегодня Софья с радостью продолжает заниматься прикладным творчеством в области керамики, а ее работы — частые «гости» на выставках в нашей стране и за рубежом. Кроме того, что сама Софья — изумительный художник-керамист с тонким вкусом, у нее есть дар интуитивно находить на просторах Томска и области «братьев-сестер по разуму» — талантливых мастеров прикладных видов искусства — и заводить с ними прочные дружеские отношения. В лице Софьи художники видят личность, глубоко заинтересованную в их творчестве, любящую различные техники и жанры, в которых они работают. Благодаря ей в «ОРНАМЕНТЕ» представлены: керамические изделия (ручной лепки, расписные, обварные, глазурованные), украшения (серебро и другие металлы в сочетании с натуральными камнями), картины и необычные скульптуры из дерева, изделия из тонкого

войлока (платя, кардиганы, аксессуары), авторские сумки и куклы, одежда и платки из расписанного вручную шелка, стекло и фьюзинг (бижутерия, посуда, витражи), текстиль для дома (покрывала, подушки, скатерти) и многое другое. Имена некоторых художников, работы которых вы сможете встретить в галерее, уже хорошо известны, а кто-то из мастеров только начинает свой путь. Но без сомнений, здесь вас ждут исключительно авторские вещи высокого уровня исполнения.

Название галереи — «ОРНАМЕНТ» — выбрано не случайно. В переводе с латыни это слово означает «украшение, узор», а сам орнамент считается самым древним из всех видов изобразительного искусства. Именно в орнаменте отражается мудрость того или иного народа: в повторяющихся завитках, точках, линиях, геометрических элементах и тех фигурах, которые напоминают людей, птиц и жи-

Именно в ОРНАМЕНТЕ отражается МУДРОСТЬ того или иного НАРОДА: в повторяющихся завитках, точках, линиях, геометрических ЭЛЕМЕНТАХ...

вотных, были зашифрованы представления людей об устройстве мироздания и их первые попытки воздействовать на окружающий мир через систему магических знаков. На языке символов в старинных орнаментальных композициях далекие предки общаются со своими потомками. Проект «ОРНАМЕНТ» поможет установить связь времен благодаря представленным в галерее работам, сделанным мастерами и художниками вручную по традиционным технологиям. Ведь многие из нас, путешествуя по разным странам и регионам планеты, упорно ищут там аутентичные вещи ручной работы, отражающие суть той самой этнокультуры, ее эстетические коды и душу народного творчества. Привозя домой такие из-



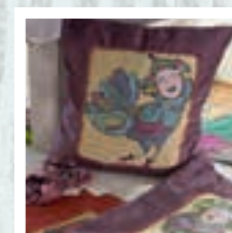
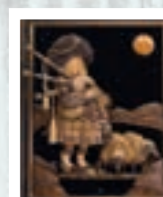
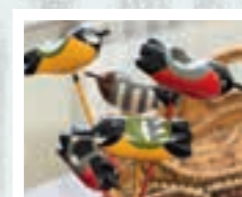
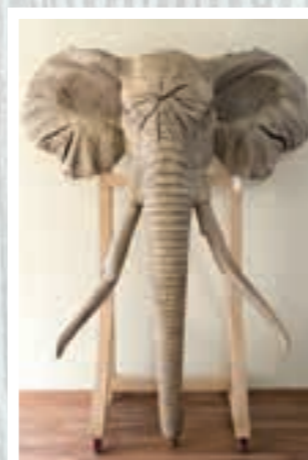
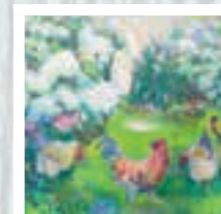
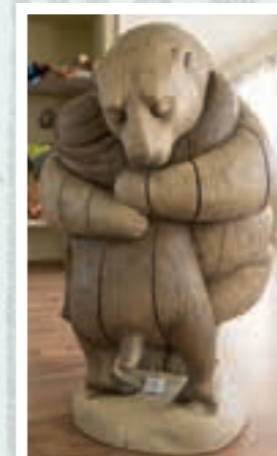
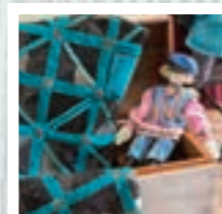
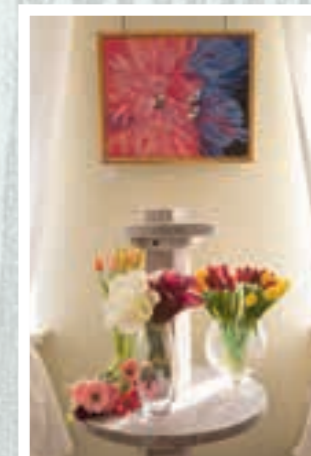
Софья Кугавская

делия — ткани, керамику, украшения, интерьерные аксессуары — мы хотим наполнить свой маленький мир частичками других, не похожих на нас вселенных. Поэтому проект «ОРНАМЕНТ» ставит

перед собой задачу — помочь ремеслам и прикладным искусствам Томска и области стать визитной карточкой нашего региона. А больше всего нам бы хотелось, чтобы мы сами не забывали о прекрасных местных мастерах, почитая за честь приобрести какие-то их работы, чтобы наполнить нашу жизнь теплой и позитивной энергетикой сибирских художников.



Галерея «Орнамент»,
ул. Набережная р. Ушайки, 4 а,
тел. 52-62-92



УЛ. НАБЕРЕЖНОЙ РЕКИ УШАЙКИ, 4А
3 этаж, тел. 52-62-92

МИФ

Несколько мифов о гостинице «Октябрьская», которые можно с легкостью развенчать

Гостиница «Октябрьская» благодаря своему названию ассоциируется с обслуживанием и интерьером советского периода.

Мы давно уже опровергли этот миф. Сегодня гостиница «Октябрьская» — это один из настоящих брендов города, которые определяют его современное лицо. Безусловно, построена она была еще в 80-е годы, но от инфраструктуры и «совковости» тех лет не сохранилось практически ничего, зато остались традиции сибирского гостеприимства. В гостинице проведена капитальная реконструкция в соответствии с требованиями времени, предъявляемыми к 3-звездочным отелям. Сегодняшний контингент «Октябрьской» — бизнесмены, представители политической элиты, зарубежные туристы. Согласитесь, это говорит о многом.

3* — это очень низкий уровень сервиса.

Это абсолютно неверное мнение. Наши номера приятно порадуют красотой и уютом даже самого взыскательного гостя. К услугам наших гостей: квалифицированный персонал, сауна, уютное кафе, удобная парковка, полная гарантия безопасности, возможность наслаждаться полной тишиной и покоем. Гостиница «Октябрьская» не уступает гостиницам высшего класса по своему уровню. Демократичная стоимость услуг наряду с высоким качеством обслуживания делают ее отличным выбором для гостей.



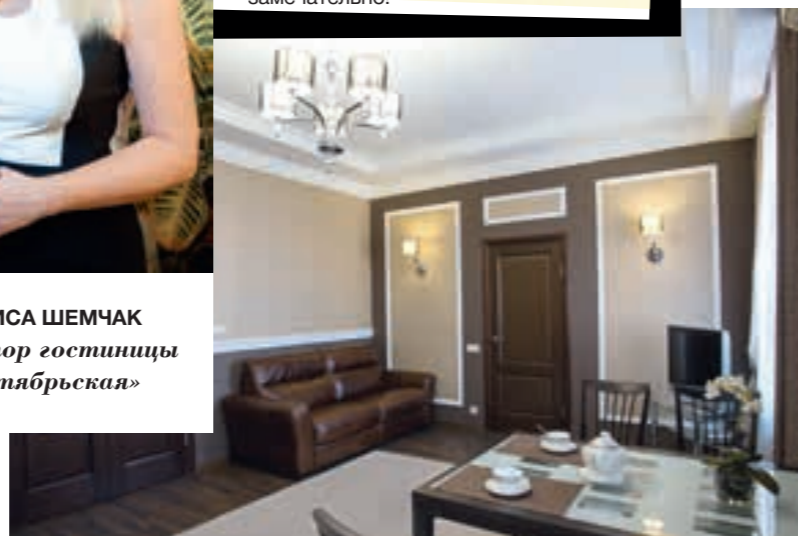
ЛАРИСА ШЕМЧАК
директор гостиницы «Октябрьская»

ЧТО ЕЩЕ НУЖНО ЗНАТЬ О ГОСТИНИЦЕ

● В «Октябрьской» можно жить в номере по соседству с самыми настоящими звездами. Действительно, нашу гостиницу предпочитают многие популярные исполнители и артисты. У нас останавливаются Валерий Леонтьев, Иван Охлобыстин, Петр Дранга, Патрисия Каас и многие другие. Причины, по которым нас выбирают звезды, — это удобство и комфорт наших номеров, полная гарантия безопасности и защищенности от нежелательных визитов, тактичное поведение и профессионализм обслуживающего персонала. Думаю, нашим гостям приятно ощущать себя соседями с такими известными личностями.

● Гостиница «Октябрьская» имеет самое лучшее местоположение в городе.

Да: наше расположение одно из лучших в Томске. Великолепный вид на Томь с одной стороны гостиницы, а с другой — панорамный вид на город, на Кафедральный собор. Идеальным местом для гостей «Октябрьскую» делают транспортная доступность и близость всех культурно-деловых мест города. Всегда ощущать в номере тишину и покой — просто замечательно!



г. Томск, ул. Карла Маркса, 12,
тел. (3822) 51-21-51, факс (3822) 51-44-42,
www.october.tomsk.gov.ru

НЕЗАВИСИМО ОТ КАТЕГОРИИ НОМЕРА И ЕГО ЦЕНЫ ВЫ ГАРАНТИРОВАННО ПОЛУЧАЕТЕ КОМФОРТ, ЧИСТОТУ, БЕЗОПАСНОСТЬ И ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ ПЕРСОНАЛА

В мире книг



«Чтение художественной литературы, чтение для удовольствия является одной из самых важных вещей в жизни человека... Простейший способ гарантировано вырастить грамотных детей — это научить их читать и показать, что чтение — это приятное развлечение... Найдите книги, которые им нравятся, дайте им доступ к этим книгам и позвольте им прочесть их».

Нил Гейман, английский писатель-фантаст

В нашем мире нет ничего случайного: так распорядились природа и история человечества. А для чего, если мы не говорим о получении конкретной информации, создано чтение? У художественной литературы есть два главных назначения. Во-первых, она открывает нам зависимость от чтения, когда не терпится узнать, что же будет дальше, когда страница переворачивается только потому, что кто-то попал в беду, и нужно узнать, чем это все кончится... В процессе чтения так же способны рождаться чувства, как и в реальной жизни. Постоянно двигаться вперед — это наслаждение, и тот, кто способен осознать это, станет читателем-хроником». Это — уже навсегда.

Другая важная вещь, которую делает с нами художественная литература, — она порождает эмпатию. Телепередачи и фильмы — это возможность посмотреть на события в жизни чужих людей. Текст книги, которую вы читаете, — это что-то, что создано из 33 букв и знаков препинания, и только читатель, независимо от своего возраста, используя свое воображение, создает мир, населяет его и смотрит вокруг чужими глазами. Он чувствует вещи, посещает места и вселенные, о которых никогда мог бы не узнать. Оказывается, то, что за гранью нашего осознания себя, как личности, — это тоже мы. Получая уникальный шанс стать ненадолго другими, мы с каждым разом становимся взрослее и мудрее, даже за один-два дня! И это здорово! Способность к сопереживанию способна собрать людей вместе, научить поддерживать друг друга. Очень важно и понимание того, что нашу жизнь можно изменить. Книжки показывают нам совершенно другой мир: тот, который родился в наших фантазиях, или реальный, но в котором еще не удалось побывать. И если вам кажется, что придуманный чем-то лучше, то наше недовольство обязательно сможет изменить и улучшить наш собственный, сделать его совершеннее.

Как найти самого лучшего автора для детей? Доверьтесь самим детям: если дети хотят читать, они с удовольствием будут искать все книги любимого автора. Иногда взрослым кажется, что текст произведения примитивен, а сюжет избит. Но это только для нас! Ведь дети открывают книгу для себя впервые. Не отталкивайте детей от чтения лишь потому, что вам кажется, будто они читают неправильные вещи. Приучайте ребенка пользоваться библиотеками, чаще ходите с ним в книжный магазин, позволяя делать собственный выбор, дарите ему книги — пусть он понимает, что они действительно самый лучший и ценный подарок. Сами читайте больше — вы авторитет для ребенка, пока он еще маленький, и образ отца или матери с книгой в руке он впитает навсегда. Читайте вслух нашим детям, говорите на разные голоса, заинтересовывайте их, делайте чтение вслух моментом единения, временем, когда никто не смотрит в телефоны, когда соблазны мира отложены в сторону.

Однажды Альберта Эйнштейна спросили, как мы можем сделать наших детей умнее. Его ответ был простым и мудрым. Если вы хотите, чтобы ваши дети были умны, сказал он, читайте им сказки. Если вы хотите, чтобы они были еще умнее, читайте им еще больше сказок. Он понимал ценность чтения и воображения. Давайте попробуем и мы сохранить для наших детей мир чтения, воображения и самых разных эмоций!



ул. Усова, 37 ☎ 8-961-888-37-37
UMKA_KNIGA umka_kniga





Удиви себя фантазией

В наше время еда стала одним из элементов получения удовольствия. И каждый выбирает еду по своему вкусу: кому-то больше нравятся стейки с кровью, кому-то — суши и роллы, кому-то вполне подойдет пицца, кому-то — простая жареная картошка с салом. Вкусно поесть хотят все, и не надо в этом себя обманывать.

Но что делать, если вкусы у всех разные, и найти или приготовить блюдо только для себя любимого зачастую бывает проблематично даже в домашних условиях, не говоря уже о бизнес-ланчах в городских кафе и ресторанах.

Стандартные «цезари», котлеты и картофельное пюре — это тоже выход из «голодной» ситуации, но... Есть теперь в Томске и еще один вариант, опробованный автором этого текста в самом прямом смысле этого слова.

«MushRooms». Вдаваться в семантику названия недавно открытого в Томске гастрономического паба не будем, ибо здесь все просто — в нем можно вкусно

поесть. Причем поесть именно на свой вкус — уж простите за тавтологию. В «MushRooms» совершенно иной подход к созданию блюд — вы можете выбрать все их составляющие самостоятельно.

— Принцип нашего заведения — заказ-конструктор. Гость сам «заполняет» свою тарелку, исходя из предложенных ингредиентов, — рассказывает Руслан Кастуев, управляющий паба. — Ничего лишнего. Официант, конечно, принимает такой заказ несколько дольше, чем в обычных ресторанах, поскольку уточняет все нюансы. А вот готовим мы даже быстрее, чем во многих других заведениях. Клиенты не должны ждать, они пришли отдохнуть, вкусно поесть и не хотят терять время. Создавать блюда быстро, при этом сохраняя их высокое качество,



— один из основных принципов нашей работы. Посетитель может выбрать для себя хоть 15 ингредиентов — это не значит, что мы будем готовить для него полтора часа, нет: все будет подано через 15-20 минут. Помимо «сборных» блюд, в меню есть, конечно же, и «готовые» позиции. Пока еще не все наши гости готовы увидеть себя в роли «главного конструктора». Но, как только они понимают суть такого предложения — человека не остановить!

Простой пример — шипящие сковородки. В списке ингредиентов — порядка тридцати позиций, не считая обилия соусов. Естественно — несколько видов грибов: от боровиков до шампиньонов и шиитаке, плюс к этому — всевозможные овощи, корнеплоды, естественно — мясо и так далее. В итоге получается именно то, что вам и хотелось: лично я остался очень доволен и сыт. А всего-то — чуть-чуть картошки, чуть-чуть баклажанов, курица, белые грибы, сметанный соус с аджикой... И полная сковородка удовольствия!

По словам шеф-повара гастрономического паба Артема Лейба, такой подход к приготовлению еды неслучаен: ведь на самом деле некоторые из нас не

переносят, к примеру, кинзу, а некоторые готовы за нее на все!.. И у томича, зашедшего в гастрономический паб «MushRooms», есть возможность выбора. Причем не только по составу, но и по способу приготовления.

— Изначально мы предполагали, что будем готовить все на гриле, но затем поняли, что этого не достаточно, — говорит Артем. — Так появились «шипящие сковородки». Но останавливаться на этом мы не собираемся и готовы приготовить любое блюдо — вареное, пареное и так далее. Сейчас в нашем меню достаточно много ингредиентов для того, чтобы приготовить блюдо практически на любой вкус, но мы собираемся и этот список расширить — пределов для совершенства нет!

Но конструктор конструктором, а как же «кубики»? Здесь их достаточно. Стейки из телятины, курицы, корейки барана, индейки, свинины, куриные крылышки и свиные ушки, цыпленок табака и креветки на гриле, стейк из кальмара и семги, перепел и свиная рулька... Огромный ассортимент овощей, грибов и фруктов на гриле... Салатные миксы... Широчайший выбор соусов собственного производства... Уф-ф-ф... И впереди еще расширение позиций. Ну как перед этим устоять?!

Разнообразие в меню — это безусловный плюс любого паба, кафе или ресторана. В «MushRooms» вы, помимо самостоятельно собранной вкуснятины, сможете также попробовать и необычные напитки. К примеру — лимонад из грейпфрута с бузиной. Интересно? И будьте уверены, что таких эксклюзивных позиций, которые можно будет составлять по своему усмотрению, в меню вы найдете



те достаточно. Например, почему бы не попробовать коктейль из брусничного морса с мятой, разбавленного настойкой из шиповника и долькой лимона? Честное слово, рецепт придумал сам, но еще не пробовал. В следующий раз оценю.

Еще один плюс «MushRooms» — это два вида обслуживания: основное меню и линия раздачи, действующая в дневное время, с 11.00 до 18.00. Там вы получите блюда в считанные минуты. Ассортимент блюд — лазаньи, овощи-гриль, крем-супы и прочие необычности — начисто изменит ваше представление о таком понятии, как линия раздачи. Все это сделано сугубо для экономии времени гостя в «MushRooms».

В послеобеденное время — с 15.00 до 18.00 — вы сможете попробовать все эти вкусности с ощутимой скидкой — от 10 до 20 %, в зависимости от времени вашего визита в гастрономический паб. И тогда полноценный обед обойдется вам всего лишь в 150-200 рублей.

Кстати о музыке и обстановке. В «MushRooms» — несколько залов, включая три гостевые, кальянную, бильярдную, кальянную при бильярдной. Все они при кажущейся обособленности составляют единое целое. Есть большой зал — для больших компаний, есть поменьше — для ужина на двоих, есть бильярдная с 12-футовым столом и небольшим зальчиком для тех, кто предпочитает смотреть, а не играть... Одним словом, тут не обойдешься, да и одной фразой тоже, но: зайдя в этот паб, вы поймете, что вы здесь — желанный гость. Никакой назойливости, никакого официоза, это место создано для общения.

Возвращаясь к музыке: в каждом из залов есть телевизоры. И звуковое сопровождение — на очень душевном уровне. Ни тебе хит-парадов, ни многословных ди-джейев — только музыка. Не громкая и не тихая, а именно такая, которая позволяет чувствовать себя по-домашнему уютно.

Лично я побывал в этом пабе пару раз, и каждый из них был разным, но одинаково вкусным и симпатичным. Там нет суеты, но и официанта с заказом ждать 30-40 минут не придется. Все очень просто, понятно, душевно и вкусно.

Среди услуг «MushRooms» есть еще интересные предложения: вы можете заказать выездной фуршет, праздничный стол на дом с выездом персонального повара по ценам паба.

Подводя итог первого знакомства с этим действительно гастрономическим пабом, могу сказать однозначно: это настоящая «грибная поляна». Это место, о котором пока еще знают немногие, и стоит «застолбить» столик и получить удовольствие от вечера. Просто захватите с собой аппетит и фантазию — она вам пригодится.

MushRooms
— ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ПАБ —

Гастрономический паб «MushRooms»,
Московский тракт, 37, тел. 60-93-63
Instagram: pub_mushrooms
vk.com/pub_mushrooms
Facebook Гастронаб mushrooms

ПЛЯЖ ПЛЮС КВЕСТ
О. КРИТ, ГРЕЦИЯ

Попробовать себя в роли гениального сыщика или неуловимого преступника предлагает своим гостям греческий отель OUT OF THE BLUE Capsis Elite Resort. В этом сезоне здесь появятся три площадки для захватывающих квестов, рассчитанных на команды от 2 до 6 человек. Чтобы выбраться из замкнутого пространства, команда должна отыскать все ключи и подсказки и решить непростые головоломки. А потом обсудить игру за коктейлем на берегу моря, вспомнив смешные моменты и неожиданные озарения, — вот формула отличных летних каникул!



Кто куда...

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

Fun&Toys МАЛЬДИВЫ Fun&Toys ГРЕЦИЯ Fun&Toys ИНДОНЕЗИЯ Fun&Toys ЛАТВИЯ Fun&Toys РОССИЯ

КАК ДОКТОР ПРОПИСАЛ
АЙЗНУТ, ЛАТВИЯ

Скорректировать вес по системе Дюкана под кураторством самого доктора Дюкана теперь можно в латвийском центре Vitality. Пациенты смогут общаться с Пьером Дюканом во время телеконференций, а раз в месяц доктор будет посещать Центр лично. Пьера Дюкана впечатлили не только лечебные возможности центра. «Большая конюшня породистых лошадей, привезенных владельцем-французом из разных уголков света, и гуляющие по территории косули окончательно сразили мое сердце», — признался г-н Дюкан.



ВОСПАРИТЬ
НАД СУЕТОЙ
САНТОРИНИ, ГРЕЦИЯ

В Греции лето начинается раньше, чем в остальном Средиземноморье, и бутик-отель Grace Santorini решил встретить его во всеоружии: 2 мая он открывается после масштабной реновации. Интерьеры теперь до-

полнены мозаичными композициями и картинами современных греческих художников. Гостям предлагается мини-бар с приборами и ингредиентами, позволяющими смешивать любимые коктейли самим, а вдохновиться потрясающим видом можно с террасы бара «363», который находится ровно на высоте 363 метра над уровнем моря.

*Любая свадебная фантазия
для Вас и Ваших гостей*



пр. Академический, 21,
тел. 491-613, www.vensky-dvor.tomsk.ru



ЛУЧШИЕ ТРАДИЦИИ ВЕНСКОЙ КУХНИ И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОМАНДА РЕСТОРАЦИИ — ВСЕ ДЛЯ НАШИХ ГОСТЕЙ!
4 ЗАЛА ВМЕСТИМОСТЬЮ ОТ 12 ДО 120 ЧЕЛОВЕК
ПРОВЕДЕНИЕ БОЛЬШИХ И МАЛЕНЬКИХ СВАДЕБНЫХ ТОРЖЕСТВ
ПРОВЕДЕНИЕ ПРЕЗЕНТАЦИЙ, КОРПОРАТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
ФУРШЕТЫ, КЕЙТЕРИНГ
ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ АВТОРСКИЕ ТОРТЫ РУЧНОЙ РАБОТЫ
ЕВРОПЕЙСКАЯ И РУССКАЯ КУХНИ

City guide



ПАСХАЛЬНОЕ ОФОРМЛЕНИЕ ВАШЕГО СТОЛА И ИНТЕРЬЕРА

В этом году праздник Светлой Пасхи выпадает на первое мая, есть время подготовиться. В галерее томских мастеров «Орнамент» большой выбор декоративных предметов, которые помогут украсить праздничный стол и домашний интерьер, подарить родным и близким яркие весенние подарки. Зайчики и птички на нудли, пряники ручной работы, пасхи, писанки, корзинки, конфетницы и много других мелочей для украшения дома и сервировки стола.

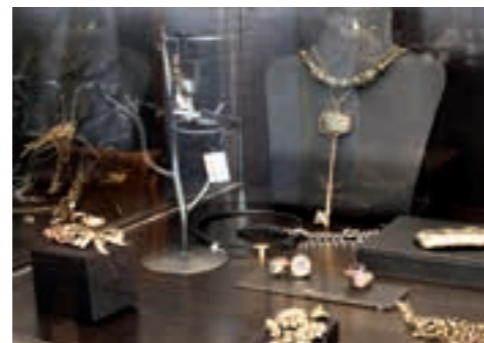
Галерея «Орнамент»,
ул. Набережная р. Ушайки, 4 а (3-й этаж),
тел. 52-62-92



КОЛОРИТНАЯ ВЕСНА!

Арт-бутик «Русский Шарм» приглашает получить вдохновение от колоритных художественных образов, запечатленных на полотнах томских живописцев, и порадовать себя необычайно эфрентными дизайнерскими находками в новых колллекциях украшений! Встречаем весну красиво!

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



ЙОГА АЙЕНГАРА

Центр красоты «Звезда Кино | Yoga&Spa» открывает новое направление — йогу Айенгара и приглашает в группу «понедельник-среда 14.00». Направление отличается особо тщательной отстройкой каждой позы, активным использованием дополнительных инструментов: ремней, опорных блонов, подушек. После прантики йоги вы можете погреться в хамаме, принять освежающий душ, перекусить в вегетарианском баре или сделать укладку. Стоимость разового занятия: 400 рублей. При покупке абонемента: от 250 рублей.

Практикуйте и вдохновляйтесь!

Центр красоты «Звезда Кино | Yoga&Spa», ул. Р. Люксембург, 19, тел. 51-71-51,
www.zvezdakino.com

КУХНИ MATRIX — СТИЛЬ ВРЕМЕНИ

Стильная и оригинальная мебель для кухни Matrix от компании «Verona mobili» теперь может исполняться в 28 вариантах отделки фасадов. Все образцы отделки — в наличии в салоне «Verona mobili», чьи специалисты помогут подобрать вариант, полностью соответствующий пожеланиям клиентов. Такое многообразие цвета позволяет реализовывать самые смелые идеи в кухонном дизайне. Фасады выполнены из массива канадского кедрового дерева по сложному и высокотехнологическому процессу: в результате нескольких стадий обработки дерева проявляется его оригинальная текстура, еще более объемная и выразительная после стадий покраски. Колллекция «Matrix» выделяется на фоне других моделей своей оригинальностью: рельефная структура дерева, чистота линий и простота форм, нестандартный дизайн и ультратехнологичное наполнение — все в ней выдает жительницу современного мегаполиса.

Салон «Verona mobili. Кухни&Двери»,
пер. Типографский, 1 а, тел. 535-800, veronatomsk.ru



ЮБИЛЕЙ ТОМСКОГО САЛОНА

Салон штор «Мадам Шторкина» в этом году отмечает 10 лет своей деятельности на рынке интерьерных услуг Томска. Богатый выбор тканей, постоянно действующая экспозиция, возможность приобрести готовые изделия и оформить дизайнерский заказ, индивидуальный подход к каждому клиенту — вот что привлекает в салон клиентов, которые хотят создать в своих домах неповторимый стиль и уют.

Салон «Мадам Шторкина»,
Иркутский тракт, 70,
тел. 755-211

Мадам
Шторкина
салон

ДЕНЬ МЕЛАНОМЫ

24 мая в рамках международной благотворительной акции по раннему выявлению рака кожи в клинике «REVITAL» будет проходить «День меланомы». Все, кто заботится о профилактике своего здоровья, смогут абсолютно бесплатно пройти диагностику «подозрительных» родинок, предварительно записавшись на консультацию по тел. 22-50-44. Приходите и узнайте о своих родинках всё!

Клиника эстетической косметологии «REVITAL», пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Подружка приглашает!

Добрый день!

Меня зовут Анна Николаева,
я директор центра моды и красоты
«Подружка невесты». На конкурсной
основе приму в команду парикмахера
и врача-косметолога. У нас особая
атмосфера. Убедитесь в этом сами
на нашем канале в YouTube «Уроки стиля
и красоты от Подружки невесты».
До встречи!

Резюме: topnevesta@mail.ru.
Запись на собеседование: 573-007.

*Центр красоты «Подружка невесты» — это полный комплекс услуг в сфере красоты для женщин и мужчин: центр является салоном-экспертом L'OREAL и Kerastase. Косметологии представлена аппаратным направлением, а также мезотерапией, контурной пластикой, пилингами, уходами.

Подружка
Невесты
ЦЕНТР МОДЫ
И КРАСОТЫ

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



BE YOURSELF ВМЕСТЕ С NOMINATION!

Итальянский ювелирный бренд Nomination представляет новую коллекцию браслетов! Ее создателей вдохновило желание людей транслировать окружающему миру свои чувства и эмоции. Браслеты с надписями «Open your heart», «Be yourself», «Follow your dreams» и другими способны передать любые нюансы

настроения человека: позитив, нежность, влюбленность, желание быть свободным... Мы носим браслет Nomination на запястье, где ощущается биение нашего пульса, и «говорящие» надписи словно помогают раскрыть наши сердца и души для тех, кто нам близок и дорог!

Бутик «Nomination»

ТЦ «Изумрудный город», пр. Комсомольский, 13 б

ТЦ «СМАЙЛcity», ул. Учебная, 48 д

www.nomination.com



БОЛЬШАЯ МОДА ДЛЯ МАЛЕНЬКИХ

Весна — особенное время года для наших детей, это словно мостик из учебного года в долгожданные каникулы. Это сказывается и на модных тенденциях, так как одно из главных стильных направлений весной — игра цвета. Европейские коллекции в «Fashion House Kids» предлагают озорным мальчишкам и девчонкам яркие куртки, новые модели джинсов, многообразие джемперов, юбок и брюк. Каждый предмет одежды — это экологические материалы, комфорт и отличное настроение. Не забы-

то и желание детей выглядеть иногда нарядно и элегантно: платья и костюмы для маленьких модников — это настоящие мини-шедевры!

Магазин детской одежды «Fashion House Kids»,

ТЦ «Big City», пр. Ленина, 80 а, тел. 51-78-52



В СТИЛЕ ПЕРЕМЕН

Аксессуары итальянского бренда продолжают радовать очаровательных томичек. Новая коллекция ярких и модных сумок, платнов и других аксессуаров LABBRA преобразит ваш образ и подарит весеннее настроение. Оттенки красного, желтого, зеленого и синего, а также пастельные тона бежевого, мятного и розового — актуальные цвета сезонной коллекции. Экспериментируйте со стилем и меняйтесь каждый день вместе с LABBRA!

LABBRA,

пр. Комсомольский, 13 б, ТЦ «Изумрудный город» (2-й этаж); ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СМАЙЛcity» (1-й этаж)

ЧУДЕСНЫЕ СТРАНИЦЫ В ПОДАРОК

Накануне выпускных в детских садах и начальной школе предлагаем приобрести в подарок детям книги популярных российских и зарубежных авторов: сказки, произведения классиков, современные истории про мальчишек и девчонок, занимательные рассказы о природе и окружающем мире. При покупке книг на группу или класс предоставляется скидка 15%. Внимание родителям, воспитателям и учителям! В магазине «Умна» вам помогут подобрать список литературы для чтения на летних каникулах для ребятшек разных



возрастов с учетом их вкусов и предпочтений. «Умна» помогут подобрать список литературы для чтения на летних каникулах для ребятшек разных

возрастов с учетом их вкусов и предпочтений.

Магазин-клуб детской книги «Умна», ул. Усова, 37, тел. 8-961-888-37-37



Развороты книги «Приключения барона Мюнхгаузена», Рудольф Эрх Распе, издательство TriMag



«ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ»

Приглашаем вас на «День здоровья и красоты» в Клинике Управления Возрастом 16 апреля 2016 года. Прием ведут врачи антивозрастной и персональной медицины, которые занимаются продлением молодой и активной фазы жизни, реставрацией здоровья, используя передовые достижения медицинской науки. Консультация включает:

- определение ваших персональных факторов риска и возможностей продления активной фазы жизни

- диагностику состояний костной ткани и вероятности развития остеопороза

- рекомендации по здоровому питанию и разработке индивидуальной программы здорового снижения веса

- антивозрастную диагностику тканей кожи лица и консультацию дерматолога-косметолога.

Клиника Управления Возрастом, ул. Белинского, 20 а, тел. 533-366



ЗАКАЗ-КОНСТРУКТОР ДЛЯ ГУРМАНОВ

В недавно открытом в Томске гастрономическом пабе «MushRooms» можно не просто вкусно поесть, но и приятно провести время. Помимо наличия в меню готовых блюд, здесь придумали совершенно иной подход к их созданию — заказ-конструктор: гость сам выбирает ингредиенты для своего блюда, официант принимает заказ, который через 15-20 минут будет уже готов. Создавать блюда быстро, при этом сохраняя их высокое качество, — одно из основных условий работы гастрономического паба. Непринужденная атмосфера, приятная музыка, бильярд, кальян — все это располагает к душевному общению. «MushRooms» открыт в будни с 11 до 24 часов, в выходные — с 11 до 02 часов.

Гастрономический паб «MushRooms»,

Московский тракт, 37, тел. 60-93-63,

INSTAGRAM: PUB_MUSHROOMS, VK.COM/PUB_MUSHROOMS

FACEBOOK ГАСТРОПАБ MUSHROOMS



Отпуск
Драгоценное время,
которое принадлежит
ТОЛЬКО ВАМ

TEZAURUM
TRAVEL

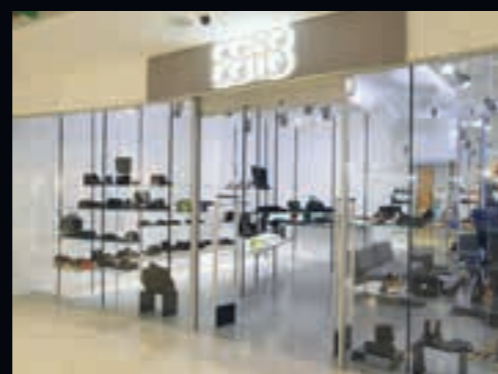
Тел. 56-06-05, пр. Кирова, 39



«CORSOCOMO» — ОТКРЫТИЕ В «ИЗУМРУДНОМ ГОРОДЕ»

21 февраля в ТЦ «Изумрудный город» состоялось открытие магазина популярного бренда обуви и аксессуаров CORSOCOMO. Элегантность с оттенком роскоши, независимость и внутренняя свобода стали фундаментом успеха марки CORSOCOMO, предлагающей только качественные товары для активных и уверенных людей, достигших жизненного успеха, знающих себе цену и умеющих выбирать только самое лучшее.

В честь важного события в магазине был организован фуршет, действовали привлекательные скидки, проводился розыгрыш сертификатов. Музыка и хорошее настроение весь день сопровождали первых клиентов CORSOCOMO.



ОТКРЫТИЕ БУТИКА «BOGASNO» НА КОМСОМОЛЬСКОМ



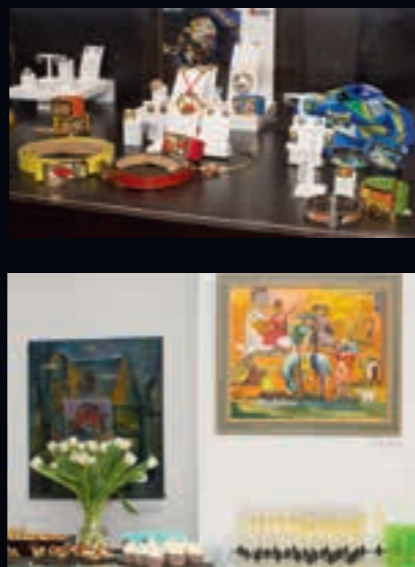
21 февраля состоялось открытие нового бутика «Vogasno», который расположился в магазине «Фарадей» на Комсомольском проспекте, 15 а. В день открытия всем покупателям вручались VIP-карты в подарок, а также комплимент за знакомство — карта на 1000 рублей, которая дает скидку на последующие покупки.





«ВЕСЕННИЙ ВЕРНИСАЖ» В АРТ-БУТИКЕ «РУССКИЙ ШАРМ»

5 марта в Арт-бутике «Русский Шарм» состоялось открытие выставки «Весенний вернисаж». Под великолепные звуки саксофона Игоря Новицкого и изысканные угощения партнера мероприятия ресторана средиземноморской кухни «Марле Буа» гости вновь встретились с жизнерадостной палитрой любимых художников: Рафаэля Асланяна, Романа Чупина и Олеси Заики. В преддверии главного весеннего праздника гостям были представлены эксклюзивные коллекции украшений и новые интересные проекты от компании «Киномакс», галереи «Орнамент», пространства красоты «Raido»! Выразительная колористика полотен томских художников с неповторимой атмосферой первых весенних нот для всех гостей арт-бутика «Русский Шарм»! Встречаем весну красиво!



Бранчи действуют
с 11.00 до 17.00

СПЕЦИАЛЬНОЕ БРАНЧ МЕНЮ

с 11:00 до 17:00

Поздний завтрак		Ранний обед	
КАШИ			
Овсяная каша	80/100 р	СУПЫ	
Рисовая каша	80/100 р	Крем-суп из томатов	125/150 р
ЯЙЦА			
Скрембли с лососем, сыром рикотта и тостом	130/150 р	Минестроне	160/200 р
Английский классический завтрак (сладкий и соевый соус, яйца, фрукты, йогурт и банановый соус)	180/200 р	Турецкий суп из баранины	160/200 р
КРЕПЫ/ВЛИНЫ			
с индейкой на гриле и домашним соусом тартар	140/150 р	Кокосовый с тортильон	140/150 р
с малосоленным лососем и творожным сыром	80/100 р	ПАСТА	
с тюрксом и изюмом	70/100 р	Тальятелле с томатами и базиликом	190/210 р
с домашним вареньем и мороженым	70/100 р	Феттучине Болоньезе	190/210 р
НАПИТКИ			
Кефир Ряженка Молоко	40/50/60 мл	Феттучине с креветками и беконом	190/210 р
Апельсиновый фреш	90/100 мл	ПИЦЦА	
Черный классический чай Дейлон	90/100 мл	Маргарита	230/250 р
Зеленый чай Билочуль	90/100 мл	4 сыра	230/250 р
Кофе (эспрессо, латте, капучино, макиато)	80/100 мл	Болоньезе	230/250 р
	60	Дьявола	230/250 р
		Греческая с сыром фета	230/250 р
		ДЕСЕРТЫ	
		Клубнично-лимонный смузи	160/180 р
		Творожный кекс с лимонным сорбетом	160/180 р

В субботу и воскресенье «Марле Буа» приглашает на семейные бранчи!

Воспользуйтесь возможностью проснуться в выходные попозже и отдохнуть от надоевшей за неделю кухни! Отправляйтесь всей семьей в ресторан средиземноморской кухни, чтобы вкусно, полезно и сытно позавтракать!



пл. Ленина, 11, тел. 99-88-88

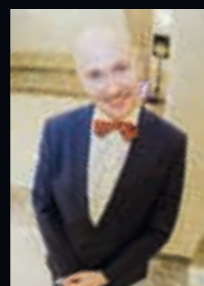
@marlebua



СВАДЬБА В ОРИГИНАЛЬНОМ СТИЛЕ

4 июля 2015 года состоялась одна из самых красивых свадеб сезона. Роскошная пара Александр и Александра Зуевы выбрали оригинальное место для выездной регистрации — органнй зал Томской филармонии. Оформление выездной регистрации и банкетного зала было выполнено в нежно-пудровых тонах с использованием огромного количества живых цветов и стильного современного декора.

Ведущим праздничного ужина был один из самых востребованных ведущих Томска Андрей Голубев — человек, который заряжает окружающих своим позитивом и дарит только положительные эмоции. Концертная программа была украшена выступлениями дэнс-команды «Юди Джуниор», группы «Get Hot», шоу-балета «Агака», фокусника-иллюзиониста. Яркие впечатления оставили песочное шоу «Сэнди», работы шаржиста, коктейльная пирамида, кэнди-бар, кальяны «Состайл group». Свадебный организатор-координатор Алина Пухальская, «Концерт 777», vk.com/alisa_puhalskaya.



Барвиха

КАЛЬЯНЫ

Цени свое время

БАР

ЕЖЕДНЕВНО

24

КАРАОКЕ

КРУГЛОСУТОЧНО

РЕСТОРАН

Т. 90-70-70 | МАРИИНСКИЙ, 44 | WWW.BARVIHA.TOMSK.RU

BARVIHA907070 | BARVIHA_TOMSK



ПРАЗДНИК «ЗА ДЕНЬ ДО ВЕСНЫ»

28 февраля в салоне одежды «Наряжаться красиво» состоялся праздник «За день до весны», на котором можно было увидеть презентацию новой коллекции Весна-лето 2016. Свой мастер-класс провела стилист и имидж-консультант Татьяна Башлак.

Для гостей были организованы фуршет и розыгрыш подарков от партнеров салона: центра косметологии и коррекции фигуры «Melagrano», салона эксклюзивной арабской парфюмерии, студии танцев «Артис», спортивного комплекса «Super Gym», мастерской дизайнера «DECORATORshe», кондитерской «Сладкое Есть».



Открытие свадебного сезона в ресторане «Купеческий дом»

Свадебные предложения:

- бесплатный каравай, вкусный и румяный
- пироги сладкие, с ягодой, мясом, рыбой
- фрукты и часть алкоголя можно принести с собой
- при заказе свадебного торта в ресторане скидка до 10 %
- VIP-номер молодоженам в гостинице «Купеческий дом», включая проведение фотосессии и сборы невесты
- комфортабельный Ford Lux на 17 посадочных мест. 1 час аренды — 1 500 руб., 1 час — в подарок

Отличные новости:
Снижение цен по меню до 20 %
Средний чек — от 1 800 руб.

Новые фирменные блюда ресторана:

- сытные и пикантные салаты «Государев» и «Оливье с форелью»
- горячие блюда, соусы, закуски

Старые хиты:

- горячее блюдо «Медвежья лапа» (свинина с картофелем) всего за 400 руб.
- закуска «Купеческая» (рулетки из баклажанов, ветчины и говяжьего языка с сыром и чесноком)

Живое исполнение, проведение банкетов, приглашенные артисты — возможно все!
Наши цены приятно удивят вас!



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



ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ «АЭРОЙОГИ»

23 февраля свой первый день рождения отпраздновала студия йоги в воздухе «Аэройога». Наши гости могли не только познакомиться с тренерами, узнать о пользе антигравитационной йоги, испытать на себе аэройога-эффект, но и приобщиться к знаниям анатомии и биомеханики движения тела. Также все желающие лакомились праздничным тортом и полезными десертами от «Dolce vita».

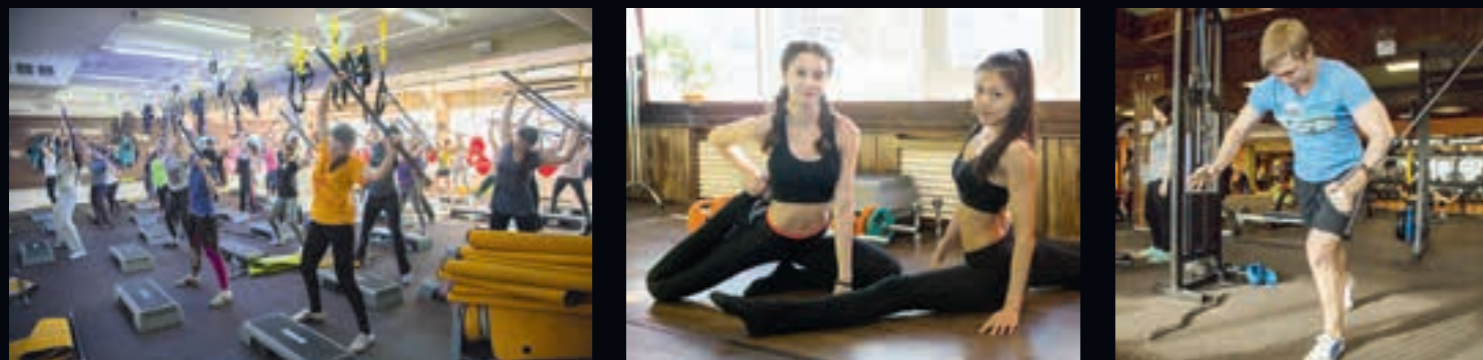


СТИЛЬНАЯ СКАЗКА XXI ВЕКА В САЛОНЕ «ХОРОШО»

13 марта в салоне женской одежды «Хорошо» состоялся показ новой коллекции Весна-лето 2016 российского дизайнера Александра Богданова. Каждая женщина мечтает о сказке, в которой непременно есть волшебство, любовь и чудесные перевоплощения. Хочется с легкостью менять образы, открывая в себе новые грани чарующей женственности.

В новой коллекции «Сказочные параллели» дизайнеры BGD-Bogdanov во главе с маэстро Александром Богдановым совместили сказочные фантазии и реальность больших городов, чтобы каждая девушка с помощью модных образов смогла создать свою волшебную историю. Гости получили возможность посмотреть на новые тенденции в мире моды, погрузиться в сказочную атмосферу, сделать фотографии с Красной Королевой и Белым Мартовским Кроликом и просто почувствовать отличное весеннее настроение!

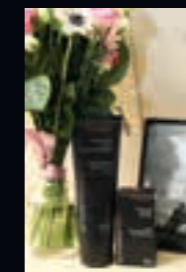
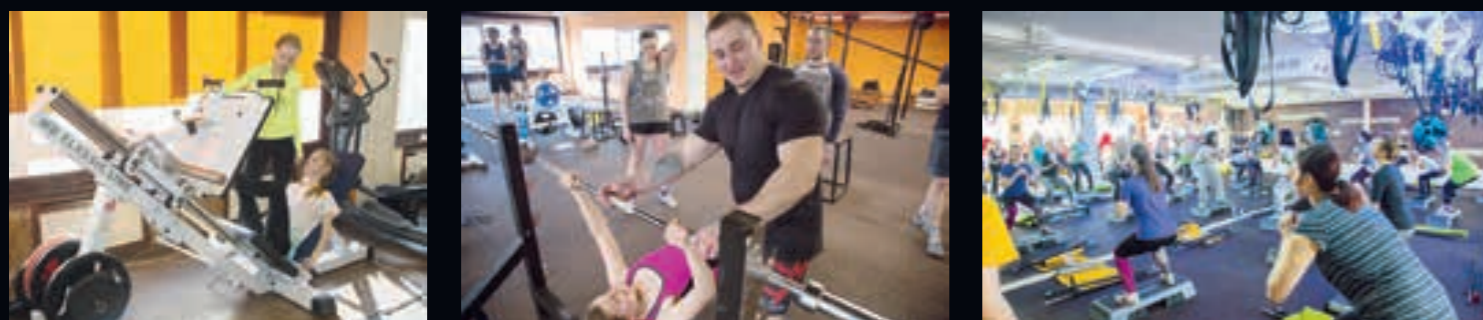




ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ В КЛУБЕ «ФРИСТАЙЛ»

28 февраля в фитнес-клубе «Фристайл» состоялась День открытых дверей, который ежемесячно проходит во всех филиалах клуба. Это всегда отличная возможность побывать на всех видах предлагаемых групповых тренировок, познакомиться с тренерами, получить огромное количество суперположительных эмоций.

В этот день во «Фристайле» собралось особенно много желающих, так как на пороге важнейший весенний сезон, подготовка к долгожданному лету. Клуб предлагает всем желающим присоединиться к спортивному, здоровому, счастливому фитнес-движению и сделать его своим образом жизни!



ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ РЕСТОРАНА «ЦЕХ №10»

19 марта друзья ресторана «Цех №10» отмечали день рождения этого гостеприимного заведения. Вечер украсили живая музыка, фламенко и модный показ потрясающей вязаной коллекции от «Ручки&Крючки». Гости вечера получили подарки от салона «Alessandro» и косметического бренда Academie. Особый приз вечера — «здоровье в подарок» был представлен «Клиникой Управления Возрастом».



Астропрогноз



Брошь Van Der Bauwede Butterfly Lovers

Овен 21.03 — 19.04

Решительность вам к лицу, но если вдруг вы вознамерились идти совсем уж напролом, то все же лучше делать это «на мягких лапах». Разумная деликатность в общении с окружающими может принести хорошие дивиденды. На этой волне нелишним будет уделить внимание психологическому климату в семье – это положительно отразится и на вашем душевном состоянии.

ТЕЛЕЦ 20.04 — 20.05

Этот месяц — шанс доказать всем и в первую очередь себе, что вы окончательно вышли из зимней спячки. Обновите гардероб, сделайте новую стрижку или вообще решитесь на какую-нибудь увлекательную авантюру. Ваш интеллект и чувство меры подстрахуют вас даже в рискованных ситуациях.

БЛИЗНЕЦЫ 21.05 — 20.06

Где-то на горизонте маячит счастливый и практически безоблачный период. Но, как известно, без труда не выловишь и рыбки из пруда, и над созданием собственного рая придется потрудиться. Нелишней будет уединенная поездка по местам силы. Любуясь заснеженными вершинами в Гималаях, вы можете прочувствовать то, что вам действительно нужно для счастья.

РАК 21.06 — 22.07

Свобода в мыслях и действиях — дать ее себе можете только вы сами! Разрываясь между личной и деловой жизнью, позвольте себе потратить время на верную расстановку приоритетов. Эта работа окажется самой важной и нужной в ближайший период.

ЛЕВ 23.07 — 22.08

В своих начинаниях вам предстоит идти до конца, и награда обещает найти своего героя, то есть вас. Если вдруг обнаружите в себе страсть к новому, попробуйте обратить ее в полезное русло — займитесь изучением иностранного языка, к примеру. Такой поворот вполне может открыть новые жизненные горизонты.

ДЕВА 23.08 — 22.09

Вам не сидится на месте? Вот и прекрасно! Езжайте туда, куда просит душа или требуют профессиональные обстоятельства. Будь то служебная командировка или романтическая поездка, вояж обещает быть более чем удачным и насыщенным положительными эмоциями.

ВЕСЫ 23.09 — 22.10

К вашей персоне внимательно присматриваются — проявите свои лучшие качества.

Вам неожиданно могут сделать выгодное или головокружительно романтическое предложение, которые вы примете с большим удовольствием.

СКОРПИОН 23.10 — 21.11

В этом месяце у вас есть все предпосылки для того, чтобы схватить за хвост птицу удачи. Смело беритесь за новые задачи — они помогут проявить ваши таланты и сделать их очевидными для всех. Ваш энтузиазм может свернуть горы, главное, правильно выбрать направление.

СТРЕЛЕЦ 22.11 — 21.12

Вокруг вас «сгущается» романтическая атмосфера — ничего удивительного, учитывая степень вашего воздействия на противоположный пол. Используйте свое обаяние по максимуму. Самое время уделить внимание спорту и beauty-процедурам, которые помогут встретить буйство чувств во всеоружии.

КОЗЕРОГ 22.12 — 19.01

Иногда пробуксовка может быть началом чего-то нового или же знаком того, что пора сменить курс. Небольшая работа над ошибками, и вы можете смело шагать в новую жизнь. Кстати, совсем не возбраняется взять в эту новую жизнь тех, кто искренне вами заинтересован и сейчас. Присмотритесь!

ВОДОЛЕЙ 20.01 — 18.02

Ваше кокетство способно стать оружием массового поражения, но будьте аккуратны, игра на чужих чувствах может срикошетить и по вам. Если вас давно манит мысль о дальнем путешествии — не мешкая, поддайтесь соблазну и езжайте. Вас ждет много приятных впечатлений!

РЫБЫ 19.02 — 20.03

Присущие вам дисциплинированность и организованность будут как нельзя более кстати в реализации ваших замыслов. А если позволите себе чуть большую степень открытости, рядом могут появиться люди, которые помогут воплотить ваши планы в жизнь.



акция до 10 мая

один -ХОРОШО,
два -ЛУЧШЕ,
а третий -
НЕ ЛИШНИЙ



BOGACHO

бутик предметов интерьера

бегемот Харитон - ПОДАРОК

специальное предложение до 10 мая

Салон интерьерных решений «Галерея света», г. Томск, ул. Красноармейская, 122, тел. 46-90-35
Магазин «Фарадей», г. Томск, пр. Комсомольский, 15 а, тел. 28-93-88

Адреса в Томске



ПОДАРКИ

Арт-бутик «Русский Шарм», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, тел. 8-961-098-19-33 / Магазин-клуб детской книги «Умка», ул. Усова, 37, тел. 8-961-888-37-37 / Сеть салонов косметики и парфюмерии «Ellipse», пр. Фрунзе, 26, тел. 52-90-80; ул. Учебная, 48, тел. 902-883 / Бутик «Nomination», ТЦ «Изумрудный город», пр. Комсомольский, 13 б; ТЦ «СМАЙЛcity», ул. Учебная, 48 а, www.nomination.com / Галерея работ томских мастеров и художников «Орнамент», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а (3-й этаж)



ОДЕЖДА И ОБУВЬ

«Галерея бутиков На Набережной», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, www.onlinemosaico.ru / Салон сумок и чемоданов «Глобус», пр. Фрунзе, 46, тел. 528-235 / Multibrand store «Forum», пр. Фрунзе, 90, тел. 26-05-40, факс 26-62-94, www.forum-store.ru / Мультибрендовый магазин европейских марок «Модный бульвар», пр. Ленина, 15, тел.: 42-73-20, 42-73-30 / Магазин мужской одежды «Dige», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город» (1-й этаж) / Магазин модной одежды «Fashion House», ТЦ «Big city», пр. Ленина, 80 а (4-й этаж) / Центр свадебной и вечерней моды «Подружка невесты», ул. Гоголя, 55, тел.: 444-777, 777-444 / Магазин женской одежды «Zarina», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город» (3-й этаж) / Обувной магазин «CORSOCOMO», пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город» (2-й этаж), тел. 200-798 / Салон мужской одежды «PREMIERV», ул. 79 Гв. дивизии, 24, ул. Интернационалистов, 17/1, тел. 305-307 / Магазин женской одежды «Наряжаться красиво», пр. Ленина, 60, ост. «Галвпочтамт», тел. 51-18-60

/ Магазин европейских перчаток и портфелей «Manpel», пр. Ленина, 80 а, тел. 21-10-43 / Салон нижнего белья «Mon Plaisir», Новый ГУМ (2-й этаж), тел. 934-024 / Мужская и женская одежда «Elite», пр. Фрунзе, 115/3, тел. 44-24-68 / Салон «Labbra», ул. Учебная, 48 д, ТЦ «СМАЙЛcity», (1-й этаж); пр. Комсомольский, 13 б, ТРЦ «Изумрудный город», (2-й этаж) / Салон женской одежды «Камилфо», пер. 1905 г., 14/1, Новый ГУМ (2-й этаж), тел. 200-986



КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Салон коррекции фигуры и СПА «VIP-Триумф», ул. Гоголя, 30/1, тел.: 52-92-48, 58-69-90, www.vip-triumf.tomsk.ru / Клиника эстетической медицины «Cher Ami», ул. Красноармейская, 122/1, тел.: 55-63-55, 56-25-25, www.cherami.tomsk.ru / Image studio «Sebastian professional», пр. Фрунзе, 90, ТЦ «Форум», тел.: 55-02-55, 8-909-543-30-32 / Клиника современной косметологии и диетологии «Идеале», пр. Ленина, 110, тел. 908-988, www.ideale70.ru / Клиника восстановительного лечения «Sante», ул. Пушкина, 61, тел.: 65-05-06, 65-06-56, www.sante.tomsk.ru / Комплекс «Звезда кино», ул. Р. Люксембург, 19, тел. 51-71-51, www.zvezdakino.com / Клиника эстетической косметологии «Revital», пр. Фрунзе, 88, тел. 22-50-44, www.revitaltomsk.ru / Кабинет эстетической медицины для мужчин «КЭМ», ул. Дзержинского, 20/1, тел.: 43-33-00, 433-237, www.lc.tomsk.ru / Эстетический медицинский центр «Дамский клуб», ул. Дзержинского, 20/1, тел.: 43-33-00, 433-237, www.lc.tomsk.ru / Clinic & Spa «Живой стиль», ул. Гоголя, 55, тел. 468-468, живоистиль.рф / Клиника лазерной косметологии «Линлайн», пр. Ленина, 113, тел. 28-35-35, www.linline.ru / Клиника современной косметологии «Medical G», ул. Советская, 69, тел. 22-95-65,

www.medicalg.ru / «Аэройога», ул. Герцена, 44, тел. 8-913-801-91-42 / Стоматологическая клиника «Коллбри», ул. Артема, 5/1, тел. 20-29-20, stomatologiya-vtomске.ru / Wellness Club Lady, ул. 79 Гвардейская Дивизия, 24, тел. 20-11-80 / Медицинский центр «Скэнар Прайд», ул. Яковлева, 12, тел. 777-100 / Сеть фитнес-клубов «Фристайл», ул. Красноармейская, 114, тел. 22-33-80; ул. Новосибирская, 43 б, тел. 229-329; пр. Мира, 15/1, тел. 47-26-64 / Салон оптики «Айкрафт», ул. Красноармейская, 101 а, ТЦ «Красный экспресс», тел. 93-53-58; пр. Комсомольский, 13 б, ТЦ «Изумрудный город», тел. 93-34-61, www.eyekraft.ru / Медицинский центр «Евродент», ул. Киевская, 15; ул. Герасименко, 1/6, тел.: 8-913-850-95-98, 30-95-98, www.evrodent.tomsk.ru / Wellness-студия для женщин и мужчин «S-Line», ул. Карла Маркса, 18, тел. 8-913-857-31-30; Иркутский тракт, 10, тел.: 75-02-83, 8-952-180-29-09 / Стоматологическая клиника «Центр дентальной имплантации», ул. Говорова, 19 в, ст. 1, тел. 25-70-33 / Фитнес-студия «The Слон», пер. Школьный, 19, тел. 78-30-78, www.theslon.fitness / НИИ курортологии, ул. Р. Люксембург, 2 а, тел.: 51-21-55, 90-65-07, www.niikf.tomsk.ru / Томская ассоциация косметологов, ул. Карла Маркса, 7, тел. 51-08-29, www.doktorgavr.in.ru



ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Салон мебели и интерьерных решений «Маэстро», ул. Красноармейская, 18, тел.: 99-88-01, 99-89-01, www.maestro.tomsk.ru / Немецкая химчистка «BOWE», ул. А. Иванова, 3, тел. 42-40-98, www.bowe.ru / Мебельный магазин «SMART» ул. Красноармейская, 55/1, тел.: 716-717, 435-434 / Магазин мебели «Primavera», ул. Учебная, 40 б, тел. 56-50-45 / За-

вод по производству готовых домокомплектов «ЭкотермСип», ул. Кулева, 12, оф. 36, тел.: 94-22-33, 77-97-78, www.ecothermsip.ru / Магазин сувениров и предметного интерьера «Bogacho», ул. Красноармейская, 122, тел. 46-90-35, пр. Комсомольский, 15 а, магазин «Фарадей», тел. 28-93-88 / Галерея европейской сантехники «AQUA Престиж», ул. Никитина, 76, тел. 30-30-90 / Магазин осветительных приборов «Светомаркет», ул. Лермонтова, 32, тел.: 53-45-65, 52-81-09 / Салон «Verona Mobili. Кухни & Двери», пер. Типографский, 1 а, тел. 535-800 / Магазин обоев «Галерея обоев», ул. Карла Маркса, 3, тел. 51-49-49, oboi.tomsk.ru / Магазин «Идея Ремонт», тел. 93-57-41, www.fitostenki.tomsk.ru



ОБРАЗ ЖИЗНИ

Туристическое агентство «Тезаурум Travel», пр. Кирова, 39, тел. 56-06-05 / Гостиница «Октябрьская», ул. Карла Маркса, 12, тел. 51-21-51 / Кочетова Татьяна Владимировна «Мистэрия», ул. Шевченко, 20, оф. 53, тел. 8-913-118-74-81, www.orchidee-ktv.tu



РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Ресторан «Купеческий дом», пер. Батенькова, 7, тел.: 99-45-01, 25-00-69, www.restoran.k-dom.tomsk.ru / Ресторан средиземноморской кухни «Марле Буа», пл. Ленина, 11, тел. 99-88-88, www.marlebua.ru / Ресторан «Two Chefs», ул. Набережная реки Ушайки, 16, тел. 995-996 / Ресторация «Венский Двор», пр. Академический, 21, тел. 49-16-13 / Комплекс «Барвиха», пер. Марининский, 44, тел. 90-70-70 / Гастрономический паб «MushRooms», Московский тракт, 37, тел. 60-93-63

S M A B T

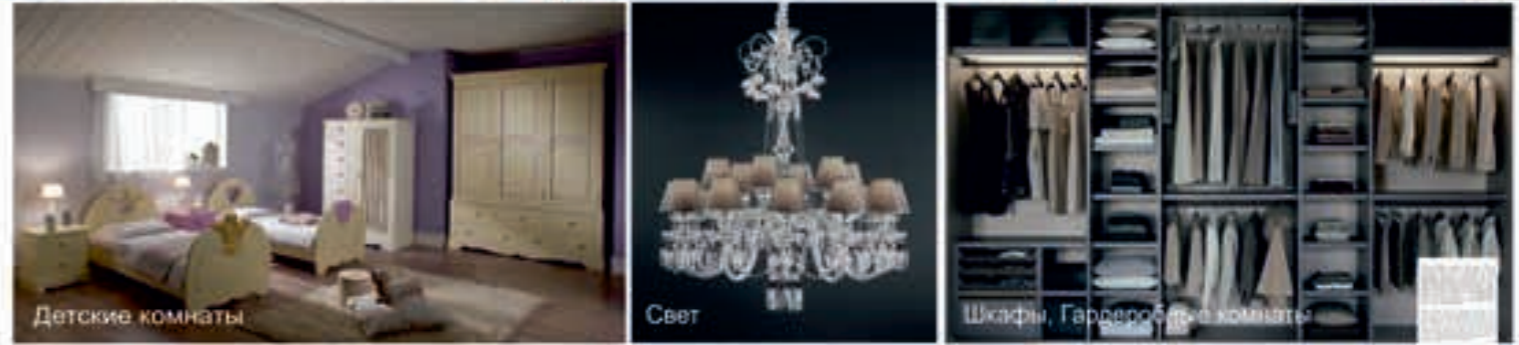
Европейские фабрики по выгодным ценам



Кухни

Кровати

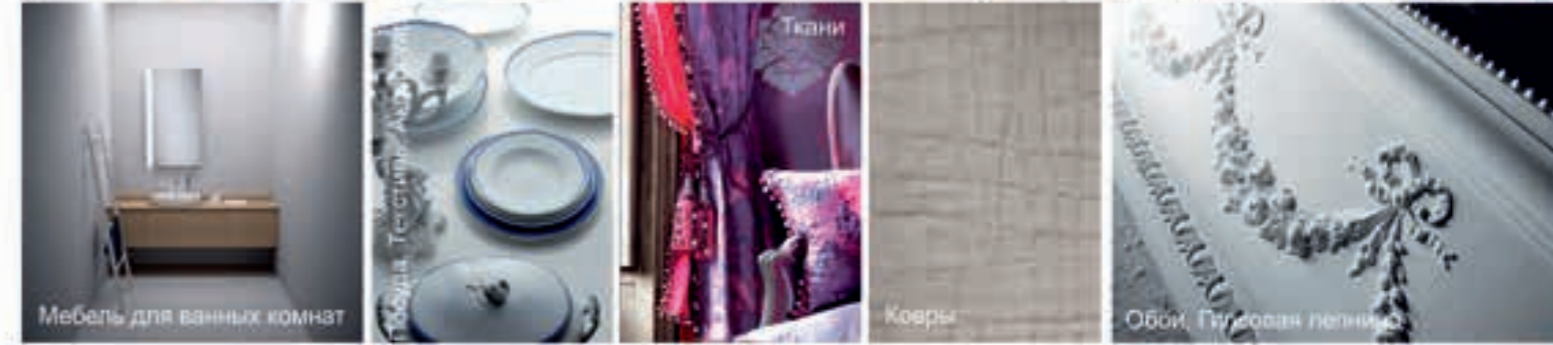
Мягкая мебель



Детские комнаты

Свет

Шкафы, Гардеробные комнаты



Мебель для ванных комнат

Посуда, Посылки

Ткани

Ковры

Обои, Плиточная лепнина



Двери, Перегородки

Паркет

Лестницы

Сантехника

Плитка, Мозаика, Мрамор



Бытовая техника

Проекты под ключ

Мебель для гостиных, баров, ресторанов

S M A B T

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



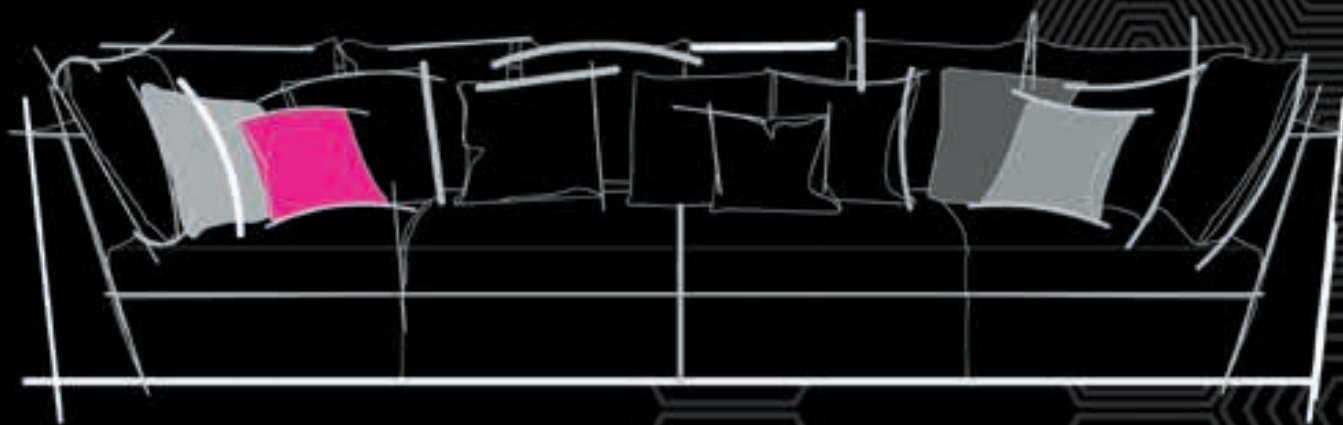
PRIMAVERA

г.Томск, ул.Учебная, 40А, Тел.+7 (3822) 565-045, 565-044, smart@smartmebel.info www.smartmebel.info





МЕБЕЛЬ СВЕТ АКСЕССУАРЫ



*Maestro*¹⁹⁹⁶

ИНТЕРЬЕРНЫЙ САЛОН

г. ТОМСК, УЛ. КРАСНОАРМЕЙСКАЯ, 18, ТЕЛ: (3822) 59-63-01

Instagram: maestro_tomsk