

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

ОКТАБРЬ 2022
ТОМСК

15 ЛЕТ

КРАСИВЫЙ ДОМ

ЗВЕЗДА КИНО

IPROJECT+

JANSSEN COSMETICS

АКСИОМА

ИДЕАЛЕ

BEAUTY

МУЛЬТИКЛИНИК

ЭЛИКСИР ПРЕМЬЕР

SBLESKOM

KASHEMIR LUXURY

ПОДРУЖКА НЕВЕСТЫ

АНТУРАЖ

ПЕРВАЯ ЧАСТНАЯ КЛИНИКА

ПИРОГА

DAISYKNIT

COSMODENT

ЮБИЛЕЙНЫЙ ВЫПУСК

16+



ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ,
СВЯЗАННЫЕ С КРАСОТОЙ И ЗДОРОВЬЕМ
ВАШЕЙ УЛЫБКИ

 ул. Белинского, 18
тел. 908-800, eliksirtomsk.ru

Людмила Савельева,
директор Центра стоматологии
«Эликсир»



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ





Baldinini



пр. Ленина, 15 / 42-73-20
sv-center.ru

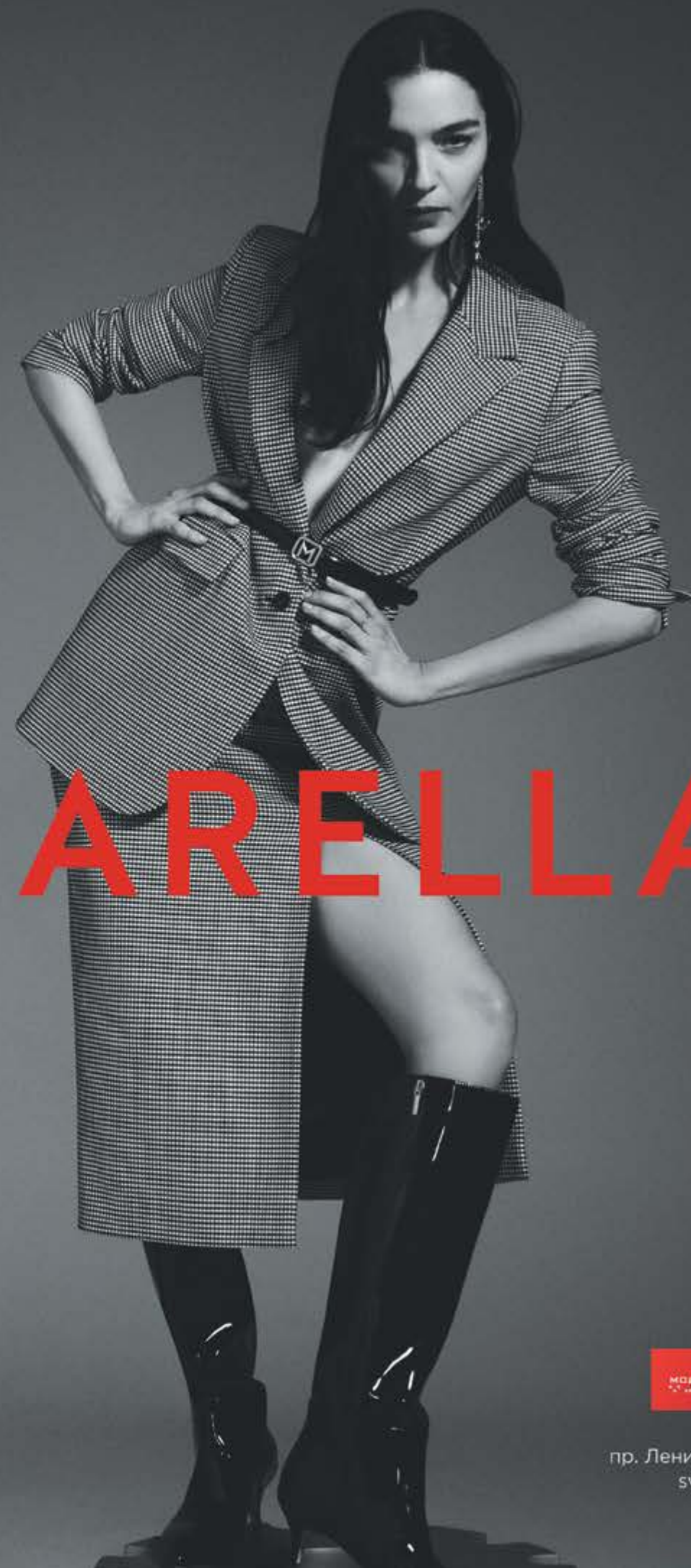


пр. Ленина, 15 / 42-73-20
sv-center.ru





MARELLA



MARELLA



пр. Ленина, 15 / 42-73-20
sv-center.ru

Здесь есть все, чтобы наслаждаться жизнью

Яркие и продвинутые зоны для детей — таких детских площадок в Томске еще не было. Для родителей есть беседки для отдыха и тропинки для прогулок с колясками.

Во дворе Salt Park вам будет комфортно находиться и днем, и вечером. Активно играйте с детьми на территории или отдыхайте после насыщенного дня — здесь проводить время всегда приятно. А также на территории есть специальная площадка для прогулок и у вашего четвероногого друга.

По всему периметру комплекса расположены беговые и велодорожки, также здесь есть зоны воркаута и поля для игры в футбол и стритбол.



Кирпич от фасада до межкомнатных стен



Большие панорамные окна и потолки до 3 м



Закрытая территория и видеонаблюдение



Безбарьерная среда на территории

Эксклюзивные парадные холлы

Холлы выполнены из натуральных отделочных материалов: дерева и камня. Современные лифты быстро и бесшумно доставят до дверей квартиры или в подземный паркинг.

Теплый подземный паркинг рассчитан на 127 машино-мест.

Также здесь есть 197 удобных кладовых для хранения вещей и не только



SALT
PARK
жилой комплекс

Экокомплекс в 5 минутах от Белого озера

- 2 дома и всего 6 этажей
- Подземный паркинг с лифтом
- Квартиры от 32 до 164 м²
- Собственный тихий сквер для прогулок
- Срок сдачи дома: 3-й квартал 2022 года



Одна из лучших локаций города

Salt Park строят в пешей доступности от улицы Ленина. Рядом главные автомагистрали и удобная транспортная развязка. В паре шагов от вас будут как памятники культурного наследия города, так и новая инфраструктура, необходимая для повседневной жизни.



Подписывайтесь
на наш телеграм-канал.
Сканируйте QR-код
камерой своего телефона



8 (3822) 90-02-79



saltpark.ru
sdgroue.ru



vk.com/saltpark



Фото: Алиса Гокоева

Елена Бальбурова,

Главный редактор
Федеральной сети журналов
«Дорогое удовольствие»
balburova@mail.ru

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера

Исдавно я поняла, что очень люблю фантастику. Ту, что про другие миры и инопланетные цивилизации. Меня вообще завораживает космос – бесконечно могу пересматривать «Гравитацию» Альфонсо Куарона. А ведь я и не думала, что это – мое... Разве не удивительно будучи взрослым человеком обнаруживать, что ты не знал чего-то о самом себе!

Я постоянно сталкиваюсь с такими открытиями в среде спортсменов-любителей, например. Люди, последний раз бегавшие трусцой на физкультуре в школе, вдруг обнаруживают, что они в состоянии пробежать полный марафон, 42 километра!

Конечно, тренировки и работу над собой никто не отменял. Но осознание того, что тебе этого хочется и что от этого ты станешь счастливее, приходит с жизненным опытом. То, что было в нас с самого рождения – способности и даже таланты – то, что не заметили в нас взрослые и не поняли мы сами, – все это никуда не девается!

Взрослость – как раз то самое время, когда мы наконец-то начинаем по-настоящему себя слышать и понимать. Когда нам не надо спрашивать разрешения – мы просто имеем полное право разрешить себе сами. Писать картины, освоить фортепиано, выучить итальянский. А можем разрешить себе, наоборот, от чего-то отказаться – от нелюбимой работы, изматывающих отношений, неподходящего климата...

Наверное, это и есть та самая внутренняя гармония и баланс с внешним миром, о которых так много говорят на различных тренингах, где я никогда не бывала. И, наверное, простому совету «слушать себя» не так-то просто следовать. Но я точно знаю – люди, услышавшие самих себя, обязательно становятся счастливее.



Коллекция 2022

до 56 размера

Березка

ул. Красноармейская, 122 г,
тел. 8 (3822) 56-15-39



ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

Главный редактор **ЕЛЕНА БАЛЬБУРОВА**

Дизайнер **ТАТЬЯНА СМЕРНОВА**

Редактор раздела Home&Design **ВИКА МАРКОВА**

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

Редактор раздела Культура **ВАЛЕРИЯ КЛИМЕНКО**

РЕДАКЦИЯ «ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ В ТОМСКЕ»

Главный редактор **НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР**

Литературный редактор **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ**

Выпускающий редактор **МАРИЯ НОВИКОВА**

Главный дизайнер **ЕЛЕНА БУЙКИНА**

Дизайнер **АНТОН РОССЕЙКИН**

Продакшн-редактор **ДАРИНА КОВАЛЕВСКАЯ**

Редактор **ЛАРИСА ГНЫРЯ**

Фотограф **АЛЕКСЕЙ ПОЧЕРЕВНЫЙ**

Авторы **СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ, МАРИЯ НОВИКОВА**

Журнал «Дорогое удовольствие» издается в городах:

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

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

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

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

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

vk.com/dorogoydovolstviptomsk

dorogoe.tomsk.ru

Президент Издательского дома «Русская Азия»

ОЛЕГ ГАРЕВСКИХ

Департамент рекламных продаж: медиаменеджеры

АННА БОНДАРЕНКО

НАТАЛЬЯ КОМАРОВА

ИРИНА СТЕПАНОВА

Ассистент дирекции **ИРИНА ТИХАНОВСКАЯ**

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

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

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

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

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

Отпечатано в ООО «ДЕАЛ». 630033, г. Новосибирск, Брюллова, 6 а, +7(383) 3-340-270, www.dealprint.ru

Дата выхода в свет 10 октября 2022 года. № 10 (153). Тираж 3 500 экземпляров.

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

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



ГЕНЕРАЛЬНЫЙ ПАРТНЕР ЮБИЛЕЙНОГО ВЫПУСКА

Стать генеральным спонсором октябрьского, юбилейного, номера нашего журнала согласился наш многолетний друг и надежный партнер — «Первая частная клиника». Он всего на два года старше «Дорогостоящего удовольствия», поэтому, несмотря на совершенно разные сферы нашей деятельности, мы росли и развивались в параллельных направлениях, набирая силу и авторитет, завоевывая уважение томичей. У каждого из нас свой «народный знак качества»: у «Первой частной» — доверие пациентов, у «Дорогостоящего» — доверие читателей. Профессионализм высочайшего уровня в своих областях — то, что объединяет нас, то, что стало основой нашей долгой и крепкой дружбы. Мы рады, что специалисты «Первой частной клиники» в первую очередь делятся новостями из своей жизни с нами, что мы в курсе всех инновационных медицинских технологий и передовых открытий. Нам приятно, что клиника связывает свое имя и деловую репутацию с томским изданием-долгожителем, и верим, что наши партнерские отношения будут становиться только прочнее.

г. Томск, пер. Макушина, 14 б



chastna1



651-650

www.1klinik.ru



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



стр. **224**

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера

Вы держите в руках 153-й выпуск «Дорогого». И эта колонка редактора для меня особенная. Именно осенью 15 лет назад вышел первый номер. 15! И конечно, можно подвести некие промежуточные итоги, ведь наша история в Томске продолжается.

Начнем с цифр? Они всегда выглядят солидно и впечатляюще.

Итак, статистика в среднем по каждому номеру (приблизительная, ведь если я сяду считать с доскональной точностью, то пропаду на месяц ☺):

40 фотосъемок. $40 \times 153 = 6\,120$ фотосъемок
160 страниц. $160 \times 153 = 24\,480$ страниц
30 интервью. $25 \times 153 = 4\,590$ интервью
65 клиентов. $65 \times 153 = 9\,945$ клиентов
5000 печатных экземпляров. $5000 \times 153 = 765\,000$ печатных экземпляров

Еще мы решили блеснуть арифметическими знаниями и посчитали, что, если сложить все печатные номера друг на друга, то стопочка получится приличной — высотой с какую-нибудь из горных гималайских вершин.

А теперь эмоции! Ведь без них ничего бы не было.

За каждой самой маленькой или самой большой цифрой стоит профессиональный творческий труд сотрудников редакции. Изо дня в день, из номера в номер мы прилагаем максимальные усилия, чтобы всё получилось круто. Иногда идеи просто бьют из нас красочным источником, а иногда рождаются, как и положено, в муках. ☺ Но позитива и креатива всегда больше — мы специально проводили самодиагностику, поверьте. Посмотрите нашу редакционную фотосессию на стр. 96-106. Вот так примерно и выглядит красивая глянцевая кухня. ☺ За каждым закреплены свои функции, но только вместе, только в команде мы делаем свою работу на отлично.

Мы с нуля научились организовывать успешные ивенты и даже можем давать обучающие мастер-классы на эту тему. Знаем, как эффективно проводить мотивационные собрания и антикризисные встречи — это вообще наш конек. И сегодня мы точно знаем — безвыходных ситуаций не бывает. Задачу, которую не под силу решить или выполнить одному, редакция в виде коллективного разума щелкает на раз-два. Да, бывает трудно и сложно. Однако все перекрывается эмоциями, которые редакторы, дизайнеры, менеджеры испытывают, когда держат в руках свежий номер из типографии.

Что такое печатное издание в XXI веке? Это по-прежнему так необходимая нам потребность в ощущениях — визуальных, тактильных, эмоциональных. А еще? 15 лет мы помогаем развитию бизнеса в Томске. 15 лет несем красоту в бесконечном ее многообразии. 15 лет стараемся быть интересными для своего читателя. И у нас получается. Спасибо всем, кто пишет эту историю с нами!



You & Me
NEW COLLECTION

CICLÓN
1998

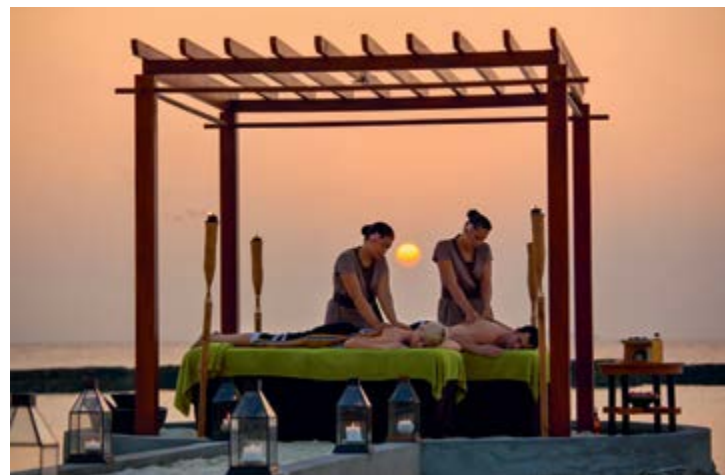
РУССКИЙ ШАРМ

АРТ БУТИК

ул. Никитина, 99 (Модная галерея ante prima), тел. 8-961-098-19-33



199



стр. 212

ФРЕШ

14 Письмо редактора

22 Вещи с именем

ЛЮДИ

28 Герой номера
Андрей Киселев

34 Команда профи
*Светлана Некрасова
и Ксения Язвенко*

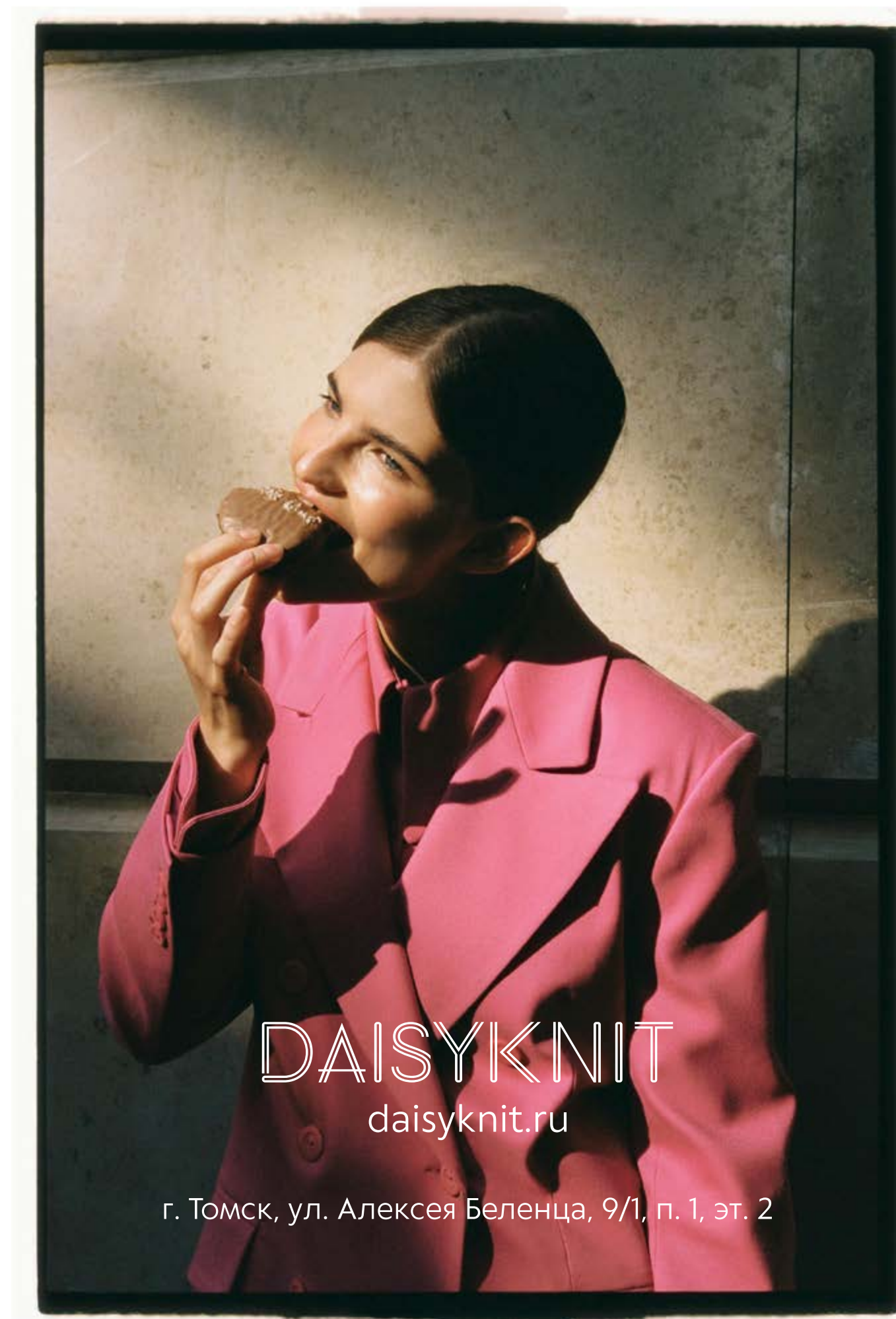
44 Личный взгляд
Анна Подлеснова

48 Персона
Виталий Надыршен

23



стр. 152



ЮБИЛЕЙ

- 56 Хрустальная дата
60 Письма читателей
63 Парад звезд
82 Фокус-группа
15 лет спустя...
96 Фотопроект
Кухня редакции

153



ФРЕШ

- 110 Анонсы
116 Развитие
Валентина Богачева
118 Мысли вслух
Галина Завгородняя
120 Звезда
Улыбка Джокера

LOOK&STYLE

- 124 Обзор
Глобальное утепление
130 Фэшн-стори
Эта планета
140 Фотопроект
Хрупкая история
150 Новости



стр. 125



127



стр. 126



СПАЛЬНЫЙ
ГАРНИТУР
В НАЛИЧИИ

Октябрь 2022

BODY&BEAUTY

154 Тема сезона
Предметы осени

158 Здоровье
Интегративный подход

184 Персона
Возвращение цвета

191

HOME&DESIGN

190 Вдохновение
Место встречи

FUN&TOYS

200 Спецпроект
Хочу на обложку

208 Спецпроект
Я — бренд

212 Luxury Holiday
Kurumba Maldives

В каждом номере

218 Визитки

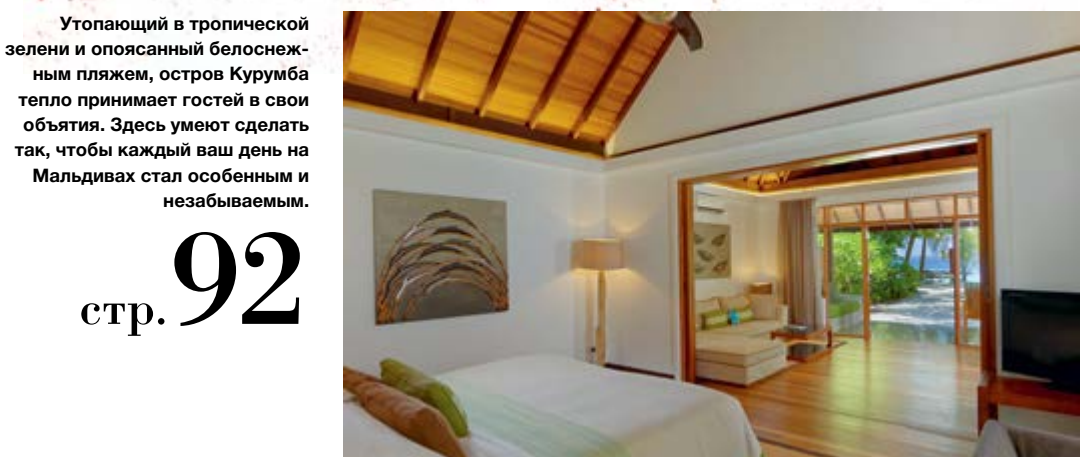
220 Светская хроника

223 Модные адреса

224 Гороскоп

Утопающий в тропической зелени и опоясанный белоснежным пляжем, остров Курумба тепло принимает гостей в свои объятия. Здесь умеют сделать так, чтобы каждый ваш день на Мальдивах стал особенным и незабываемым.

стр. 92



Новое меню

в ресторане паназиатской кухни

БАМБУК

Попробуйте все

ул. Гагарина, 2, тел. 526-111, positiveeating.ru



ХРУСТАЛЬНЫЕ ТРАДИЦИИ

Уже более 100 лет Дом Lalique, расположенный в Эльзасе, известном своими стеклодувами, прославляет традиции этого векового мастерства. Стиль Lalique легко узнаваем во всем мире благодаря искусной ручной работе с формами и декором хрустальных шедевров. Богатая палитра отделки создает калейдоскоп характерных особенностей: контраст прозрачного и матового стекла, плавная «мягкость» форм, природные мотивы и многочисленные отсылки к стилям Ар-Нуво и Ар-Деко.



НОВОЕ СОКРОВИЩЕ

Новым дополнением в коллекции Chopard Temptations стали яркие ажурные серьги из платины и розового золота. Их хочется рассматривать, словно шкатулку с драгоценными камнями, останавливая взор на каждой детали. По контуру серьги обрамляет ряд круглых бриллиантов, а живописная центральная часть составлена из оранжевых сапфиров, рубинов грушевидной огранки, аметистов и цаворитов. Неизменным источником вдохновения для ювелиров Chopard при создании потрясающих украшений является величественная красота природы.



СТЕБЕЛЬ БАМБУКА

Нормандская компания THG Paris, всемирно известный производитель смесителей и аксессуаров ремесленной работы для ванных комнат, создала новую арт-коллораацию с люксовым брендом Lalique. Концепция новой коллекции BAMBOU – растительный мир, воплощенный в хрустале. Это альянс классики и современности, где в хрупких линиях прозрачного хрустала воплощается твердость бамбука. Комплектующие для раковин, душевых и ванных гармонируют с аксессуарами, дополняя коллекцию в самых роскошных вариациях отделки: хром, золото, никель, родиевое серебро и розовое золото.

ИТАЛЬЯНСКОЕ СОВРЕМЕННОЕ ДОСТУПНОЕ



Запишитесь на консультацию
к стилисту с образованием
Istituto MARANGONI

в модной галерее
ante | prima
МОДНАЯ ГАЛЕРЕЯ

ул. Никитина, 99, anteprema.ru



КРАСОЧНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

Смелость римских ювелиров Bvlgari воплотилась в яркой и радостной коллекции коктейльных часов Divas' Dream. Игра с формами и размерами создала невероятные композиции, подобные коктейлям, которые можно надеть на запястье.

С 1950-х годов стиль Bvlgari славится кабошонами и дерзкими цветовыми сочетаниями ярких камней. Эти характерные эстетические черты неизменно прослеживаются в культовых часовых коллекциях бренда.



Банкетный дом

PREMIER

Новое стильное пространство
для любых событий



Живописное место в черте города / До 80 человек / Бар, сцена, камин
Праздничные и деловые мероприятия / Свадьбы / Корпоративы / Выпускные
Дни рождения / Конференции / Презентации / Бизнес-ланчи / Обучение, мастер-классы

Большая часть современной жизни связана с компьютерами или смартфонами: мобильный банк, доставка еды и товаров, онлайн-шопинг и так далее. Представить свою жизнь без технологий нам уже сложно, причем в любой сфере: бизнес — не исключение. Но в то же время звучат мнения о том, что диджитализация влечет для человечества не самые радужные последствия.

БУДУЩЕЕ В ЦИФРЕ

Гостем нашей редакции стал Андрей Киселев, IT-директор компании iFellow — разработчика собственных продуктов и интегратора высокотехнологичных решений, оказывающей консалтинговые услуги в сфере информационных технологий. Один из филиалов компании (всего их в России шесть) есть в Томске. А он, по словам нашего героя, известен как город «джунов» (младших специалистов-разработчиков), университетов и светлых умов.

Широкие компетенции и знания Андрей получил благодаря участию в самых разнообразных проектах IT-сферы. Начиная в 2014 году как инженер техподдержки, затем долго работал в аутсорсинге, с компаниями из множества отраслей — от небольших магазинчиков до Министерства спорта и крупных госучреждений. В 2019 году связал свою карьеру с iFellow, где стал IT-директором, а позже возглавил томский филиал компании.

Для нас эта встреча стала поводом поговорить с экспертом о будущем IT в нашей стране и в глобальном масштабе, а также о том, каким был бы современный мир без цифровизации.

— Андрей, на ваш взгляд, что будет, если полностью отказаться от IT? Возможно ли это сегодня?

— На текущий момент, конечно, нет. Но если пофантазировать, можно представить постапокалиптический мир, где нет IT-систем. Есть только ручка и бумага, нет электронной почты, а есть почта бумажная. Само собой, многие процессы будут просто стоять на месте, мы погрязнем в бюрократии. Возможно, будут и определенные плюсы: у почтальонов прибавится работы, и больше людей будет занято перекладыванием бумаг с места на место. Но многие отрасли просто не будут развиваться. IT в моем понимании — это о том, как за короткий период времени компании сократить издержки, больше зарабатывать и извлекать максимум пользы. Это верно для любой отрасли. Когда компания осознает, что ей необходима цифровизация — значит, она выросла до определенного уровня и начинает оптимизировать свои внутренние процессы.

— Оптимизация — это логичный этап для любой деятельности?

— Да, ведь мы поначалу вели записи на бумаге, но потом поняли, что это не очень удобно, и что искать в картотеке или журнале определенную строчку сложнее, чем найти данные в цифровой базе. На определенном этапе компании начинают оцифровывать процессы под свои внутренние нужды и могут использовать готовые коробочные решения, например, различные CRM-системы. Бизнесы из разных отраслей во многом похожи, но при этом обладают и уникальностью. У каждого — свои внутренние процессы, которые необходимо «довести до ума», и IT-системы очень в этом помогают.

— В чем, например?

— Часто бывает так, что собственник бизнеса не может увидеть важные моменты, но именно за счет цифровизации получает нужную аналитику — и в плане цифр, денег, и в плане операционных процессов. Многие «подводные камни» именно тогда и всплывают на поверхность. И исправить часть таких просчетов возможно, тоже используя информационные технологии.



— Но оборотная сторона цифровизации — это высокий риск потери личных данных, киберпреступность и прочее. Раньше деньги хранились в сберкассе и были под надежной защитой. А сегодня фактически кто угодно может взломать электронный кошелек и вывести эти ресурсы.

— Совершенно верно, возможная утечка данных — это один из актуальных рисков, но надо понимать, что и в условную «бумажную» эпоху он был. Операторы — это ведь обычные люди, которым свойственно делать нормальные человеческие ошибки. Если сейчас мы замечаем просчеты или нарушения почти мгновенно, то раньше подобные инциденты скрыть было гораздо проще и их не сразу обнаруживали. Вот отсюда и

мы получаем товары со всех регионов. Это тоже заслуга цифровизации, вручную обеспечить это в таком объеме было бы просто нереально.

— Как, на ваш взгляд, на развитии диджитал-сферы отразилась пандемия?

— Она, прежде всего, доказала работодателям, что люди могут работать из дома и, по данным исследований, делать это более эффективно, чем в офисе. Такие сотрудники очень вовлечены и выполняют — а часто и перевыполняют — все возможные планы. Но есть и те, кому необходима какая-то социализация, им комфортнее приходить в офис. Здесь многое зависит от специфики работы, но, если говорить о программах, многие

зарплаты, заказчику — потому что мы увеличиваем емкость найма. Я открыл для себя новые источники, откуда можно «черпать» светлые умы. Мне кажется, такие подходы позволили отрасли сделать большой скачок.

— Объем электронных услуг за последнее время, кажется, тоже вырос?

— Да, если говорить про цифровизацию в разрезе страны, хороший пример — налоговая служба. Это лидер цифровизации — начиная от личного кабинета налогоплательщика, заканчивая внутренними процессами ведомства, серверами. А это действительно колоссальный объем данных, это налоги всей страны. И за относительно короткий промежуток

Мне кажется, сейчас **ТЕКУЩИЙ КУРС СТРАНЫ** — максимально **ЦИФРОВИЗИРОВАТЬСЯ**, объединить различные системы, **СОКРАТИТЬ** количество межведомственных обменов, которые ведутся на бумаге.

миф о надежности. Но вообще эта битва вечна: одни защищают важные сведения, другие хотят их незаконным путем получить, чтобы заработать. Без такого противостояния не будет развития. Да, сейчас есть сливы и утечки, но и системы безопасности постоянно «докручиваются», становятся совершеннее.

— Можно ли утверждать, что цифровизация каким-то образом стимулирует развитие экономики?

— В первую очередь нужно учитывать, насколько огромен масштаб цифровизации — какое число людей она охватывает сегодня. Добраться до них ранее было нереально. А сейчас онлайн-банк есть на каждом телефоне, и количество транзакций, операций кратно возросло. Возрос и диапазон возможностей, это влияет положительно на экономику всей страны — потому что деньги перемещаются, различные отрасли развиваются,

разработчики — интроверты, у них своя зона комфорта. С приходом пандемии их работодатели поняли, что нужно в том числе обустраивать рабочие места дома, многие IT-компании предоставляли членам своей команды не только корпоративные ноутбук и мониторы, но даже мебель. Мы своим сотрудникам в этом тоже не отказывали, если такие потребности возникали.

— Сейчас все вернулось на круги своя?

— Сейчас, если анализировать вакансии, видно, что работодатель предлагает гибридный или дистанционный режим работы. Еще один аспект: именно в пандемию многие наши заказчики и партнеры дали возможность брать на проекты ребят не только из Москвы, но и из регионов, что очень выгодно для обеих сторон. Регионам — потому что мы привлекаем людей на хорошие московские

времени там удалось свернуть бюрократические горы и уйти в цифровизацию. Получить налоговый вычет сейчас можно с помощью нескольких кликов мышки и дистанционного заполнения форм — без очередей и оперативно. И процесс на федеральном уровне продолжается, идет объединение различных IT-систем, чтобы был доступ к большому количеству электронных услуг. Мне кажется, сейчас текущий курс страны — максимально цифровизироваться, объединить различные системы, сократить количество межведомственных обменов, которые ведутся на бумаге. Чтобы граждане не ждали справки месяцами, а могли сделать запрос и получить ответ через приложение в телефоне. И это, на мой взгляд, круто.

— Проще говоря, информационные технологии облегчают жизнь всем без исключения?



Локация: новое офисное здание на ул. Советской, 78, тел. 32-07-24

— Конечная их ценность для пользователя — в скорости, в удобстве и в возможности использовать те льготы и вычеты, права на которые нам предоставляются государством. Думаю, если грамотная цифровизация придет в каждое ведомство, и оно будет предоставлять удобный сервис для гражданина — это будет очень значительным достижением. Потому что в таких системах мы на каждом этапе видим ответственное лицо, и если что-то идет не так, уже начинают работать различные управленческие решения. Поэтому цифровизация — уже «маст хэв», все неумолимо к ней идет. Но следует понимать — людей очень много, ведомств много, какие-то процессы идут с 90-х годов, и от старых баз мы отказываемся постепенно.

— Может ли IT-отрасль развиваться локально, в отрыве от глобальной среды. Насколько реальна такая изоляция для России?

— Изолировать Россию, на мой

взгляд, невозможно. Даже если сделать это в контексте интернета, на примере Китая мы видим — цифровизация и IT-системы у них все равно прекрасно работают. Причем — безотносительно вопросов морали и политики — они способны фильтровать контент, который к ним входит и от них выходит, в масштабе миллиардной нации. Нужно понимать, что изолировать IT-специалистов уже попросту не получится. Они уже знают определенные «рецепты», где и что взять, как пользоваться тем или иным ресурсом. Потому что IT-сообщество изначально формировалось вне политики, так было практически всегда. Подтверждение тому — концепция open source — это открытые для всех проекты софта, который любой человек может насыщать своей кодовой базой, своими идеями, и неважно, в какой стране находится этот специалист. Благодаря этому конечный продукт open source-проекта получает развитие, в этом его основная ценность.

— Вы согласны с тем, что ограничения, в которых наша страна оказалась, могут, наоборот, способствовать развитию наших технологий?

— Многие используемые IT-системы — зарубежные, и из нашей страны их действительно стало невозможно купить. Но для нас эта ситуация может стать грандиозным толчком, чтобы забрать, условно, бразды правления у бывших монополистов. Высвободился объем рынка — и я уверен, что компании, которые способны просчитать ситуацию и возможную прибыль и шансы для развития, займут сейчас конкурентоспособную, в сравнении с зарубежными вариантами, позицию. Не исключая и того, что спустя определенное время гнаться будут уже за нами. В отношении продуктов и решений мы получили хорошие шансы: у нас есть козыри, люди, деньги. Думаю, мы станем только сильнее, пусть даже на это потребуются время — это касается и софта, и специалистов. Раньше мы пользовались



“ИТ этим и прекрасны: если ты **НЕ ДЕЛАЕШЬ ТАК ЖЕ**, как другие, это не значит, что делаешь неправильно. Компания может создать **ПРОРЫВНУЮ ТЕХНОЛОГИЮ**, которой до этого никто не пользовался.”

чужими технологиями, но у нас тоже много светлых умов.

— **А если более конкретно?**

— Развитие сейчас получают open source-проекты. В hardware наблюдается тенденция open-project-серверов — это открытые проекты, с нужным набором «рецептов», как в своих условиях на определенном оборудовании изготовить тот или иной сервер. И я знаю отечественные компании, которые как раз этим и занимаются, решают такие вопросы самостоятельно на местах. Это большой стимул в плане «железа» — изготовить свое. Да, есть определенные

проблемы с компонентной базой — те же самые процессоры, но, кажется, это вопрос времени. У нас есть нужные ресурсы, основная проблема сейчас — в станках, технологиях, но уверен, это решаемо. Если что-то получилось у других, почему это не может получиться в России?

— **Когда говорят про векторы развития ИТ, глобальные и наши российские, какие из них вам кажутся наиболее перспективными на ближайшие 10—15 лет? На чем, на ваш взгляд, можно сфокусироваться?**

— Если говорить о России в плане

ИТ-систем, первый фокус — это импортозамещение и выход на определенные позиции внутреннего рынка. Кто сможет им завладеть и грамотно удовлетворить все потребности конечных пользователей, условно станет царем горы.

— **Какие тренды развития ИТ, по вашему, со временем могут уйти, а какие точно останутся? На что можно делать ставку, если речь идет о создании стартапов, проектов и т. д.?**

— Универсального ответа, в какую сторону идти, не существует. Нужно опираться на свои скиллы, способ-

ности и расположенность. ИТ этим и прекрасны: если ты не делаешь так же, как другие, это не значит, что делаешь неправильно. Компания может создать прорывную технологию, которой до этого никто не пользовался. Сейчас на максимальном хайпе, пожалуй, метавселенные, в которые активно вкладываются в том числе глобальные корпорации. Но их практическое применение сейчас сложно представить.

— **Почему? Ведь о них сегодня слышали даже самые непродвинутые...**

— Давайте сравним. Возьмем, технологию VR, она понятна: машинное зрение помогает увидеть какие-то изъяны в той или иной конструкции — в сфере строительства, например. То есть технология позволяет провести ремонт сложных технических комплексов, расположенных в труднодоступных местах, добраться до которых просто нецелесообразно. И головной офис может корректировать действия человека, который находится на месте, и удаленно его руками что-то починить или перенастроить. Эти технологии применяются уже сейчас, и развитие понятно. С метавселенными пока не очень ясно, к чему это приведет. Кажется, это здорово, что люди придумывают отдельные миры, в которых можно вести какую-то деятельность. Но как это будет использовано в практической плоскости, пока сложно представить. К тому же мы столкнемся с другим уровнем киберпреступности. В играх есть читеры, а что будет в метавселенных? Но будет интересно посмотреть, куда эта технология шагнет.

— **Стоит ли локальному бизнесу инвестировать в технологии? На какие из них важно обратить внимание?**

— На крупных предприятиях уже хороший уровень цифровизации. В каждой отрасли существуют определенные требования, и сама компания, зная их, обращается к интеграторам. В любом случае все зависит от конечных ценностей и потребностей заказчика. В малом бизнесе уже есть готовые коробочные



решения, которые обходятся дешевле. Возможно, стоит их популяризировать: проводить вебинары, рассказывать об этих системах — ведь они помогают построить аналитику, увидеть определенные моменты «просадки» в бизнесе, уяснить, как идет поток денег и где можно сэкономить или как оптимизировать ресурсы.

— **То есть, для начала, надо осознать, в какую сторону оптимизировать, и потом найти тех, кто это сделает?**

— Конечно. Надо понять бюджет

и то, какую цель мы хотим достичь. Потому что цифровизация не бывает абстрактной, ты всегда преследуешь конкретную цель и определяешь ценность. Например, мне необходимо оцифровать какую-то часть оперативной деятельности, чтобы люди не тратили на такую работу по 8 часов и уходили домой не в полночь, а вовремя. И я, как бизнес, готов потратить на это определенную сумму.

пр. Фрунзе, 103, тел. 99-02-34, ifellow.ru



Сильнее вместе

Опыт, знания, высокая профессиональная репутация, настойчивость и постоянное стремление к развитию, ответственность и любовь к своему делу — помножьте эти качества надвое, и вы получите уникальный тандем, которому под силу решить, кажется, любую задачу. Расположенные под одной крышей «Центр здоровья кожи и волос доктора Язвенко» и «Центр лазерной косметологии доктора Некрасовой» воплощают принцип синергии, подтверждая своим сотрудничеством невероятный эффект взаимодействия дерматологии и эстетической косметологии.

Мы встретились с руководителями центров — Ксенией Аркадьевной Язвенко и Светланой Владимировной Некрасовой, чтобы поговорить о том, как междисциплинарный подход улучшает качество жизни пациента.

— Именные клиники — это, несомненно, ваша репутация как врачей, это личный бренд. Но, кроме этого, еще и ответственность как руководителей. Сегодня, спустя 4 года после открытия центров, вы все-таки больше руководители или врачи?

Ксения Язвенко: Я, конечно, больше врач, мне по-прежнему интересно развиваться в своей области, мне интересна научная деятельность. С появлением центра пришлось многому учиться и в своей административной должности: ор-

ганизации работы предприятия, работе с персоналом. С другой стороны, если человек, особенно врач, не любит получать знания, я бы такому специалисту не доверяла. (Улыбается.)

Светлана Некрасова: Соглашусь с Ксенией Аркадьевной: мы пришли из медицинской среды, начинали врачами. Без этой практики была бы невозможна научная деятельность, которую мы ведем сегодня, и, следовательно, невозможно развитие наших центров. У нас четкое разграничение сфер деятельности — косметология и дерматология. Но пациентов мы никогда не делим, наша общая конечная цель — результат, и чтобы пациент его увидел. Если мы этого не можем, подключаем сторонних специалистов. Помочь и по максимуму улучшить то, что существует, — вот это конечная цель. Поэтому мы все-таки больше врачи, и только потом управленцы. Но за счет того, что работаем в паре, на одной территории, мы помогаем друг другу в каких-то организационных моментах.

ДЕРМАТОЛОГИЯ — СПЕЦИАЛЬНОСТЬ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ

— *Ксения Аркадьевна, расскажите о ваших пациентах, с чем к вам обращаются?*

— Мы ведем пациентов любого возраста и пола, в том числе детей. С одной стороны, у нас клиника полного цикла для дерматологических пациентов. Мы берем любые нозологии: болезни кожи, проблемы кожи головы и роста волос. С другой стороны, мы не стремимся стать многопрофильной клиникой — невозможно объять необъятное — а остаемся небольшим узкоспециализированным центром, на базе которого есть все необходимые специалисты и оборудование высокого класса для диагностики кожных заболеваний, в том числе и злокачественных.

— *При подозрении на злокачественное новообразование, как дальше взаимодействуете с пациентом?*

— Есть четкая логистика: такого пациента мы направляем к конкретному профильному специалисту в других клиниках. Буквально записываем на прием, особенно если ситуация безотлагательная, и передаем из рук в руки. То же самое касается инфекционных заболеваний, детской дерматологии. Мы много работаем с педиатрами, эндокринологами. Это врачи, которым доверяем, к которым мы обращались сами — все гарантировано проверено на себе, на членах своей семьи, родственниках.

— *Почему для вас так важно участвовать в процессе, даже когда пациент уже не в вашей «юрисдикции»?*

— Это, конечно, репутация — в конце концов, моя фамилия висит на вывеске клиники. А с другой стороны, мы просто не можем по-другому. Мы организовали этот центр, потому что любим своих пациентов. Ну, правда, я люблю свою работу, люблю людей, очень хочу им помочь! И всегда придумую, как это сделать. Более того, пациенты знают: если они переезжают, мы найдем им врача и в другом городе. Мне кажется, что это правильно, так и должно быть.

— *Знаем, что у вас свой подход к процессу лечения пациента, в чем он заключается?*

— Считаю, что основой современной медицины должна быть именно наука. В своей работе мы опираемся на доказательную медицину, это некий конгломерат из науки (мы выдаем пациентам рекомендации, основываясь на научном знании, на исследованиях), моего личного опыта и подбора лечения, исходя из личных особенностей пациента (финансовых возможностей, образа жизни, психологии личности).

— *То есть, назначение терапии — это не ультиматум, пациент может выбрать удобный для него вариант лечения?*

— Да, мы именно этого придерживаемся. Существуют, конечно, и другие варианты — в конце концов, для отечествен-



Одежда: ELIS, ТРЦ «Изумрудный город», 3 этаж
Макияж и укладка: салон красоты «Алессандро», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20
Локация: арт-пространство «Zalisha», пр. Ленина, 50, zalishaart.com

ной медицины более характерен патерналистский подход. И есть пациенты, которые принимают только его, они говорят: «Какой-то странный доктор, заставляет меня выбирать. Просто скажите, что делать, и я пойду». Не говорю, что это неправильно, просто мне такой подход не близок. Дерматология — это специальность качества жизни. Я в своей практике стремлюсь к балансу между тем, что пациента надо вылечить, и тем, что его лечение не должно быть тяжелее, чем сама болезнь, иначе он попросту прекратит его. Мы же рассчитываем на длинный курс терапии. Поэтому взаимодействие «врач—пациент» очень важно. Найти правильный подход к пациенту — задача любого врача. Человек должен понимать: он может мне доверять, в любой момент прийти посоветоваться, получить помощь. И главное, что его лечение — не только моя работа. Так случилось, что я чуть больше разбираюсь в этом, но работаем мы вместе с пациентом. Такое взаимодействие — это еще один столп, на котором держится та самая любимая мной доказательная медицина.

— *Для назначения лечения важна точная диагностика, какими аппаратами располагает клиника на сегодняшний день?*

— Мы весь этот центр «сочинили», чтобы помогать пациентам. Поэтому здесь появился аппарат Fotofinder — лучшая система диагностики новообразований, диагностики в трихологии, к тому же он очень помогает и в эстетической медицине. Это «моя прелесть». (Улыбается.) Fotofinder является пере-

довым в своей области, он очень удобен, функционален. На нем хорошо видно динамику развития кожных заболеваний, в том числе и самому пациенту. Возвращаясь к доказательной медицине: как сравнить «до» и «после»? Красное пятно было и прошло — это понятно. А, например, в трихологии? Вот мы сделали фототрихограмму, посчитали количество волос на квадратный сантиметр до лечения и через 3 месяца. Тут сразу вопросы у пациента снимаются, и он дальше идет лечиться... Вот это хорошая доказательность, это работает. Приобрели мы и аппарат ультрафиолетовой терапии — Дермалайт, а к нему еще и эксимерный лазер. Сейчас с точки зрения дерматологии у нас даже аппаратный блок такой, какого нет нигде в регионе. Пациенты едут к нам со всей страны, по рекомендациям. Хотя врачебное сообщество довольно закрытое, мы все друг друга знаем.

К НАМ ПРИХОДЯТ ЗА ЭСТЕТИКОЙ

— *Светлана Владимировна, в косметологии у вас устойчивая репутация передовика в работе с лазерами, расскажите, как выбирается оснащение центра?*

— Мы работаем на аппаратах проверенного итальянского бренда DEKA. Тесно общаясь с производителем, побывали на заводе во Флоренции, все посмотрели самостоятельно, увидели всю «кухню» изнутри и поняли: это действительно безопасное и высокотехнологичное оборудование. У нас накоплен огромный практический опыт работы с лазерами, мы имеем настолько высокую репутацию, что к нам нередко обращаются дистрибьюторы с просьбой взять аппарат на апробацию, дать рекомендации по его улучшению. Как уже отметила Ксения Аркадьевна, мы — за научный подход. Поэтому выбираем завод-производитель, который выпускает не только лазерное косметологическое, но и медицинское оборудование для урологии, онкохирургии и так далее. Это те блоки, которые имеют мощную научную, доказательную базу, где проведено множество исследований. Аппаратура, которая у нас стоит, — вся безопасная, проверенная на себе и своих близких. Почему этот критерий особенно важен в косметологии? Потому что к нам приходит здоровый пациент, приходит за эстетикой, этим наша аудитория отличается от дерматологической или от хирургической.

— *Аппаратная косметология — важное, но не единственное ваше направление?*

— Да, мы оказываем полный спектр косметологических услуг — аппаратная, инъекционная, уходовая, реабилита-

онная. Без этого современная косметология невозможна, ведь нельзя провести то же фракционное лазерное омоложение и не реабилитировать пациента после процедуры, не напитать кожу гиалуроновой кислотой и пептидами. У нас мощная инъекционная косметология, наши доктора имеют международные сертификаты, проходят постоянное обучение на кадавер-курсах (изучение на трупах, куда вводить препарат, это высший пилотаж инъекционной косметологии), чтобы минимизировать риски для пациентов. У нас прекрасные специалисты в уходовой косметологии — очень грамотные, думающие. Мы проводим потрясающие уходы по телу, великолепный поэтапный массаж, который начинается с пяток и заканчивается лицом и головой. Важно помнить, что красота лица зависит от здоровья тела. Мы нередко работаем со стоматологами, потому что не все можно исправить только инъекциями. В целом, стремимся помочь пациенту пройти полный цикл омоложения — от начала и до конца. Ведь если он к нам приходит, значит, доверяет. Когда видим, что не сможем помочь пациенту, — говорим об этом прямо. Нас рекомендуют как честных специалистов, а это очень ценно.

— *Какое ваше понимание эстетики, ведь оно нередко разнится у врача и у пациента?*

— Наша идеология — делать все максимально физиологично, максимально корректно, чтобы человек сохранял свою индивидуальность, но при этом выглядел очень хорошо и ухожено.

ОСНОВОЙ современной
медицины ДОЛЖНА БЫТЬ
ИМЕННО наука. В своей
работе мы ОПИРАЕМСЯ на
доказательную МЕДИЦИНУ

Тогда он будет уверен в себе. Вообще косметология — это очень сложное направление, потому что, как я сказала, к нам за эстетикой приходят здоровые люди. И мы всегда работаем на грани фола. Например, проводя омоложение фракционным лазером, если перестараться с мощностями, можно получить «эффект сетки», который какое-то время будет виден.

Вот почему важен практический опыт специалиста, его желание развиваться и оттачивать свои знания и навыки. К счастью, у нас работают именно такие врачи, среди них один кандидат наук, пять красnodипломников.

— *Еще один важный блок вашей работы — дерматокосметология, что это такое?*

— Это косметология осложнений, когда мы восстанавливаем пациентов после серьезных пластических, хирургических операций, после неудачно проведенных косметологических процедур. Таких пациентов достаточно много. К нам приходят с рубцами (любого происхождения: постакне, авария, травма), с сосудистой патологией (это уже дерматозстетика). При проведении терапии в этих случаях часто работаем в паре с флебологами и сосудистыми хирургами. Также занимаемся лечением

розацеа, пигментных пятен — это дерматологические проблемы, которые требуют совместной работы с терапевтом, эндокринологом. Работаем с ладонно-подошвенными бородавками, с грибковым поражением ногтей. Как видите, поводов обратиться к нам довольно много. (Улыбается.)

— *Эстетическая косметология сегодня все больше говорит о необходимости не задерживаться с первым визитом к врачу, не ждать, пока «гром грянет» и вовремя предпринять превентивные меры. Когда это лучше всего сделать?*

— Всегда говорю: обращаясь в 30 лет, в 40 вы будете выглядеть на 30. Грамотно подобранные процедуры затормаживают процесс взросления. Просто для каждого этапа жизни есть свой определенный «золотой стандарт» процедур. Первый цикл — это 28—30 лет и первые видимые возрастные изменения — мимические морщинки. Мы делаем акцент на увлажнение кожи, на работу с мимическими мышцами, но не с морщинками. Акцент на хороший, правильный домашний уход, на уходовые процедуры массажа, микротоки. Если к нам пациентка приходит в 38—40 лет, во второй пик возрастных изменений, идет уже другая динамика: начинает проявляться легкая депрессия кожи, ее тонус снижается, человек замечает ухудшение цвета лица, расширенные сосуды, признаки фотостарения. И третий пик — 48—50 лет, когда поплыл овал лица, сместились жировые пакеты, губы стали тоньше, виски запали. Здесь мы будем работать совершенно по другим золотым стандартам. И вот таким образом мы управляем изменениями в коже.

СИНЕРГИЯ, КОТОРАЯ РАБОТАЕТ

— *Междисциплинарный подход, реализованный на базе ваших клиник, — это ваше конкурентное преимущество?*

Ксения Язвенко: Мне очень нравится понятие синергия — когда каждая половинка играет свою роль, но вместе мы даем эффект лучше, чем по отдельности. Именно поэтому мы вместе. Косметология без дерматологии никуда — мы, в конце концов, с одним и тем же органом работаем. И дерматология без косметологии не может существовать: нельзя назначить лечение и не подобрать уход. Например, у нас есть подологи, и пациент с проблемными ногтями не просто получит направление на процедуры или рецепт, но обработанные и максимально ухоженные ноги. И качество жизни у него будет другое, даже в период прохождения лечения женщина сохранит эстетику своих ног. То же самое в трихологии: нельзя назначить лечение и не рассказать, как мыть голову, чем помочь, как ухаживать за волосами. Как дерматолог, я не могу пролечить пациента с тяжелым акне и сказать: «Ну всё, ты молодец, а где тебе убирать рубцы — ищи сам». Нет, он так же будет заботливо передан в руки Светланы Владимировны и ее специалистов, которым я доверяю, с которыми у нас общая философия и общие ценности. И пока он не скажет: «Всё, мне нравится, я доволен!» — не отстанем. (Смеется.)



Одежда: ELIS, ТРЦ «Изумрудный город», 3 этаж
Макияж и укладка: салон красоты «Алессандро», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20
Локация: арт-пространство «Zalisha», пр. Ленина, 50, zalishaart.com

— *Нужно отметить, что между приемом пациентов и решением административных задач, вы вместе умудряетесь вести и научную деятельность, делиться своими навыками и знаниями с коллегами. Почему это важно?*

Светлана Некрасова: Мы просто дошли до стадии, когда многое накоплено и пришло время его отдавать. Мы пишем научные работы и совместные проекты на тему «лазер + инъекционная косметология», рассказываем об итогах своей работы на международных конгрессах. Кроме того, уже третий год сами проводим Сибирский международный конгресс по лазерной, инъекционной косметологии и дерматологии. Чем больше даешь, тем больше получаешь — и в плане притока пациентов, потому что врачи из других регионов, побывавшие на конгрессе, отправляют их к нам. И в плане получения уже и нами новых знаний, обмена опытом. Нам это дало и возможность сотрудничества по апробации аппаратов и препаратов, потому что производители видят уровень нашей экспертизы.

Плюс обмен и знакомства с другими докторами, другими городами — то, что позволяет нам своих пациентов передать в надежные руки, если они переезжают в другой город. Но основная цель — это доказательность и желание постоянно быть на пике технологий и знаний — чтобы дать своим пациентам самое лучшее.

Ксения Язвенко: Как бы заезжено это ни звучало, наша миссия — помочь пациенту. И я понимаю: если в результате по-

сещения нашего конгресса косметолог будет начинать диагностику именно с дерматоскопии, а заподозрив неладное, вовремя отправит человека к дерматологу или онкологу, то мы точно делаем свое дело не зря.

КОМФОРТНО ДОЛЖНО БЫТЬ ВСЕМ

— *Эстетическая косметология перестает быть чисто «женским» направлением. Количество мужчин-пациентов становится выше?*

Ксения Язвенко: К нам действительно ходят и мужчины, и даже дети, и мы постарались сделать так, чтобы в клинике было комфортно всем без исключения. Для детей есть книжки, раскраски, мы дарим им классные наклейки «мамина симпатяга» и «маленький супергерой», потому что они молодцы и делают все правильно. Приятно, что мужчин много не только у меня как у дерматолога, что в общем-то ожидаемо, но и в косметологическом блоке. К нам с одинаковым успехом ходят и медийно известные люди, и жители соседних домов, сотрудники соседних офисов... Потому что здесь у нас свой маленький мир, мы стараемся сделать его уютным и приветливым, и, по моему, у нас получается.

Светлана Некрасова: Мужчинам у нас, действительно, комфортнее. Порой, выходя в холл, вижу, что он полностью занят именно ими. Они получают косметологические процедуры, омолаживаются, ухаживают за собой. Мы работаем и с овалом лица, и с морщинами вокруг глаз. У нас разработан блок экспресс-процедур, благодаря которому никто никогда не поймет, что человек что-то делал. Для многих мужчин это важно. При этом, на наш взгляд, медицинский центр должен оставаться медицинским центром, это касается и интерьера, и соблюдения всех норм санитарии. Раз в неделю стерилизуется все вплоть до потолков: от этого зависит безопасность пациентов.

— *В этих стенах, действительно, чувствуешь себя как-то безопасно и уютно. Но без команды, которая стоит за каждым посещением, атмосфера была бы совсем иной!*

Ксения Язвенко, Светлана Некрасова: Во-первых, оба этих центра были бы невозможны без наших учредителей, нашей «феи-крестной» Натальи Поповой-Малковой. Это тот человек, который пришел к нам с «волшебной палочкой» и воплотил все наши мечты. У Натальи Степановны уже был опыт создания именных центров в рамках «Группы Медицинских Клиник», поэтому было и видение, и понимание того, как все должно работать, какой будет маркетинговая стратегия и так

ВАЖЕН практический
ОПЫТ СПЕЦИАЛИСТА, его
желание РАЗВИВАТЬСЯ
и ОТТАЧИВАТЬ свои
знания и НАВЫКИ

далее. Это позволило нам сфокусироваться на тех моментах работы наших клиник, которые непосредственно связаны с процессами лечения и взаимодействия с пациентами. Мы благодарны совету директоров за веру в нас и за поддержку, прежде всего, на этапе открытия и работы в первые полгода — когда было особенно непросто взять на себя управление, наладить бизнес-процессы. И сегодня их помощь и участие для нас важны и ценны.

Ксения Язвенко: Я также хочу поблагодарить весь наш коллектив. Ведь кроме непосредственно медицинского блока у нас есть команда, которая все держит на своих плечах: менеджер по закупкам, бухгалтерия и отдел кадров, специалист по маркетингу и АХЧ, служба чистоты — все они очень погруженные в свою работу люди. И наши администраторы в холле, наш колл-центр — они эмоционально живые, а это так важно в работе с людьми. Я иногда приезжаю раньше, открываю дверь и слушаю, как работает колл-центр: это просто музыка. Да, есть стандарты работы клиники, но это все изначально ложится на особую почву. Просто есть вещи, которые нельзя

объяснить: что с людьми надо быть человеком, что надо улыбаться, надо любить, хотеть помочь. И поэтому, когда я говорю, что хочу оставаться маленькой клиникой, речь не о масштабах, а об этом уюте и атмосфере. Мы единый организм, где каждая клеточка работает, и получается опять общая синергия. Вот это

то, что я считаю нашим огромным достоинством и конкурентным преимуществом.

Светлана Некрасова: Нам, действительно, очень повезло собрать коллектив, с которым мы на одной волне, который полностью разделяет нашу философию и честное, искреннее отношение к пациентам. Мы всегда открыты для новых специалистов, косметологов, но важно понимать, что такое «попадание» в общие ценности и принципы случается не часто. Я также очень благодарна нашим партнерам по поставке косметики, аппаратов, препаратов. Здесь тоже подобрались люди со схожими взглядами. И это делает нашу конструкцию очень устойчивой. Всегда есть те, на кого мы можем положиться.

Центр лазерной косметологии доктора Некрасовой,
ул. Кулагина, 6 д, тел.: 50-32-50, 607-605,
nekrasova.003doctor.ru, public211403003

Центр здоровья кожи и волос доктора Язвенко,
ул. Кулагина, 6 д, тел. 607-605, ☎8-913-820-19-50
yazvenko.003doctor.ru, centr_yazvenko



Образ: DAISYKNIT

В сентябре Томский филиал «Росгосстраха» переехал в новый офис, в здание на улице Набережная реки Ушайки. О том, какие страховые услуги предлагает старейшая российская страховая компания, мы спросили у директора Томского филиала «Росгосстрах» Жанны Вайвод. Наша встреча состоялась незадолго до очередного дня рождения компании — в октябре «Росгосстраху» исполняется 101 год!

— Жанна, с чем связан переезд филиала?

— В первую очередь, со стремлением поддерживать принятые в «Росгосстрахе» единые стандарты обслуживания клиентов: это современный офис и принципиально новый уровень сервиса.

«Росгосстрах» — уникальная страховая компания с более чем вековой историей. Она работает на всей территории нашей страны, у компании более 1500 страховых агентств и отделов, офисов продаж, 140 центров и пунктов урегулирования убытков. Под защитой «Росгосстраха» находится свыше 12 млн физических и около 240 000 юридических лиц. И не будем забывать, что «Росгосстрах» — один из крупнейших российских работодателей: в компании работает около 50 тысяч сотрудников и агентов.

— С переездом вашего офиса для жителей города что-то изменилось?

— Конечно, жители Томска только выиграли: Набережная реки Ушайки — это центр деловой активности

города, Губернаторский квартал: рядом расположены здания областной и городской администраций, отделения крупных банков, магазины, Большой концертный зал и Драматический театр. Добраться к офису можно любым видом транспорта, включая личный.

Но самое главное, в одно здание переехали сразу три подразделения филиала,



и теперь наши земляки могут получить в новом офисе все страховые услуги — как заключить договор, так и подать документы на страховую выплату.

Сегодня компания предлагает удобные по наполняемости страховые продукты, включая защиту имущества и здоровья. Также мы готовы разработать комплексную страховую программу для предприятий области — с учетом бюджета и пожеланий по набору услуг.

— Какие страховые продукты сегодня наиболее популярны?

— Во все времена людей волновало здоровье свое и близких, имущество. Пожалуй, не ошибусь, если скажу, что сегодня эти услуги и есть самые востребованные. Благодаря опыту, тесному контакту наших агентов со своими клиентами мы знаем, чего от нас ждут люди, поэтому разрабатываем и предлагаем максимально удобные для них страховые программы.

Так, с началом пандемии коронавируса у нас появились продукты, связанные с этим заболеванием, в частности, реабилитационная помощь после ковида. К началу вакцинации «Росгосстрах» запустил доступный по цене продукт «Иммунитет без риска» — это финансовая поддержка и медицинская помощь в случае нежела-

тельных осложнений после вакцинации.

Популярны сегодня различные программы каско. И конечно же, программы по страхованию жилья. Замечу, что «Росгосстрах» — лидер страховой индустрии по масштабам присутствия, а также по количеству договоров страхования домов и строений граждан. На ежегодной церемонии награждения победителей премии Finaward-2022 компания вошла в число лауреатов в номинации «Лучший страховой продукт» с программой имущественного страхования «Дом. Фундаментальное решение».

Сегодня «Росгосстрах» предлагает своим клиентам новые страховые программы по защите имущества, включив в них сервисную составляющую. Например, помощь электрика, слесаря, сантехника. При этом воспользоваться услугами мастеров можно на протяжении всего срока действия договора — и без наступления страхового случая.

— Жанна, а что вы можете сказать о возглавляемом вами филиале, о людях, которые здесь работают?

— Сегодня Томский филиал «Росгосстраха» — это 10 структурных подразделений, работающих практически во всех районах области и Центр урегули-

В первом полугодии 2022 года чистая прибыль Группы «Росгосстрах» по МСФО составила 2,095 млрд рублей, что почти на 36% больше, чем в аналогичном периоде прошлого года. Сборы компаний Группы в январе-июне этого года составили почти 46 млрд руб., выплаты — 20,6 млрд руб.

рования убытков. За 2021 год филиал выплатил по страховым случаям более 155 миллионов рублей.

У нас работает более 345 сотрудников и страховых агентов. Это дружный и сплоченный коллектив единомышленников, амбициозных, креативных и талантливых людей, желающих видеть свой филиал эффективно развивающимся на страховом рынке региона и готовым всегда прийти на помощь своим землякам.

Мы активно взаимодействуем с автодилерами, банками, лизинговыми компаниями и иными крупными юридическими лицами, обеспечивая страховой защитой крупнейшие предприятия Томской области, в том числе масштабные производства, оборудование, недвижимость и т. д.

Даже в непростой экономической ситуации «Росгосстрах» предоставляет рабочие места, предлагая агентам выгодные условия сотрудничества в части комиссионного вознаграждения за заключенные договоры, бесплатное обучение и круглосуточную методическую поддержку продаж, свободный режим рабочего дня.

Вступая в свой второй век работы на отечественном рынке, мы планируем и далее наращивать свое лидерство в розничном страховании с самым большим портфелем клиентов по страхованию недвижимости и имущества граждан, а также укрепиться в корпоративном страховании. Компании такого масштаба и значимости, безусловно, являются национальным достоянием.

ул. Набережная реки Ушайки, 4 а,
тел. 8 (800) 200-99-77

«РОСГОССТРАХ» — бесспорный лидер среди СТРАХОВЫХ компаний России по знанию марки (95%) и ДОВЕРИЮ К БРЕНДУ.

Новый век страхования



Гурген Хачатрян

Двойной эффект

Гурген Хачатрян, руководитель сети клиник «Cosmodent» и «Cosmodent Kids», достаточно часто появляется на страницах нашего журнала. И каждый раз у него есть для этого интересный информационный повод. Только летом он представил городу новый филиал своей клиники, где располагаются взрослое и специализированное детское отделения, и вот очередное знаковое событие. Теперь он готов официально презентовать городу своего нового главного врача — Станислава Валиева.

— Гурген Вачикович, зная, насколько внимательно вы относитесь к подбору врачебных кадров, можно и без лишних вопросов понять: на эту должность мог быть назначен только тот человек, которому вы доверяете безусловно. Но все-таки хотелось бы услышать вашу мотивацию.

— Начну с того, что мы со Станиславом Рауфовичем достаточно давно дружим, но для меня было важно, чтобы клинику возглавлял специалист высочайшего уровня. Это врач — новатор в области челюстно-лицевой хирургии, который всегда готов применять все передовые достижения стоматологии и давно завоевал доверие томичей. У нас схожие взгляды на жизнь и на работу, на отношение к пациентам и к профессии, на общечеловеческие ценности. Честно скажу: идея нашего сотрудничества возникла давно, но для каждого события нужно свое время. Как только появилась подходящая возможность, Станислав Рауфович возглавил наш врачебный коллектив.

— Станислав Рауфович, вы ведь много лет назад приехали в наш город из ближнего зарубежья. Как встретил вас Томск и как вам удалось вписаться в совершенно другую жизнь?

— Да, я родом из республики Узбекистан, где окончил медицинскую академию, и с 2004 года работал врачом-стоматологом. Затем были годы обучения, практической деятельности в Ташкенте: интернатура по специальности «хирургическая стоматология», врачебная деятельность в муниципальной поликлинике. В Томск я переехал вслед за супругой, и здесь мне снова пришлось начинать с азов. Уровень российской стоматологии был гораздо выше, но понимая, что мне нужно развиваться и строить карьеру, я поступил в Нижегородскую медакадемию, где получил квалификацию специалиста челюстно-лицевой хирургии. С этого и началась моя сибирская карьера: я заведовал подразделениями и возглавлял стоматологическую клинику, можно сказать, накапливал руководящий опыт.

— Всегда трудно приходиться в уже сложившийся коллектив, тем более, что Гурген Вачикович предпочитает работать с молодыми специалистами. Как ощущаете себя в роли их начальника и наставника?

— Считаю, что коллектив, сформированный еще до моего прихода, — очень хороший, напоминающий большую семью. Все люди энергичные, нацеленные на результат. Это словно глоток свежего воздуха. Меня здесь стимулирует практически все, я чувствую, что мы единомышленники, идущие в ногу со временем. Молодые специалисты заводят тебя двигаться быстрее,

с ними никогда нет ощущения, что ты достиг предела. Работая с ними — и так же жить начинаешь, постоянно черпая от них информацию.

Что значит руководить молодыми коллегами? Это передавать им опыт, который поможет специалисту с самого начала пути правильно и грамотно вести свою деятельность, лечить людей, доверяющих врачам самое дорогое, что у них есть, — здоровье. Но и успешного лечения мало, нужны профилактика и контроль. И вот это понимание я и хочу передать коллегам. Для этого мне нужно самому быть постоянно на высоте и иметь авторитет.

— Уровень медицинского оборудования в обеих клиниках — предмет особенной гордости их создателя. А как вы оцениваете оснащенность «Cosmodent'a»?

— Для врача важно работать, не чувствуя никакого дискомфорта, не ощущая нехватку инструментов, не думая о необходимости экономить на мелочах. На новом рабочем месте нет ничего, что стесняло бы меня или давило. Наоборот, все процессы отлажены. Здесь мне импонируют дизайнерские решения обеих клиник — и на Иркутском, и на Фрунзе. Стиль и красота, которые я вижу, рожают во мне особенные эстетические чувства. Заходишь в кабинет — еще больше расправляются крылья, когда видишь топовое оборудование, европейские инструменты высочайшего качества — точные, надежные, эргономичные, легкие. За 14 лет работы в Томске, я собрал вокруг себя достаточно пациентов, которые довольны моей работой, знают, кто

Заходишь в кабинет — еще больше расправляются крылья, когда видишь **ТОПОВОЕ** оборудование, европейские инструменты **ВЫСОЧАЙШЕГО** качества — **точные, НАДЕЖНЫЕ**, эргономичные, легкие.

я такой. Я считаю себя одним из лучших врачей в городе. И я не просто так перешел в эту клинику, в которой тоже есть один из лучших врачей — Гурген Вачикович. И теперь у нас двойной удар. (Смеется.)

— Гурген Вачикович, положив руку на сердце: даже самая крутая аппаратура, навороженный интерьер, врачи высочайшей квалификации не всегда могут сделать клинику успешной. Все-таки, в чем секрет вашей популярности и известности в городе?

— Мой главный профессиональный принцип — лечить каждого человека так, как если бы это были наши родители. Я никогда не делаю пациенту то, что я не сделал



Станислав Валиев

бы своей маме. При этом, ни совершенная аппаратура, ни высокие технологии, ни врачи, постоянно повышающие квалификацию, не будут иметь никакого значения, пока население не ликвидирует в своей основной массе культурную необразованность в плане здоровья. Одно из наших главных направлений — это постоянное просвещение людей и особенно маленьких пациентов, на работе с которыми сделан важный акцент. Я очень надеюсь, что в будущем профилактическая стоматология станет частью нормального этапа формирования личности и взросления.

пр. Фрунзе, 16, тел. 48-44-48, Иркутский тракт, 5, тел. 48-13-61, cosmodent.su, vk.com/cosmodent

Моя жизнь и мое дело

Жизнь — это дар! И этим все сказано. Все твои ощущения зависят только от твоего решения. Расстраиваться, если идет дождь, или сказать: «Это же осень! Классно, все вокруг такое пестрое, яркое». Главный секрет — оденься по погоде.



Я люблю в любую погоду. Прогулки помогают мне увидеть перемены. Весной наблюдаешь, как все оживает и просыпается. Летом радуешься каждой травинке, листочку, цветку. Осень — это особенная пора. Она приходит нарядно одетая и шумная, а уходит с прозрачными лесами и тишиной. А что с прогулками зимой? Зима — это отдельная тема и радость. И самое волшебное — это дышать, слышать запахи, ароматы.

Меня зовут Анна Подлеснова. Я руководитель и владелец бухгалтерской компании ООО «Бухгалтер». Все, что есть в моей жизни, я очень люблю. Особенно свою работу и все, что с ней связано. Люблю свой офис, клиентов (а они отвечают взаимностью и подтвердят каждое мое слово), люблю людей вокруг, люблю малышей и умиляюсь от звериных мордашек.

Клиенты — это отдельная тема. Предприниматель — это тот, кто решился рискнуть. Помните песню В. Высоцкого «Вершина»? «Здесь вам не равнина — здесь климат иной. Идут лавины одна за одной!» Это песня про бизнес, про жизнь.

Каждый новый проект — это много задач, просчет рисков. И все эти риски на нем, на владельце.

Я рада, что выбрала для себя такое дело как бухгалтерия. Я всегда на «передовой». Без меня никак. И я рядом с очень умными и талантливыми людьми.

Буквально вчера на бизнес-мероприятии меня спросили: «Бухгалтерия — это, наверное, скучно?» Отвечаю, что про свою профессию я пою: «Только с тобой не заскучаешь! Только с тобой мне хорошо, ты это знаешь!» Огромное количество событий, задач, переменных...

Все, конечно, зависит от того, как ты относишься ко всему. Коллеги-бухгалтеры говорят мне: «Ты решаешь не свои задачи. Пусть сами морочатся».

В большом бизнесе есть финансовый директор, коммерческий директор, юрист и т. д. Но здесь, в малом бизнесе, эти задачи делим мы с директором.

Все бухгалтеры в моей команде имеют стаж от 15 лет. Опыт и знания — ценнейший ресурс. Я, наверное, единственный в этом бизнесе руководитель, который не берет стажеров или совсем новичков. Никаких менеджеров на «первичку», у нас только главбухи. Люблю акул своего дела.

Мы не работаем на поток. Мы работаем на безопасное будущее. И этим все сказано.

Я люблю тебя, жизнь! И хочу, чтобы краше ты стала

Сегодня, 14 сентября 2022 года, я сижу в бизнес-классе самолета «Томск-Москва», делаю записи о планах на два ближайших дня. (Завидуете? Сама себе завидую.) Рада, что есть самолеты. Считанные часы — и ты уже за тысячи километров. В ближайший месяц у меня запланировано несколько перелетов. Через пять дней улетаю в Мурманск. Давно хотела побывать в этом городе на краю земли. А так получится совместить мечту с рабочей командировкой. Еще через десять дней буду греться на море, встречусь там с любимой дочкой, которую не видела уже шесть месяцев. Жизнь прекрасна. В ноябре меня ждет поездка в Калининград, а в январе — в Питер. (Смеюсь от радости, но декабрь пока не занят.)

Чтобы прийти к такой жизни, пришлось потрудиться. Были времена, когда я каждый день работала до 22 часов, проводила выходные на работе и даже ночевала на диванчике в офисе. Ну, а куда было де-



ваться? Чтобы стать специалистом — потратить десять тысяч часов! Вот я и тратила, хотелось поскорее вырасти в профи.

Всегда будет только «сегодня», «завтра» не существует

Сначала ты работаешь, работаешь и ждешь, когда же твой ребенок подрастет и не нужно будет водить его в сад. Потом — когда он закончит школу. И вот теперь он уже самостоятельный, а тебе не хватает его вспотевшей головы в кудряшках на соседней подушке. Жизнь такая стремительная, поэтому нужно успевать жить в моменте. Наслаждаться не только результатами и победами. Полюбить всё: работу, людей, свои задачи. И не ждать «завтра», чтобы начать радоваться.

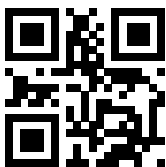
В этом году мы отсудили крупную сумму у банка. Радуюсь. Ведь началось с того, что банк «отжал» у нас. Но я сказала: «Мы не сдадимся. Дадим себе шанс!» Мы прекрасно понимали, что значит «кусаться» с банком, кто мы такие против этой махины с ее юридическими департаментами. Но нужно действовать. И вот дело выиграно, а я чувствую себя, как в песне Высоцкого «Вершина». «Весь мир на ладони — ты счастлив и нем». Каждый год я участвую в парочке судов. Тренирую «челюсти». Польза и азарт идут рука об руку.

Во что я верю? Уверена, что все мы родились, чтобы научиться быть счастливыми. И я учусь этому каждый день.

Каждое утро говорю себе: «Жизнь — это дар!» С утра смотрю на себя, непричесанную и сонную, в зеркало: «Дорогая! Ты самое ценное, что у меня есть». И веду себя гулять. Жизнь — это дар, мой дорогой друг. Жизнь — это дар!

“ **ЖИЗНЬ** такая **СТРЕМИТЕЛЬНАЯ**, поэтому **НУЖНО** успевать **ЖИТЬ** в моменте . **НАСЛАЖДАТЬСЯ** не только **РЕЗУЛЬТАТАМИ** и победами “

пр. Фрунзе, 25, оф. 803,
тел. 8-913-817-25-19
buh70.ru  tomsk09a



Локация: фотостудия UVSTUDIO, пер. 1905 года, 18, uvstudio.ru
Партнер съемки: салон красоты «Алессандро», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20

ANY ONE
collection

ул. Нахимова, 8, стр. 13, ТРЦ «ЛЕТО», тел. 50-10-77

Пространство шерстяных шуб

На фото: ткань Bliss из коллекции
мебельных тканей компании
«Комплект-Мебель»

Лидер вне формата

Костюм: магазин мужской одежды и аксессуаров
Men's Look store, пр. Фрунзе, 40
Локация: отель «Кухтерин», kuhterinhotel.ru

Фото: Алексей Ночервный. Интервью: Софья Ломовская

Он умеет быть честным и откровенным в разговоре, не стараясь выглядеть идеальной иллюстрацией самого себя. Он совершенно спокойно говорит о том, что бизнес, особенно на его начальном этапе, — это слезы, бессонные ночи, чувство бессилия и разочарование, желание бросить все... Но на вопрос, хотели бы вы, чтобы старт вашей карьеры «был усыпан розами, а не шипами», он, задумавшись лишь на секунду, отвечает: нет.

Мой собеседник — Виталий Надьшен, директор томского филиала Группы компаний «Комплект-Мебель», предприниматель, который, совершенно не вписываясь в столь популярный сегодня образ «руководителя нового типа», пишет свою личную историю успеха.

— Если сейчас у меня спросят совета, то человеку, вступающему в самостоятельный бизнес, я однозначно предложу начать с самых низов, пройти этот путь от А до Я. Опыт должен быть не только со знаком плюс, негативные моменты — это тоже отличные учителя. Зато сегодня мне легче работать, воспринимать ситуацию, чувствовать и рынок, и внешние факторы, которые влияют на мебельный бизнес. Я научился мыслить здраво. А вот если бы я на старте пришел на все готовое, мне все было подано на блюдечке, то перед вами был бы совсем другой человек и другой бизнес.

— Теперь вы в ответе за огромное предприятие и его сотрудников. Что для вас значит «брать на себя ответственность»?

— Давайте конкретизируем. Действительно, вся деятельность предприятия контролируется и курируется мной, тем более в XXI веке почти все автоматизировано, и иногда достаточно просто нажать кнопку. А брать на себя ответственность за людей — это гораздо тяжелее. Тем более мне с моим харак-

тером: я проблемы каждого сотрудника воспринимаю как свои, переживаю за все ситуации, которые происходят в коллективе.

— В коллективе знают об этой вашей позиции?

— С человеческими ресурсами меня когда-то учил работать очень грамотный наставник, за что ему спасибо. Так что, с одной стороны, я компетентный руководитель, а с другой, не могу не пропускать все через себя, настолько, что иногда не получается отдыхать ни телом, ни головой. Думаю, люди это замечают. Они замотивированы финансово, у них есть гарантия стабильности, соцпакет, дополнительные выплаты, человеческое отношение руководства, они редко уходят из компании, гордятся тем, что работают у нас. При этом каждый из них ко мне в любой момент может зайти: и по служебным оперативным вопросам, и по личным. Выслушаю каждого, если получится — помогу словом или делом. Вы же видели, у меня ни приемной, ни секретаря нет, потому что не хочу, чтобы контакт между мной и людьми был утрачен.

— А как же утверждение, что современный руководитель должен делегировать часть своих обязанностей?

— Не помню автора фразы, но она уже пару месяцев в голове у меня вертится: «Никогда собственник бизнеса не может требовать от сотрудников того же, что от себя». Иногда покидаю офис на два дня, а возвращаясь, понимаю, что ничего не изменилось, настолько отлажен механизм работы производства. При этом, мне все равно кажется, что была допущена какая-то ошибка. (Улыбается.) Это же все из головы идет. Согласен, мне нужно учиться отпускать ситуацию, давать команде свободу, и сотрудники будут себя легче чувствовать. Пусть они не сделают что-то на отлично, но сделают настолько хорошо, насколько позволяет их компетенция. А когда я в напряжении — это все равно ими чувствуется, люди боятся сделать ошибки, что и провоцирует их на

какие-то промахи. У меня за последние 12 лет получилось полностью расслабиться только недавно: я уехал в отпуск и целых три дня (просто огромный срок для меня) не связывался ни с кем. Вернувшись, спросил, как дела, как процесс, и включился в работу.

— Самый популярный вопрос в разговоре с предпринимателями практически любой сферы сегодня: как выживаете в кризис? А к вам слова «кризис» и «выживать» вообще применимы?

— Мы живем. Мы существуем. Этому не могут помешать ни финансовые кризисы, ни пандемия. Что поменялось — мы реже стали строить долгосрочные планы, ориентируемся больше на сегодняшний день. Томск — город маленький, поэтому мы и раньше искали пути развития и продвижения, и сейчас продолжаем делать это, понемногу двигаясь в направлении работы с регионами. У нас уже заключены контракты в Уфе, Челябинске, Сургуте, Кургане, Тюмени. Было бы у нас больше авиамаршрутов — еще бы чаще ездили. (Улыбается.)

Сейчас у нас отлажены все логистические процессы, стабильно идут поставки продукции из Китая, три года назад мы успели запустить производство мебельной фурнитуры из металла. Одним словом, делаем все, чтобы наши проблемы касались конечного потребителя как можно меньше.

— Вопрос про планы на будущее задать можно?

— Точно скажу, что у нас нет никаких планов... на закрытие. (Смеется.) Мы будем продолжать учиться обходить сложные ситуации. С другой стороны, чувствую, что уже не хочу концентрироваться только на мебельной отрасли. Конечно, где-то сидит во мне лень, потому что я один раз уже прошел этой непростой дорогой, иногда хочется спокойствия... Но, если понадобится, знаю, что завтра мне с моим характером опять захочется карабкаться по ступенькам.

ул. Ракетная, 4 в, тел. 274-245

Искусство жить в балансе

Впервые эколог Татьяна Большунова заинтересовалась процессом производства вина, побывав на винодельческих предприятиях Крыма. Далее была Италия, где ее друзья-итальянцы рассказали, на что следует обращать внимание, выбирая вино, про аббревиатуры DOC, IGT, о видах вина и искусстве их сочетания с едой.

Макияж и укладка: «Рубе Студия», alexandrashche.ru
Одежда: магазин женской одежды «DAISYKNIT», daisyknit.ru
Локация: студия вкуса «Лифт», ул. Никитина, 8/6, тел. 99-01-99, myliftofsk.com

О том, чем Татьяну привлекла тема виноделия, как она решила стать сомелье, почему ей нравится учиться самой и учить других, мы и говорим с ней.

— *Татьяна, можно сказать, что сначала в вас проснулся исследователь, а потом уже появилось желание стать сомелье?*

— Такая эволюция должна была произойти. Интерес к истории виноделия заставил меня познакомиться с большим количеством документальных материалов на эту тему и тогда же я подумала, как, наверное, интересно было бы работать в этой сфере. Настал 2020 год с его ограничениями и возможностями. Я решила пойти на онлайн-курс «Сам себе сомелье» в школе «Len Wine». Да, обучение и даже дегустации проходили онлайн, но это сегодняшняя реальность. Мы покупали необходимые сеты и коллегиально под руководством преподавателя дегустировали. Это было очень интересное время: днем — работа на удаленке, вечером — обучение онлайн. Сначала я «отрабатывала» новые профессиональные навыки на друзьях и родных, готовых вынести мою культурную программу на домашних посиделках. А потом меня нашла в соц-сетях моя одногруппница и спросила: знаю ли я сомелье для проведения дегустаций в Томске? Я ответила: «Конечно, это же я!» С тех пор я провожу дегустации в проекте «Без бокала нет Шагала», винные казино. Новый для меня этап развития начался в 2021 году, когда я решила самостоятельно проводить авторские тематические дегустации вина. Ведь вино — это история земли, где вырос виноград, его география, климат, философия и любовь людей, которые трудились над созданием напитков. Неслучайно люди, изучающие винную культуру, начинают больше читать, изучать иностранные языки, развиваться.

Хотела бы уточнить, что, называя себя «сомелье», я прекрасно знаю, что это человек, подающий вино в ресторане. Есть профессия «кавист» — это специалист, который консультирует людей в винотеках. Я же занимаюсь организацией и проведением винных дегустаций. Но «сомелье» звучит так интересно и вкусно, что я не могу отказать себе в удовольствии использовать это слово.

— *Вы не скрываете свою особенную любовь к российским винам. С чем это связано?*

— Я вижу, какую работу провели российские команды за последние 15 лет. У нас же культура виноделия была частично потеряна, культура употребления вина и подавно отсутствовала. Сейчас они возрождаются, и я рада быть причастной к этому историческому событию. У нас в России есть пригодные для виноградарства территории, увлеченные люди, болеющие своим делом, готовые вкладываться в эту отрасль. Хочется поднять в глазах моих гостей репутацию отечественного вина, познакомить их с авторским российским



ВИНО — это **ИСТОРИЯ** земли, где **ВЫРОС** виноград, его география, **КЛИМАТ**, **ФИЛОСОФИЯ** и любовь людей, которые трудились над созданием **НАПИТКОВ**

вином. Наша публика проявляет огромный интерес к ним. Я часто заказываю из московских винотек, а также из Крыма, новинки, сама посещаю дегустации коллеги, чтобы попробовать свежие релизы. Так что мы в Томске следим за модой.

— *Где удается черпать вдохновение?*

— В общении с дочерью, в путешествиях и природе, в творчестве и обучении. Когда я начала организовывать свои мероприятия, заметила, что сама стала увереннее в себе, интереснее для других. Когда вдохновение — постоянный спутник твоей жизни, оно присутствует на всех этапах подготовки к дегустации и мероприятиям, в процессе общения с людьми как будто происходит синергия: мое вдохновение и позитив, их позитив и обратная связь дают невероятный эффект. Приятно, когда люди приходят не один раз, приводят с собой компании. Приятно, что дегустации посещают муж-

ПРИЗВАНИЕ



чины. Приятно видеть новичков, которые потом делятся, что применяют знания в жизни. Приятно, когда ко мне приходят опытные профессионалы из винного мира.

— *Ваше страстное увлечение развивается параллельно с вашей основной работой?*

— Мне всегда нравилось учиться. Хотя после защиты диссертации и присвоения ученой степени кандидата геолого-минералогических наук, я сказала себе: хватит. Но это касалось только высшего образования. Итальянский, курсы по туризму, программы по психологии и прочее никто не отменял. Кстати, все мои дипломы и обучения мне пригодились и в работе экологом, и для преподавания в ТПУ, и в жизни. Я давно сложившийся специалист — эколог в крупной компании, совмещаю основную работу с преподаванием и научными исследованиями в ТПУ. Не буду лукавить, последнего сейчас в моей жизни немного, так сказать, для поддержания квалификации. После защиты диссертации думала полностью уйти в науку. Сейчас довольна, что всё осталось как есть.

Как и многих людей, меня не оставил за бортом кризис среднего возраста, когда я задавалась вопросами: «Куда я иду? Что я делаю полезного? В чем мое призвание?» Многочисленные тренинги личностного роста и примеры из близкого и дальнего окружения, поддержка подруг помогли нащупать почву. Я начала делать то, что у меня получалось хорошо еще в школе, позже — при работе над статьями и диссертацией: писать. Начала писать в социальных сетях, постепенно полу-

Я ОБРЕЛА баланс
с самоопределением:
СЕГОДНЯ ЗАНИМАЮСЬ
экологией и делаю **СЕБЯ**
счастливее, реализуясь в
НОВОМ деле. **УВЛЕЧЕНИЕ**
винной культурой **НАШЛО**
отражение в моей **ЖИЗНИ**

чились наброски для книги. Но не о науке. О том, что вдохновляло, — о путешествиях. Ну, а после обучения на курсах о вине, я поменяла концепцию блога: начала говорить с подписчиками и о вине, и о личном.

С детства любила быть организатором, любила и люблю готовить и угощать. Мои увлечения нашли отражение в том, что я сейчас делаю. Гости, которые приходят на встречи, ценят их теплую атмосферу, легкую, без снобизма, подачу материала. И да, я обрела баланс с самоопределением: сегодня занимаюсь экологией и делаю себя счастливее, реализуясь в новом деле. Увлечение винной культурой нашло отражение в моей жизни.

Буду ли я учиться дальше? Уже учусь на курсе по русскому виноделию. И опять поступаю в университет, теперь в магистратуру, и, наверное, это не предел.

— *Можно ли говорить о том, что вам удается искусно сочетать увлечение винной культурой и ваши жизненные ценности?*

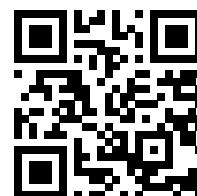
— Я воспитываю дочь, уделяю время своему духовному развитию и, конечно, физическая активность всегда присутствует в моей жизни: фитнес, бег, танцы. Придерживаюсь принципов здорового питания и нечастого умеренного употребления вина.

P.S. На следующий год в моих планах — организовать тур по российским винодельням, в который я хочу пригласить всех желающих познакомиться с удивительным вином, рожденным под нашим южным солнцем.

тел. +7-923-405-83-21

diVina_tomsk

id437706331



ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

- на основе технологий немецких, швейцарских антивозрастных клиник
- интегративный подход к здоровью и долголетию

ВОССТАНОВЛЕНИЕ МОЛОДОГО ЛИЦА

- минус 20 лет за счет филигранной реконструкции лица
- быстро, без операций, без следов вмешательства



ИДЕАЛЕ

КЛИНИКА АНТИВОЗРАСТНОЙ МЕДИЦИНЫ
И НАУЧНОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

ПР. ЛЕНИНА, 110 ☎ 908 988

ideale70.ru 📧 ideale_tomsk 📱 ideale_clinic

РЕЗУЛЬТАТ ПРЕМИУМ-КЛАССА

ANTI-AGE • РЕКОНСТРУКТИВНАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ • ИНТИМНАЯ ПЛАСТИКА • ПОДГОТОВКА К БЕРЕМЕННОСТИ И РОДАМ
ИНТЕНСИВНЫЙ ДЕТОКС • УКРЕПЛЕНИЕ ИММУНИТЕТА • УПРАВЛЕНИЕ СТРЕССОМ И ЭФФЕКТИВНОСТЬЮ
КОМПЛЕКСНОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ



ПОПУЛЯРНЫЕ ВОПРОСЫ О ТОРТАХ НА ЗАКАЗ и ОТВЕТЫ НА НИХ

Можно ли сделать торт по фото?

Да, конечно! Благодаря фотопечати мы можем сделать торт с вашей фотографией. Или вы можете предоставить фото в качестве примера желаемого торта, и мы его реализуем!

За сколько дней необходимо сделать заказ?

Чем раньше, тем лучше!)
Все зависит от уровня сложности торта, который вы хотите заказать.

Например, если это фотопечать или торт в простом оформлении, то за 3-4 дня.

Если это фигурный торт и сложное оформление, то за 5-7 дней.



Как заказать такие торты?

Чтобы заказать торт, позвоните по телефону 99-54-01, наши менеджеры ответят на все вопросы и предложат лучший вариант.

Или оформите заказ на нашем сайте: www.torta-torta.ru

А правда, что торты в форме животных и не только полностью съедобные?

Да, это действительно так.
Все элементы торта полностью съедобны! На нашей памяти мы делали: съедобные кроссовки, животные, цветы и не только.



У вас есть доставка, или забирать торты нужно самим?

Здесь вы выбираете удобный способ - самовывоз или доставка торта от нас.

Бесплатная доставка действует по центру города. Доставка в отдалённые районы до 200 руб. в зависимости от удалённости.

Оформить доставку можно на нашем сайте или по телефону 99-54-01



4 ФИЛИАЛА TORTA

📍 ул. Гоголя, 55 📍 ул. Фрунзе, 98 📍 Наб. реки Ушайки, 16 📍 Северный парк, ул. Марины Цветаевой, 32
Доставка сладостей по всему городу! Заказывай +7 (3822) 99-54-01 www.torta-torta.ru



ФИГУРНЫЕ ТОРТЫ ДЛЯ ВАЖНЫХ СОБЫТИЙ!



Хрустальная дата

За пятнадцатилетие яркой глянцевой жизни у «Дорогого удовольствия» появилось много друзей. Это здорово, когда отношения между журналом и клиентами, которые в самом начале складываются как чисто деловые, постепенно становятся более неформальными, теплыми и близкими. Наверное, поэтому на нашей юбилейной «Доске почета» поместилось столько добрых, душевных и искренних слов от наших любимых партнеров.



ИАНА И МАКСИМ РЯБИКИНЫ,
основатели компании «Daisyknit»

Поздравлять классный проект легко и приятно. Особенно, когда ваши пути все время были рядом, вы двигались в одном направлении, вместе росли, становились сильнее и профессиональнее, поддерживали друг друга, радовались своим победам. Сложно представить наш магазин без свежего выпуска «Дорогого удовольствия». И мы всегда

знаем, что каждый новый выпуск будет наполненным и интересным. Мы поздравляем «Дорогое удовольствие» с такой красивой датой и желаем не терять драйва и блеска в глазах, продолжать искренне любить свое дело и быть украшением и настоящим брендом нашего города.



ЛАРИСА СЕЛИВАНОВА,
владелица мебельного бутика «Антураж»

Дорогое «ДОРОГОЕ»! С днем рождения! Мне очень приятно поздравлять вашу суперкоманду с юбилеем! Многих вам лет процветания! Пусть каждый день будет успешным, плодотворным, щедрым на хорошие новости и большие перспективы! И, конечно, благодарю ваше издание за то, что все эти годы оно было и остается другом, помощником и творческим единомышленником для «Антуража». Любили! Любим! И любить будем!



НАТАЛЬЯ МЕДВЕДЕВА,
директор консалтингового центра «Превентива»

Дорогие друзья! Примите мои искренние поздравления с 15-летием журнала! За эти годы «Дорогое удовольствие», некогда ставшее одним из первых глянцевых журналов в регионе, выросло до серьезного

издания, объединившего на своих страницах все направления бизнеса Томской области.

«Дорогое удовольствие» сегодня — это не просто «красивые картинки». Это планы, перспективы, достижения томских предпринимателей. Перед редакторами «Дорогого» из выпуска в выпуск стоит непростая задача — показать деловую сферу через судьбы, взгляды и характеры людей, создающих свои компании. И с этой задачей, как показывает многолетняя практика, вы справляетесь на отлично.

Пусть этот юбилей станет отсчетом новой страницы в истории журнала, наполненной интересными идеями и нестандартными решениями. От души желаю вам и коллективу, с любовью по крупицам собирающему каждый номер журнала, творческого вдохновения, как можно больше замечательных материалов, реализации ярких проектов и благополучия!



За эти годы
**«ДОРОГОЕ
УДОВОЛЬСТВИЕ»**
выросло до
серьезного издания,
объединившего на
своих страницах
все направления
БИЗНЕСА Томской
области.

**КОЛЛЕКТИВ САЛОНА
«KASHEMIR LUXURY»**

Что может быть лучше, чем встретить единомышленника? С коллективом «Дорогого удовольствия» мы в тесной связке на протяжении 5 лет. Было создано много интересных проектов и реализовано необычных идей! Как много самых красивых и талантливых женщин было собрано для обложки «Дорогого удовольствия» вместе с «Kashemir Luxury»! Поздравляем создателей и креативный коллектив с юбилеем! С нетерпением ждем новых гастрономических обзоров, советов по красоте и здоровью и, конечно, увлекательных интервью!



ДМИТРИЙ ТИТОВ,
руководитель школы танцев «Бит Бомбит»

Красочный дайджест из мира моды и гламура помогает всегда быть в курсе всех новинок в сфере fashion, бьюти-индустрии, позволяет погрузиться с головой в очередное путешествие. Нам очень нравится читать журнал «Дорогое удовольствие». Следим за его развитием уже много лет. Интересно читать о любимых местах в городе, узнавать что-то новое, знакомиться с историями героев журнала. Недавно нам даже удалось стать одними из них. Это колоссальный опыт работы с профессионалами своего дела. Команда NEW NAME и школа танцев «Бит Бомбит» поздравляют журнал с таким замечательным событием! Желаем еще долгие годы радовать своих читателей, не останавливаться на достигнутом, открывать мечты для своих читателей на страницах журнала



ИРИНА БОБАРЫКИНА И ВИТАЛИЙ КЕНИГ,
руководители компании «Красивый дом»

Нам очень приятно поздравить вашу редакцию и всех читателей журнала «Дорогое удовольствие» с юбилеем! Благодаря работе слаженной команды настоящих профессионалов ваш журнал заслуженно пользуется популярностью у томичей. От всего сердца желаем вам дальнейшего процветания и развития, вдохновения и нескончаемого потока идей!



ГАЛИЯ АХМЕДЗЯНОВА,
директор медицинского центра «Евродент»

Восторг, предвкушение, удовольствие длиной в 15 лет. Именно эти чувства неизменно посещают каждого, кто берет в руки свежий номер «Дорогого» или даже тот, который вышел год, три, семь или более лет назад. Юбилей журнала стал чудесным поводом выразить наше уважение и благодарность его создателям за верность своему почерку и особенному стилю. Благодаря языку красоты и эстетики, глубине текстов, авторскому взгляду на судьбы и события, мы охотно становимся сопричастными живым страницам истории нашего с вами Томска. Тонко и профессионально вам удастся представить и проиллюстрировать современные тенденции, деликатно переплетая их с дорогими, близкими нашей душе ценностями и традициями. Мы смотрим на Томск вашими глазами и нам невероятно нравится то, что мы видим! Примите от нас пожелания благоденствия, ярчайших творческих идей и замыслов, сплоченности команде, неиссякаемого источника любви к своему делу, многая и благая лета!



МАРИНА СУТУРИКИНА,
руководитель компании «Охотники за бухгалтерией»

Именно здесь, в «Дорогом удовольствии», собираются самые яркие предприниматели Томска. Оно объединяет вокруг себя людей, которые могут сказать: «Это мой бизнес, я им горжусь и хочу, чтоб о нем знал весь город!». Именно это считают со страниц журнала будущие клиенты, глядя на лица предпринимателей в глянцево-издании. Это сильно, тонко, элегантно и долговечно. С юбилеем всех причастных к журналу! Вы делаете важное дело!



ПЯТНАДЦАТЬ ЛЕТ — солидный срок жизни для любого творческого начинания, а для **ПЕЧАТНОГО СМИ** он и вовсе воспринимается как **ЦЕЛАЯ ЭПОХА**.



ЕКАТЕРИНА САВИЦКАЯ,
собственник и генеральный директор сети медицинских центров «Multi Clinic»

Пятнадцать лет — солидный срок жизни для любого творческого начинания, а для печатного СМИ он и вовсе воспринимается как целая эпоха. За эти годы «Дорогое удовольствие» зарекомендовало себя как креативное, разностороннее издание, которое всегда держит руку на пульсе и освещает актуальные и волнующие темы, знакомит читателей с лицами Томска — предпринимателями, врачами, деятелями культуры и искусства, образования и других сфер. Как руководитель медицинского центра, который существует уже 10 лет, прекрасно понимаю, что одним из ключевых факторов в рецепте долголетия компании, является ее репутация. По этому «маркеру» мы выбираем бизнес-партнеров, по нему нас выбирают наши пациенты. В этом отношении сотрудничество с «Дорогим удовольствием» всегда было для нас ценным и стратегическим — журналу доверяет огромная аудитория томичей. Уважаемая редакция, поздравляю весь ваш коллектив с днем рождения! Каждому предпринимателю важно понимать, что он не один, что рядом есть единомышленники. Важно чувствовать, что ты небезразличен! На мой взгляд, именно это можно сказать про команду «Дорогого», готовую поддержать и реализовать любую идею. Желаю вам больших успехов, новых возможностей и всегда отличного настроения!



АННА НИКОЛАЕВА,
центр моды и красоты «Подружка невесты»

Дорогая редакция! Забавно, но впервые мы вас не увидели, а именно услышали: по радио шла реклама нового журнала, и она очень выделялась. А если вспомнить, что проект исторически вырос из телевизионной программы — то все выстраивается в одну картинку. Да еще какую! 15 лет красивых съемок, интересных героев, верных друзей и, конечно же, дедлайнов и пАхоты — все это стоит за страницами томского глянца, бережно созданного и отполированного Натальей Альтмаер. Для нас работа с вами — радость. Размещение на страницах — событие. С вами легко. Пусть эта легкость балерин, с которой вы впорхнули в свои 15 лет, продолжает восхищать и вдохновлять всех. И вас самих. И пусть этот красивый полет продолжается. С Днем рождения!



ЕЛЕНА ДОРОФЕЕВА,
директор, соучредитель мастер-студии «Beauty»

Мастер-студия «Beauty» поздравляет своих друзей со знаменательным событием — 15-летием создания журнала «Дорогое удовольствие». За эти годы журнал превратился в авторитетное периодическое издание, а публиковаться в «Дорогом» стало очень престижным для многих компаний города из самых разных сфер бизнеса. Когда листаешь странички, наполненные позитивом и положительными эмоциями, ощущаешь сопричастность к многогранному миру добра, красоты и оригинальных решений. Успех журнала — результат огромных усилий редколлегии издания во главе с его бессменным редактором Натальей Альтмаер. Желаем журналу новых интересных публикаций, творческих успехов и издательского долголетия. Всему коллективу редакции — здоровья, безграничного творчества, энтузиазма, добра. Еще раз с юбилеем! Удачи и процветания!



ЕЛЕНА СОКОЛОВИЧ,
основатель и руководитель сети стоматологических клиник «Здрава»

У меня такое чувство, что с командой «Дорогого удовольствия» я знакома всю свою жизнь. Сказать, что мы с ними дружим, — значит, не сказать ничего. Они мне родные. У нас много общего: позитивное отношение к жизни, добросовестный подход к своей работе, чуткость к людям, искреннее желание помочь. Дорогие мои! От всей души желаю вам достигать всё новых и новых успехов, оставаться стойкими в непростые времена, с легкостью преодолевать все преграды на пути, а потом — процветать до бесконечности! Люблю всех вас!

Благодаря языку красоты и эстетики, глубине текстов, **АВТОРСКОМУ ВЗГЛЯДУ** на судьбы и события, **МЫ ОХОТНО** становимся сопричастными живым страницам истории нашего с вами Томска.



Нам письмо!

Редакция «Дорогого» любит получать письма. И поверьте — каждое из них бесценно для нас: значит, мы интересны и нужны нашим читателям. Предлагаем вашему вниманию подборку писем, полученных в преддверии дня рождения журнала.

МАРИНА КИРИЛЛОВА

«Дорогое удовольствие» побуждает меня мечтать. А мечты, как известно, развивают фантазию. Ваш журнал — это своего рода пособие к действию, читать его необходимо в обязательном порядке, чтобы поддерживать свою привлекательность на высоком уровне и быть в тренде. Далеко не у каждой жительницы нашего города есть возможность посещать показы или освещать своим присутствием популярные мероприятия, а читая «Дорогое», где собрано все, что так интересно, я как будто оказываюсь в самой гуще событий. Это время принадлежит только мне! Недаром утро молодой дамы в XIX веке обязательно начиналось с чтения журналов мод, чтобы было о чем поддержать беседу. Чем больше информации вы поглощаете, тем больше кругозор и количество знакомств. Как минимум, темы для светской беседы в «Дорогом удовольствии» можно почерпнуть всегда.

АЛЕКСЕЙ Ч.

Мне, как жителю города, важно получать актуальную и достоверную информацию о его деловой жизни, об интересных томских проектах. Очень приятно, что в Томске есть журнал, который имеет просветительские и информационные функции, чтение которого захватывает, делая знакомство с ним увлекательным процессом. Особенно хочется отметить высокий уровень подачи материалов в журнале, то, как он оформлен, какие герои и темы в нем представлены. Лично мне, как человеку, которому важно получать эстетическое удовольствие от всего, что меня окружает, чертовски приятно брать в руки «Дорогое удовольствие». Огромное спасибо всей команде журнала за качественный, яркий продукт. Горжусь, что в нашем интеллектуальном городе есть люди, профессионалы своего дела, способные создавать то, что радует глаз и греет душу. Удачи, успехов и процветания вам и вашим клиентам. С большим нетерпением жду новых выпусков журнала.



Красивый Дом
красота обретает форму

ИСКУССТВЕННЫЕ ЕЛИ
премиум-класса



АНГЕЛИНА МАШНИЧ

Журнал «Дорогое удовольствие» я по счастливой случайности встретила в одном из салонов красоты несколько лет назад. Как и любую девушку (к тому же на тот момент я уже была мастером в сфере красоты), меня сначала привлекла яркая обложка, а потом уже появилось желание познакомиться с внутренней «начинкой». Прежде всего я обратила внимание на красочное оформление практически каждой страницы — качественные снимки, прекрасные постановочные фотосессии... Видно, как много сил вложено в визуальную составляющую журнала. Это, безусловно, огромный плюс. Правда, как человеку, который на протяжении долгого времени «живет» в сфере красоты, мне не могли не броситься в глаза определенные недоработки в образах героинь: отросший маникюр, небрежно уложенные волосы. Возможно, это издержки моей профессии, но хочется, чтобы журнал поддерживал определенный уровень, на который можно было бы равняться.

И все же для меня главное, что есть в «Дорогом», кроме рассказов о современных тенденциях, моде, отдыхе, тусовках, — это возможность узнать о каком-то новом томском пространстве, вспомнить про старое, увидеть и прочитать мнения специалистов из разных областей и даже найти для себя место проведения досуга.

Хочу пожелать «Дорогому удовольствию» побольше обращать внимание на мелочи, ведь именно из мелочей всегда рождается что-то глобальное. Еще, как постоянному читателю, мне бы хотелось, чтобы журнал был «ближе к народу» — я имею в виду и более высокую сетевую активность, и более широкую доступность для читателей его печатной версии.

ТАТЬЯНА РУССУ

Впервые я познакомилась с журналом «Дорогое удовольствие», ожидая прием в одном из центров красоты. Это издание сразу произвело на меня впечатление: яркое, дерзкое. На его страницах отражены актуальные темы, затрагивающие все стороны современной действительности, здесь и мода, и кухня, и путешествия, одним словом, — все и обо всем. От души желаю коллективу, непростым трудом по крупицам собирающему каждый номер журнала, творческого поиска, созидательной работы, острого пера, реализации новых планов и благополучия. Пусть ваш труд будет всегда справедливо и по достоинству оценен: признательностью читателей, уважением коллег. Пусть ваши материалы будут интересными, интервью — злободневными, аналитические обзоры — непредвзятыми. Огромных творческих успехов, завоевания новой аудитории, увеличения тиражей и побольше хороших новостей. С юбилеем, любимый журнал!

И все же для меня главное, что есть в «Дорогом» — это возможность узнать о каком-то новом томском пространстве, вспомнить про старое, увидеть и прочитать мнения специалистов из разных областей

ТАТЬЯНА И АЛЕКСАНДР СЕМЕНОВИЧ БЫКОВЫ

Я просто обожаю ваш журнал, по-другому и не скажешь, читаю его от корки до корки практически с самого первого номера. У меня даже где-то сохранился раритетный выпуск, которому почти 15 лет. Нравится все — содержание, популярная манера изложения, интервью с людьми, о которых я узнаю благодаря вам. Любимые рубрики — о путешествиях, раздел о здоровье и красоте, из которого мы в семье черпаем много полезного, даже стоматолога нашли там для папы. Всегда привлекают внимание гастрономические темы, рассказы о томских кафе и ресторанах, я ведь сама работаю в этой сфере. У «Дорогого удовольствия» есть еще один преданный поклонник — это мой папа. Когда я приношу домой свежий номер, он тут же берет его под мышку и отправляется читать, а заканчивая, тут же задает вопрос, когда ж будет следующий выпуск. Затем я уношу его на работу, где его с нетерпением ждут мои коллеги. Так что у каждого журнала «Дорогого» долгая жизнь и большая аудитория. Иногда думаю, что я буду делать, если его вдруг не станет? Не представляю себе Томск без него.

Парад ЗВЕЗД

Их жизнь насыщена яркими событиями, они достигли вершин в своих сферах, построили успешные карьеры и вдохновляют своими примерами других. Яркие, творческие, нестандартно мыслящие, смелые и решительные — настоящие герои с обложки. И как же здорово, что они живут с нами в одном городе! На праздничной «Аллее славы» чествуем тех, кто украсил своим участием местную coverstory нашего издания.



АРИНА ШУВАЕВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 01-02 2016



ЛЮДМИЛА НИКОЛАЕВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 01-02 2017



КСЕНИЯ ВАРЛАЧЕВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 01-02 2018



ЮЛИЯ ГУЛЯЕВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 01-02 2019



ЛОЛИТА ТИТОВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 07-08 2019



АРИНА РОГОВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 01-02 2020



ИРИНА ХОХЛОВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 07-08 2020



МИХАИЛ АФАНАСЬЕВ,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 01-02 2021



НИДЖАТ МУСТАФАЗАДЕ,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 05 2021



НАТАЛЬЯ ШИШКИНА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 07-08 2021



СВЕТЛАНА ЯГУЖИНСКАЯ,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 09 2021



ОЛЬГА РАЙХ,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 01-02 2022



ОЛЬГА АБАКУМОВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 03 2022



НАТАЛЬЯ КАРТАШОВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 05 2022



МИЛЕНА ШУБАЕВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 06 2022



ЛЮДМИЛА САВЕЛЬЕВА,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 07-08 2022



НИДЖАТ МУСТАФАЗАДЕ,
ЛИЦО С ОБЛОЖКИ № 09 2022

ДОРОГОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ

СТАТЬ ЛИЦОМ С ОБЛОЖКИ

Нас часто спрашивают, как попасть на обложку томского «Дорогого», каждый ли может стать ее героем, что нужно для этого сделать? Конечно, обложка — это лицо любого глянца, поэтому выбор этого лица, подбор образа — дело крайне ответственное и скрупулезное. Но для нашей редакции герои обложек — это и собирательное «лицо» нашего города: динамичного, разнопланового, смелого, мудрого, красивого, перспективного, успешного. Каждый раз обсуждая ту или иную кандидатуру, мы стремимся отобрать самых достойных — ведь ставки очень высоки: на нас смотрит весь Томск. Мы знаем и то, как важен этот этап для профессиональной и личной самореализации наших героев, и благодарим их за доверие, оказанное нашей команде, и за незабываемый творческий процесс, который сопровождает работу над каждой обложкой. Если вы чувствуете в себе потенциал стать новым героем нашей coverstory, напишите или позвоните нам, мы обязательно (и очень пристально) рассмотрим вашу кандидатуру.

✉ ALTMAER@RDE.RU

15 лет спустя

На пороге своего юбилея мы вдруг задумались: 15 лет — это много или мало? С точки зрения человеческого возраста — пожалуй, всего ничего. Но что такое 15 лет для печатного издания? Целая жизнь — с ежедневным цейтнотом, горящими дедлайнами, творческими съемками и душевными интервью, яркими событиями и вдохновляющими героями публикаций. Мы очень изменились за эти 15 лет! А каким это время было для наших героев? Мы поинтересовались, что поменялось у них за этот срок — в бизнесе, в мышлении, в личной сфере...



НАТАЛЬЯ МЕДВЕДЕВА

ДИРЕКТОР КОМПАНИИ «ПРЕВЕНТИВА»

15 лет — это не много и не мало. Это жизнь. Жизнь отдельного человека, сотрудника, руководителя и жизнь компании в целом. И все 15 лет — это наполненность событиями, развитие и планы на будущее.

15 лет назад компания «Превентива» имела два небольших офиса в

Томске. Но мы работали по 12 часов в день, чтобы обслужить всех клиентов, которые приходили к нам за помощью. Физическим лицам мы помогали заполнить налоговые декларации, а предприятиям Томска оказывали поддержку в сопровождении бизнеса. Мы сделали ставку на качество и не прогадали. Сарафанное радио приводило

к нам все больше и больше клиентов. Под запрос каждого из них мы формировали персональные предложения, которые потом, как пазл, собирались в конкретную услугу.

Сейчас у компании только в Томске 5 офисов. Работают отделения в Северске, Новосибирске, Кемерово, Новокузнецке и Бийске. Мы оказываем 50 различных услуг в сфере бухгалтерии, налогообложения, юриспруденции и кадрового сопровождения. Каждый год к нам обращаются тысячи клиентов.

Оглядываясь назад, я понимаю, что мы все делали правильно: доверяли своим сотрудникам и вникали в тревоги и проблемы клиентов. Те, в свою очередь, доверяли нам, потому что чувствовали нашу искреннюю заботу и поддержку во многих вопросах. Вот рецепт нашего процветания за эти 15 лет. Микроклимат «взаимного доверия», где любой сотрудник или клиент, будь то абонент или человек, пришедший за разовой услугой, чувствует себя комфортно и ощущает себя частью большой дружной семьи.



Фото из архива



ТАТЬЯНА САЛИКОВА

ДИРЕКТОР ТОМСКОЙ КЛИНИКИ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ КОСМЕТОЛОГИИ «REVITAL»

Конечно, 15 лет — это большой отрезок в жизни человека, за который происходят многие изменения.

15 лет назад мне было 25 лет. Я была не замужем, без детей. Только окончила университет и собиралась выбрать в качестве профессии специальность врача-косметолога. Планировала поступить в аспирантуру. Желание открыть свое дело сформировалось у меня уже тогда: хо-

телось создать что-то, что могло бы стать идеальным местом для работы в моем понимании.

В этом году мне исполнилось 40 лет. Я абсолютно принимаю свой возраст, нахожусь в гармонии с собой. Очень хорошее время: у меня уже есть семья, дети, работа, карьерный рост. Но при этом я еще вполне молода, чтобы пойти на дискотеку и танцевать до пяти утра.



Фото из архива

Мне кажется, такой, как сейчас, я была всегда. Но смешно отрицать, что время идет и с его течением мы меняемся не только внешне, но и внутренне. Нет, наверное, человека, который бы не менялся. Так или иначе в жизни происходят какие-то события, и каждое из них тебе что-то даст.

Я вспоминаю себя пятнадцать лет назад и мне порой даже становится стыдно. Я была чрезмерно эмоциональна, мне был присущ максимализм. Никого не слушала, делала как хотела. Очень чувствительно и болезненно реагировала на многие события и изменения в жизни.

С течением времени стала более сдержанной, приберегая эмоциональность для личного общения. Я нахожусь на том этапе, когда по-философски спокойно принимаю все происходящее в жизни. Но такое «безразличное» принятие событий позволяет мне слишком не эмоционировать, сохранять трезвый ум и идти в своем направлении.

Как бы я ни менялась, важно самое главное — я осталась верна своим ценностям. Я открытый и добрый человек, не любящий обман и уважающий в людях искренность, откровенность. Всегда честна перед собой и окружающими. Именно эти ценности мне важно пронести с годами. Ужасно интересно, что будет дальше — и в 50, и в 60 лет. О чем я тогда буду писать, если мне зададут тот же вопрос?



Фото из архива

НАТАЛЬЯ МИРОНОВА

**ОФИЦИАЛЬНЫЙ
ПРЕДСТАВИТЕЛЬ
КОСМЕТИКИ ARKADIA
В ТОМСКЕ**

15 лет назад моей младшей дочери был годик, и я была погружена в счастливое материнство. Интересно, что только став старше, я поняла, какое это наслаждение и творчество — наблюдать, помогать расти и развиваться своему ребенку. Отдавать свою любовь и поддерживать. Проявлять терпение и заботу. То же и с любым проектом: он развивается и становится успешным, получая наше внимание, терпение и энергию. За этот период моя младшая превратилась в умную и красивую девушку, которой я горжусь. Я получила второе высшее образование, и у меня свое дело — бизнес, который несет красоту. Я — региональный представитель профессиональной косметики ARKADIA в Томске. Изменились мои компетенции — от простого увлечения составами косметики до экспертности в этой области.



Но самые важные и значимые изменения произошли в моем сознании: сместился центр внимания с внешнего на внутреннее. Важнее стало качество своих мыслей и ощущений. Появился вкус к жизни, и я научилась видеть в ежедневных мелочах красоту и счастье, а еще за 15 лет наработала ценнейший навык — останавливаться и делать паузы в делах для восстановления сил и вдохновения. Перестала волновать чужая оценка моих действий, да и я стараюсь не оценивать действия и суждения других людей. Я научилась говорить «нет» без внутреннего трепета и страха оказаться в «плохишах».

За эти 15 лет я стала мудрее, терпимее, красивее и смелее. Что осталось неизменным — так это мои принципы: быть честной и выполнять обещанное. Правда, к ним добавился один пункт: не относиться к себе слишком серьезно. Умение посмеяться над собой помогает избавиться от лишнего пафоса и позволяет не уйти в снобизм.

Наверное, это были самые счастливые и яркие 15 лет моей жизни, я надеюсь, что следующие мои 15 лет будут такими же продуктивными и интересными, наполненными любовью и теплом.

АЛЕКСАНДРА ЗИНЧЕНКО

ВЛАДЕЛИЦА ЦЕНТРА КРАСОТЫ И СПА
«MELAGRANO»

За последние 15 лет в моей жизни изменилось многое. Изменилась моя семья: у нас родился еще один сын, уже третий. Изменилась моя профессиональная деятельность, я ушла из сферы дизайна, открыла Центр Красоты и СПА «Melagrano» — он тоже про красоту и гармонию, но уже личную,

внутреннюю. Я не только возобновила занятия живописью — моей важной потребностью и увлечением, но и начала организовывать арт-поездки в разные места и страны. А еще спроектировала и реализовала мечту о загородном доме, куда мы переехали всей семьей и где на природе черпаем силы и энергию!

За эти годы случилось столько разного — как и в жизни каждого, наверное. Но радостных событий, все же, было больше. Я вообще счастливый человек, помню и вижу только хорошее в людях, в событиях! Мой Центр красоты и СПА стал еще лучше, более цельным по концепции, более разнообразным по наполнению. И в такие непростые времена — пандемия, экономический спад — мы не просто выжили, но и стали более востребованы. Атмосфера спокойствия и расслабления так нужны всем сегодня!

Сфера отдыха и здоровья становится все более значимой стороной жизни! Поэтому СПА «Melagrano» — не просто бизнес для меня, это возможность дарить нашим гостям позитивные эмоции, чувство физического расслабления и психологической разгрузки. А для влюбленных — это романтика и нежность в СПА-программах для двоих.

К сожалению, любовь не спасает мир от тяжелых перемен. Все меняется на наших глазах! Испытания, которые выпали на долю нашего и ближайших поколений, непростые и непривычные. Они заставляют задумываться о настоящих ценностях, о первостепенной роли семьи и друзей, о мире, любви и сострадании как главной созидательной силе.



Фото из архива



Фото из архива

ЛЮДМИЛА САВЕЛЬЕВА

ДИРЕКТОР ЦЕНТРА
СТОМАТОЛОГИИ
«ЭЛИКСИР»

Вспоминаю, как 15 лет назад Центр стоматологии «Эликсир» на Белинского состоял всего из четырех стоматологических кресел, а в коллективе было только 15 человек. В то время мы начали внедрять услугу имплантации зубов. В 2011 году приобрели первый в Томске и Томской области томограф — с этого времени начался наш переход на цифровую стоматологию: постепенно в центре появился первый стоматологический фрезерно-шлифовальный станок и 3D-сканер моделей, затем внутриротовой 3D-сканер. Это дало нам возможность добиться наибольшего эффекта и максимальной эстетики при лечении наших любимых пациентов.

Очень горжусь тем, что та самая, первая команда из 15 человек по сей день составляет основу «Эликсира», но неизменно радуюсь и тому, что к нам присоединяются новые молодые и талантливые специалисты. Сегодня

Центр стоматологии «Эликсир» — это слаженный коллектив из 70 человек с богатым практическим опытом лечения пациентов, 8 стоматологических кресел, два рентген-кабинета с компьютерными томографами, большая современная зуботехническая лаборатория, свой собственный фрезерный центр.

Самое важное для нас — профессионализм. Мы используем новейшее оборудование, проверенную систему диагностики премиум-класса и самые качественные материалы. Центр стоматологии «Эликсир» отмечен многочисленными почетными грамотами и

благодарственными письмами, удостоен награды «Топ 10 частных стоматологических клиник Томской области по мнению пациентов» в 2020 и 2021 гг.

У нас крутая профессия: мы создаем красивые улыбки! Душа радуется, когда видишь улыбающихся, счастливых людей! Мы врачи, поэтому особенно дорожим своим именем и репутацией, любим своих пациентов, всегда идем им навстречу. И нам отвечают взаимностью: за 30 лет работы «Эликсира» около 40 тысяч томичей стали постоянными пациентами центра, многие лечатся у нас целыми семьями.





ОКСАНА ФИЛИМОНОВА

ДИРЕКТОР ЦЕНТРА РАЗРАБОТКИ И ПЕРСПЕКТИВНЫХ РЕШЕНИЙ

В моей жизни всегда получалось так, что мой профессиональный стаж всегда был непрерывным. Увольняясь с одной работы, я на следующий день уже переходила на другую. Свою трудовую деятельность я начала в далеком 2001 году экономистом, в 2007-м уже занимала должность начальника финансово-экономического отдела: занималась

финансовым планированием, бюджетированием, финансовым мониторингом, анализом, решая многие другие проблемы. Постоянно расти мне помогало наличие двух высших образований, конечно, но главное — у меня было желание двигаться вперед. Я знакомилась с новой информацией: читала, не ленилась гуглить... Относительно быстро

я стала разбираться во всех тонкостях финансового анализа. Все, что мне помогало, — ответственность, старание, аналитический склад ума, присутствие логического мышления — сильно повлияло на результаты моей работы. Меня заметили, и благодаря этому сейчас я стала директором Центра разработки и перспективных решений крупной машиностроительной компании. Оглядываясь назад, я понимаю, что все, что я в себя вложила, имеет бесценное значение в формировании моей личности. И как руководителя, и как человека в целом. Кардинально изменить сферу деятельности можно в любом возрасте, главное — поставить перед собой четкую цель и делать все возможное для ее достижения.

За 15 лет сильно изменился и мой характер: я стала более уверенной и решительной, научилась руководить мужским коллективом, находить общий язык с любыми людьми. Думаю, мои подчиненные воспринимают меня как безусловного авторитета и лидера с одной стороны, и человека, к которому всегда можно обратиться в трудную минуту, — с другой.



Фото из архива



Фото из архива

ТАТЬЯНА МОРОЗОВА

ДИРЕКТОР ЦВЕТЧНОГО САЛОНА «РОЗЫ ОТ МОРОЗОВОЙ»

Последние 15 лет я следовала по долгому пути: от простого флориста к своей мечте — стать мастером и открыть свой цветочный салон. Только благодаря моему упорному, ежедневному труду это желание осуществилось, и сейчас я руководитель успешного цветочного бизнеса. Конечно, очень многое изменилось в мире цветов за эти годы. Поменялось все: ассортимент, мода, спрос. И у меня появилось больше возможностей: я стала судьей профессиональных конкурсов по флористике, занимаюсь обучением сотрудников. В статусе руководителя трудно было отойти от непосредственной работы с цветами и клиентами, да и постоянные гости нашего салона долго привыкали к тому, что я больше не флорист. Но постепенно мне удалось передать практические знания своей команде. Спустя годы могу

оценивать масштаб проделанной работы. Сейчас постоянными клиентами нашего салона являются «Газпром», «ТомскНИ-Пинефть», «Сибкабель», мы активно сотрудничаем с администрацией города, ресторанами и отелями Томска. Наши цветочные композиции и декор можно увидеть и в магазинах брендовой одежды, и в торговых центрах.

Одним из главных моих достижений стала наша профессиональная команда — мне удалось создать дружный коллектив, которым я могу гордиться. Вместе мы обновили салон, сейчас активно

развиваем дистанционные продажи через соцсети, следим за последними флористическими трендами. Сейчас мы работаем в удовольствие. Нашим приоритетом являются прежде всего люди, которые приходят в салон за цветами и подарками для своих близких. Те эмоции, которые они выражают в цветах: любовь, забота, поддержка, семейные ценности — это, пожалуй, главное для нас. И, конечно, одним из самых приятных событий в этом году стало рождение моего первого внука. Приобретение нового статуса в жизни дает много сил, вдохновения и энергии.



Happy Anniversary!

Принимая добрые и самые искренние поздравления по поводу юбилея журнала, редакция не забыла, что в этом году многие томские компании также отмечают свои круглые даты. Среди них — наши партнеры и друзья, которые формируют бизнес-лицо города, подтверждают его звание научного и культурного центра Сибири. Нам очень приятно вспомнить о них сегодня и пожелать им дальнейшего процветания, развития и успехов.

ТУСУР

ОСНОВАН В 1962 ГОДУ

60 лет



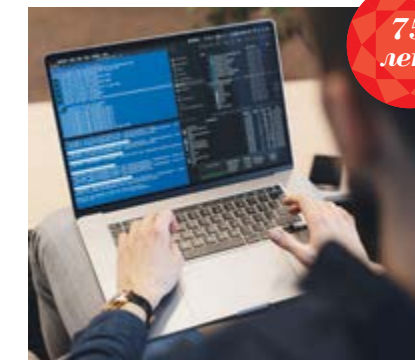
В 60-е годы ТУСУР стал первым вузом на территории всей Сибири, где готовили по новой тогда специальности — радиотехнике. В этом направлении — учить студентов профессиям будущего — вуз развивается с самого

основания. Сегодня ТУСУР известен не только тем, что выпускает лучших специалистов для сферы IT и высоких технологий, но и тем, что создает эти технологии с компаниями-партнерами, а выпускники вуза — открывают собственный бизнес. Успехи университета подтверждаются высокой оценкой на государственном уровне: ТУСУР участвует в самых крупных федеральных проектах в сфере образования, науки, студенческого предпринимательства.

ТТИТ

ОСНОВАН В 1947 ГОДУ

75 лет



Томский техникум информационных технологий — одно из самых востребованных учебных заведений IT-профиля в России. Конкурс для абитуриентов 8-14 человек на место! Здесь готовят специалистов в области IT-технологий

и радиоэлектроники. Благодаря прочной связи теории и практики, партнерству с работодателями, выпускников готовы принять около 100 компаний Томска и не только. В рамках Национального проекта «Образование» на базе ТТИТ открыт Центр опережающей профессиональной подготовки и Мастерские «Информационные и коммуникационные технологии». Студенты становятся победителями в региональных и национальных чемпионатах. ТТИТ 4 раза вошел в ТОП-100 лучших техникумов России и включен в Федеральный Реестр «Всероссийская Книга Почета» 2019 года.

ГАЗПРОМ ТРАНСГАЗ ТОМСК

ОСНОВАН В 1977 ГОДУ

45 лет



Около 33 млрд кубометров газа в год поступает потребителям через газотранспортные системы ООО «Газпром трансгаз Томск» — стопроцентного дочернего общества ПАО «Газпром». Статус первой газотран-

спортной компании за Уралом, применение передовых методов и способов производства работ, комплексная программа развития позволяют обеспечивать надежную эксплуатацию более 12 200 километров магистральных нефте- и газопроводов, 13 компрессорных и одной насосно-компрессорной станции, 149 газораспределительных станций. Компания транспортирует газ потребителям Дальнего Востока, Якутии, Восточной и Западной Сибири, а также Китайской Народной Республики.

ТДСК

ОСНОВАНА В 1972 ГОДУ

50 лет



История лидера индустриального домостроения в Томске началась в 1972 году. Спустя 50 лет ТДСК — один из ведущих застройщиков в Томске и области, в составе компании 23 предприятия.

Единый технологический комплекс обеспечивает реализацию проектов любой сложности: проектирование, производство строительных материалов, строительство, обеспечение современными телекоммуникациями и обслуживание готовых объектов. География деятельности компании охватывает Томскую область, соседние регионы — Новосибирск и Кемерово. Основная продукция ТДСК — крупнопанельные, каркасные, монолитные и кирпичные жилые дома (от 5 до 25 этажей).

РУССКИЙ ШАРМ

ОСНОВАН В 2012 ГОДУ



Арт-бутик «Русский шарм» его создатели Ирина Малиновская и Михаил Пахомов задумывали как небольшое пространство, в котором хотели воплотить в жизнь свои творческие замыслы. Желая познакомить Томск с утилитарным, прикладным и монументальным искусством, они регулярно представляют городу оригинальные коллекции украшений, картины современных художников Сибири, проводят выставки, встречи с художниками, музыкантами, фотографами, мастер-классы по живописи и истории искусства, мероприятия с приглашенными знаменитостями. Искренне поздравляем «Русский шарм» с юбилеем и ждем, что в городе станет еще больше интересных арт-проектов.

АНТУРАЖ

ОСНОВАН В 2002 ГОДУ

Уже 20 лет популярный салон предлагает мебель и интерьерные решения безупречного качества от лучших мировых производителей, каждый из которых является легендой в мире мебельного дизайна. Все партнеры салона зарекомендовали себя высоким качеством продукции, верностью своими традициями, придерживаются философии, основанной на любви к людям и восхищении прекрасным. Наличие постоянной большой экспозиции дает возможность покупателям обставить дом или квартиру в очень короткие сроки. Большой выбор мебели и предметов



интерьера на заказ, изготовление мебели по проекту заказчика на фабриках-партнерах — бутик внимательно относится к любым запросам покупателей. И они отвечают ему уважением и благодарностью.

KASHEMIR LUXURY

ОСНОВАН В 2017 ГОДУ

За достаточно небольшой срок бутик европейской одежды стал одним из популярных мест города, где можно найти одежду от лучших европейских брендов для женщин, предпочитающих стильные и модные изделия безупречного кроя, из ткани высочайшего качества. Вещи от всемирно известных марок Rindi, Braschi, Diego M, Ermanno, Tonet и других сами по себе являются лучшей визитной карточкой, выделяющей их владельца всегда и везде. «Kashemir luxury» — постоянный партнер журнала! И мы рады каждый месяц знакомить читателей с модными новинками.



ПРЕВЕНТИВА

ОСНОВАНА В 2002 ГОДУ

За годы существования у объединения «Превентива» сложилась устойчивая деловая репутация, которая говорит о высоком уровне доверия к ней со стороны клиентов и рынка в целом. Занимая ведущее место среди консалтинговых компаний, «Превентива» ориентирована прежде всего на предупреждение возможных неблагоприятных последствий для своих клиентов при осуществлении ими предпринимательской деятельности, связанной с вопросами финансового планирования, налогового, бухгалтерского, кадрового учета, организации правовой защиты.

В состав входит 6 организаций в Томской, Новосибирской, Кемеровской областях, Алтайского края. Среди постоянных клиентов — более 5 000 предпринимателей и 350 юридических лиц.



КЛИНИКА СИБИРСКАЯ

ОСНОВАНА В 1997 ГОДУ



Начиная прием пациентов как стоматологическая клиника, «Сибирская» первой в городе (и одной из первых в стране) открыла в ее рамках косметологический кабинет и кабинет амбулаторной хирургии.

Дальше было строительство оперблока для проведения пластических операций, развитие лазерной и эндоскопической хирургии. Сегодня здесь активно используются стационарные технологии при оказании хирургической помощи в гинекологии, оториноларингологии, хирургии (детской и взрослой), травматологии, ортопедии, челюстно-лицевой хирургии, флебологии. Функционируют поликлиническое отделение и дневной стационар, введена ультразвуковая диагностика и полный комплекс лабораторных исследований.

ДОКТОР БОРМЕНТАЛЬ

ОСНОВАН В 2002 ГОДУ



Клиника «Доктор Борменталь» не только избавляет людей от лишнего веса с помощью гибких программ похудения, но и активно развивает отделения трихологии и профессиональной косметологии лица и тела — настоящий кластер передовых технологий. С самыми разными эстетическими запросами пациентов здесь помогают справиться опыт и высокий

уровень компетенций врачей-косметологов, богатый арсенал медицинских аппаратов. SMAS-лифтинг, RF-лифтинг, массаж LPG, уникальная процедура Эндосфера-терапия, представленная в клинике, другие аппаратные методы считаются самыми современными и эффективными способами остановить время, сохранить красоту и молодость кожи, сделать людей счастливыми.

ОРТОСОЛО

ОСНОВАНА В 2017 ГОДУ

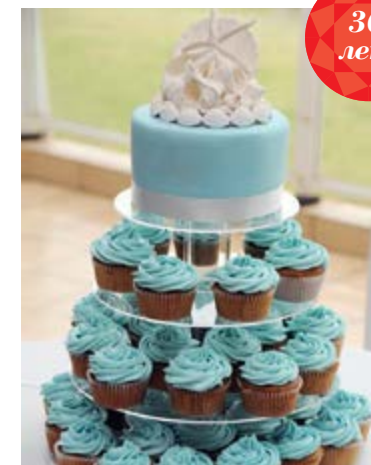


Специализирующаяся на ортодонтии клиника под руководством опытного врача-ортодонта Людмилы Морозовой, имеющей более чем 20-летний стаж работы в профессии, гарантирует индивидуальный подход к каждому пациенту. Деятельность «ОртоСоло» направлена на полное восстановление стоматологического здоровья пациентов всех возрастов. Комплекс лечебных мероприятий выполняется по современным технологиям, с использованием высококачественной ортодонтической продукции признанного мирового лидера — ORMCO (США). Здесь можно получить не только по-настоящему качественное и грамотное ортодонтическое лечение, но и весь спектр стоматологических услуг: терапия, ортопедия, гигиена и профилактика.

АНТОНОВ ДВОР

ОСНОВАН В 1992 ГОДУ

Крупнейшая компания по производству тортов и пирожных в сибирском регионе уже много лет не теряет лидерских позиций на рынке кондитерских изделий. Все эти годы в приоритете торговой сети — изготовление вкусной и качественной продукции, которая пользуется



популярностью у потребителей. «Антонов двор» — это 150 видов тортов и 80 наименований пирожных, 30 фирменных торговых точек и 12 кондитерских, расположенных в Томске. Большой популярностью пользуются и мясные полуфабрикаты компании.

ЭЛИТА

ОСНОВАНА В 2002 ГОДУ

15
лет



Меховой салон «Элита» предлагает шубы и изделия из натурального меха и кожи покупателям, которые предпочитают выглядеть элегантно,

стильно, раскованно и современно даже в суровые сибирские зимы. Сотрудничество с ведущими европейскими фабриками позволяет компании все эти годы радовать своих клиентов изделиями только высочайшего качества, отслеживать все тренды, чутко реагировать на изменения рынка. Сотни счастливых и лояльных покупателей, — лучшее тому доказательство.

ШБИП ТПУ

ОСНОВАНА В 2017 ГОДУ

Школа базовой инженерной подготовки Томского политеха — своеобразные «входные ворота» в профессию для будущих инженеров. Здесь формируются их базовые технические и социально-гуманитарные компетенции. В течение

первых двух лет обучения в ТПУ студенты проходят базовую подготовку по математике, физике, химии и другим важным предметам, а также развивают soft skills, необходимые для успешной реализации: умение работать в команде, критическое мышление, лидерские качества, способность решать сложные профессиональные проблемы. Стать слушателями школы могут не только студенты ТПУ. В перечне программ дополнительного образования: изучение иностранных языков, подготовка к ОГЭ и ЕГЭ, повышение квалификации в бизнес-сфере, профессиональная переподготовка.



5
лет

ОТДЕЛЕНИЕ РУССКОГО ЯЗЫКА ТПУ

ОСНОВАНО В 1992 ГОДУ



30
лет

В 2022 году 30-летие отметил уникальный коллектив Томского политеха — отделение русского языка. Почему уникальный? Отделение вносит лирику в работу физиков технического вуза, организует мероприятия по повышению грамотности коллег, а главное — обучает иностранцев для того, чтобы они смогли учиться в российском университете. Коллектив отделения проводит языковые курсы и клубы, летние школы и конкурсы для иностранных и российских студентов. Цикл юбилейных мероприятий включал открытые занятия по русскому языку «50 оттенков русского», олимпиаду для иностранцев, конкурс мемов про русский язык и др. Финалом празднования юбилея стал прекрасный концерт, организованный преподавателями и студентами.

В 2022 году 30-летие отметил уникальный коллектив Томского политеха — отделение русского языка. Почему уникальный? Отделение вносит лирику в работу физиков технического вуза,

АРТЛАЙФ

ОСНОВАН В 1997 ГОДУ



25
лет

«Артлайф» — одна из самых быстро и уверенно развивающихся российских компаний в сфере здорового питания, которая по праву считается основоположником wellness-индустрии в нашей стране. За свою 25-летнюю историю компания прошла путь от локального офиса продаж до крупнейшей международной корпорации, заработала надежную репутацию производителя качественной продукции для красоты, физического и духовного здоровья. За прошедшие годы «Артлайф» смог охватить сотни тысяч людей во всем мире идеями ЗОЖа и долголетия, правильного питания, профилактики заболеваний. Современная производственная база, научные исследования, квалифицированные кадры — все это позволяет компании расти и развиваться.

«Артлайф» — одна из самых быстро и уверенно развивающихся российских компаний в сфере здорового питания, которая по праву считается основоположником wellness-

АЙПРОДЖЕКТПЛЮС

ОСНОВАН В 2017 ГОДУ

5
лет



Разработка проектно-сметной документации для предприятий почти из всех отраслей — основное направление деятельности молодой, но успешной компании «Ай-

ПроджектПлюс». За достаточно короткий срок организация накопила богатый опыт работы и способна решать задачи любой сложности, включая интеграцию нового оборудования в существующие производства, повышение эффективности производства на 40%, сокращение сроков и бюджетов строительства на 20-30%. Компания разрабатывает высокотехнологичные решения для передовых предприятий страны: РЖД, Газпром, Роскосмос, Северсталь, СТС, ИнтерРАО и оборонные предприятия.

НОВЫЕ ОКНА

ОСНОВАНА В 2002 ГОДУ

За эти годы компания стала одним из ведущих производителей пластиковых и алюминиевых конструкций в Томске. С 2006 года она имеет собственную современную линию по сборке алюминиевых и ПВХ-конструкций.

Изготовление и установка пластиковых окон выполняются на основе профилей VEKA и WHS с использованием инновационных технологий. В компании постоянно совершенствуют методы работы с покупателями, уделяют большое внимание качеству и удобству сервиса, учитывают все пожелания заказчика. За это время накоплен бесценный опыт работы, специалисты предприятия — прекрасные профессионалы, постоянно повышающие свою квалификацию. Всё это позволяет давать «Новым окнам» самую продолжительную в Томске гарантию на свою продукцию — 10 лет.



20
лет

ЛАМА

ОСНОВАНА В 1992 ГОДУ



30
лет

«ЛАМА» первой в городе начала выпекать лечебные хлеба и изготавливать торты из натуральных ингредиентов. Цех мясной продукции и полуфабрикатов стал работать по собственным уникальным рецептурам с соблюдением самых жестких требований качества. Продолжая выбранную стратегию, компания превратилась в гигантское предприятие полного цикла: от выращивания сельскохозяйственных культур и производства товара до его реализации. Сейчас ГК «ЛАМА» — это более 100 торговых точек, которые обслуживают 150 000 покупателей в день.

В 1992 году, когда в Томске появились первые минимаркеты с одноименным названием, абсолютно новый для Томска и Сибири формат стал настоящим прорывом в сфере розничной торговли! Пекар-

СОЮЗБЕТОН

ОСНОВАН В 2012 ГОДУ



10
лет

Компания появилась на рынке товарного бетона и раствора в 2012 году и за 10 лет работы зарекомендовала себя как надежный и ответственный поставщик. «Союзбетон» предлагает потребителям расширенный выбор бетонных смесей и строительных растворов, произведенных на современном оборудовании с соблюдением новейших технологий. Среди преимуществ компании — собственная производственная площадка с четырьмя автоматизированными заводами, аттестованная и аккредитованная строительная лаборатория, предоставляющая весь необходимый спектр лабораторного контроля, круглосуточная доставка бетона, дипломированные специалисты, прошедшие необходимое обучение.

Компания появилась на рынке товарного бетона и раствора в 2012 году и за 10 лет работы зарекомендовала себя как надежный и ответственный поставщик. «Со-

МЫ ГОТОВИМ «ДОРОГОЕ»!

КУХНЯ РЕДАКЦИИ

Рассказывать о журнальной кухне можно бесконечно долго. Знаете ли вы, по каким принципам происходит наполнение номера и отбор материалов, сколько усилий стоит организовать фотосъемку и согласовать интервью, не выпасть из графика и виртуозно справиться с форс-мажором? Наш коллективный редакционный разум решил, что лучше всего проиллюстрировать эти процессы — и неожиданно попал в точку!

Мы горячо благодарим наших партнеров — салон красоты «Кудри Бар» и студию вкуса «Лофт», которые помогли нам сделать съемку редакции настоящим праздником вкуса и красоты!

ФОТОГРАФ: Эдуард Саакян

АЛЕКСЕЙ
ПОЧЕРЕВНЫЙ,
фотограф, стаж
работы в редакции
11 лет

НАТАЛЬЯ АЛЬТМАЕР,
главный редактор,
стаж работы в редакции
15 лет



ДАРИНА КОВАЛЕВСКАЯ,
продакшн-редактор, стаж работы
в редакции 1 год

АНТОН РОССЕЙКИН,
дизайнер, стаж работы
в редакции 4 года



СОФЬЯ ЛОМОВСКАЯ,
литературный редактор,
стаж работы в редакции 10 лет



СВЕТЛАНА ЧАУСОВА,
коммерческий директор, стаж
работы в редакции 2 года



ЕЛЕНА БУЙКИНА,
главный дизайнер, стаж
работы в редакции 12 лет



ОЛЬГА ПОКАТИЛОВА,
*медиа-менеджер, стаж работы
в редакции 7 лет*



ЛЮЦИЯ ВАЛЕЕВА,
*медиа-менеджер, стаж работы
в редакции 8 лет*



ЮЛИЯ АВДЕЕВА,
менеджер, стаж работы
в редакции 2 месяца

АЛИНА РУССУ,
менеджер, стаж работы
в редакции 2 месяца



ЕЛЕНА ШИШОВА,
менеджер, стаж работы
в редакции 1 год

МАРИЯ НОВИКОВА,
выпускающий редактор,
стаж работы в редакции 6 лет

ЖУРНАЛ
ДОРОГОЕ
УДОВОЛЬСТВИЕ

15

ЛЕТ В ТОМСКЕ

Для тех, кто может
чувствовать вкус жизни

DOROGOE.TOMSK.RU

СПОРТ → НОРМА ЖИЗНИ

Вольная борьба стала олимпийским видом спорта всего 25 лет назад. И если в мировом рейтинге сегодня ведущие места занимают Япония и США, то российские спортсмены являются лидерами Европы. Но теперь и в Сибири растут новых чемпионов в этом виде спорта. Точнее — чемпионки. Юная спортсменка из Северска и ее тренер — гости постоянной спортивной рубрики журнала.



АРТЕМИЙ АБСАЛИХОВ

старший тренер федерации ТО по греко-римской и вольной борьбе среди девушек, тренер по спортивной борьбе МБУДО ДЮСШ «Янтарь»

МАРГАРИТА ЯРЫГИНА

КМС, победительница первенства России 2022 по спортивной борьбе в весовой категории до 50 кг, серебряный призер XI Летней спартакиады учащихся по спортивной борьбе среди девушек до 16 лет, победительница VII Международных спортивных игр «Дети Азии» в вольной борьбе

— Артемий Фанисович, в этом году ваша ученица добилась огромных успехов на соревнованиях российского и международного уровней. Расскажите об этом подробнее...

— В 2021 году для получения опыта мы впервые побывали на Первенстве России, предварительно отобравшись на него с третьего места в Сибири. Но все сложилось для нас неудачно: Рита проиграла в первой же схватке. Расстроились, конечно, с ней: я даже подумал, стоит ли этим вообще заниматься. Но была вера, что такое обидное поражение — случайность. Спустя год, в апреле, все же надеясь на победу, снова поехали на Первенство в подмосковное Раменское. И получилось, что Рита выиграла пять схваток и завоевала первое место. На нее обратили внимание и пригласили в российскую сборную, в ее рамках велась подготовка к международным турнирам. Но так как у юной спортсменки была небольшая травма, мы отказались от сборов и поехали на спартакиаду, немного не долечившись. Она заняла второе место, уступив в последних секундах, но ведя в счете. Проиграла, но опытной спортсменке, победительнице Первенства Европы. Пропустив еще одни сборы, отправились на международные спортивные игры «Дети Азии» во Владивосток. После победы на них уже все-таки поехали в сборную, в составе которой участвовали в международном турнире в Белоруси. Буквально только что вернулись оттуда.

— Чем знамениты игры «Дети Азии»?

— Масштаб и уровень организации этого турнира можно сравнить с детскими и юношескими Олимпийскими играми. Соревнования проходят на протяжении двух недель, согласно программе, каждый вид спорта выступает в определенный день. Мы помимо того, что участвовали сами, ходили болели за других — Сибирский Федеральный округ был представлен в 19 видах спорта. Из Томской области участвовали спортсмены в трех видах: вольная борьба, баскетбол и легкая атлетика. Это соревнования очень высокого уровня, здесь оборудованы просторные залы для тренировок, площадки — было похоже, что мы побывали на взрослых соревнованиях. Все, как в сказке, нам очень понравилось.

— Прогнозировали, что возьмете первое место?

— У нас не оставалось выбора, потому

У НАС В БОРЬБЕ ДЕЙСТВУЮТ ПРАВИЛА: ЕСЛИ НЕ ПЕРВОЕ МЕСТО — ЗНАЧИТ, ПРОИГРАЛ

что после победы в Первенстве России Рита, считайте, первый номер национальной сборной в этой возрастной категории. И если бы мы поехали на соревнования уровня Европы или мира, она представляла бы страну. Но по-другому и нельзя, у нас в борьбе действуют правила: если не первое место — значит, проиграл. Даже если занял второе или третье. Хотя Рита новичок, ворвавшийся в этот вид спорта так быстро и резко, на нее теперь рассчитывают уже не только в Северске и Томске, но уже и в стране.

— Как национальное спортивное будущее Маргарита получает какую-то поддержку?

— На протяжении всего этого времени нам очень сложно было найти финансирование. Чем выше результаты, тем больше средств необходимо. С этим очень сложно. Департамент по молодежной политике, физической культуре и спорту Томской области, конечно, оказывает посильную помощь. Мои друзья, борцы, про нас знают и всегда помогают. Мы ищем себе спонсора, потому что Рита сейчас многого добилась, и останавливаться нам нельзя. А впереди важные турниры, к которым нужно еще подготовиться: билеты и многое-многое другое. Все это с таким боем достается, что сил на сами состязания порой уже и нет.

В области среди девочек Рита одна такая, первая и пока единственная, кто выезжает на соревнования. До этого в нашей школе были успехи в греко-римской борьбе, но она уже и этим воспитанникам наступает на пятки, догоняет и обгоняет по результатам. Если дальше продолжит, то опередит всех.

— Где вы нашли такой самородок?

— Вообще, у Риты очень известная фамилия в мире спорта. Ее однофамилец Иван Ярыгин был прославленным советским борцом, олимпийским чемпионом. А ко мне попала случайно. Ее брат занимался у меня, и однажды она присутствовала на тренировке, ждала его. Нам как раз не хватало одного человека для игры в борцовское регби. Позвал ее к нам присоединиться, и эта восьмилетняя девчонка

залетела в колготках, мяч засунула подмышку, а второй рукой всех расталкивала и голы забивала. Увидев это, я сказал, чтобы приходила и завтра. Так потихоньку ее нарядили в борцовку и трико, а тренировалась и боролась она всегда с мальчиками, потому что у нас девочек не было нигде во всей Томской области. То есть ее спарринг-партнерами были только ребята.

— Это травмоопасный вид спорта? Бывает ей больно?

— После поединка часто бывает, что все лицо разбито. Но боязни у нее нет. Во время борьбы боли не чувствуется. Только после обнаруживается шишка или синяк под глазом. Но вольная борьба не попадает в десятку травмоопасных. Если ты прошел начальную подготовку, уже знаешь, как правильно упасть. Слезы у Риты только после поражения сутками текут, но потом успокаивается. А на тренировках никогда не жалуется.

— Рита, вы в этом спорте уже 6 лет, сколько уже пройдено соревнований?

— Уже, наверное, под сотню. Но поражений у меня на данный момент не так много. Среди девочек, может, только четыре.

— Какие эмоции сильнее — от поражения или от победы?

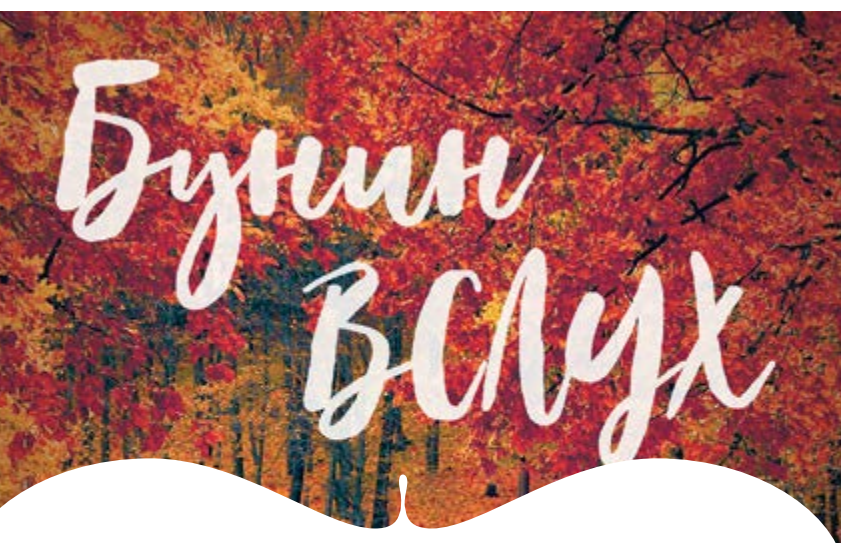
— Когда проигрываю. Но в любом случае борьба воспитала во мне огромную силу воли.

— А какие у вас планы на будущее?

— Я хочу и дальше бороться. Хочу поехать на Олимпийские игры, полностью посвятить себя спорту.

— На «девчачьи» занятия остается время?

— Да, конечно. Я живу полной жизнью.



«Бунин вслух»

Литературно-театральный вечер по мотивам рассказов Ивана Бунина
Исполняют артисты: Лариса Окишева, Илья Гваракидзе, Ирина Шишлянникова

31 октября

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

Художественная выставка

«Сны Шагала, подсмотренные художником-сюрреалистом Романом Чупиным»

С 8 по 31 октября

Арт-бутик «Русский Шарм»,
ул. Никитина, 99, модная галерея «ANTEPRIMA»
Вход свободный с 11.30 до 18.30. 12+



«Дачи»

Читакль по мотивам рассказов Михаила Жванецкого
Исполняют артисты: Евгений Казаков, Татьяна Угрюмова, Евгений Шевелёв

3 октября

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



«Гоголь: две повести»

Литературно-театральный вечер
Исполняют артисты: Ирина Шишлянникова, Илья Гваракидзе

10 октября

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



«Жизнь и необычайные приключения солдата Ивана Чонкина»

Читакль по мотивам романа-анекдота Владимира Войновича
Исполняют артисты: Евгений Казаков, Татьяна Угрюмова, Евгений Шевелёв

24 октября

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



«Поэты и музы декаданса»

Беседа об искусстве с Ириной Малиновской

30 октября

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



Организаторы мероприятий:

Арт-студия «Золотое Сечение»
Арт-бутик «Русский Шарм»

Партнеры мероприятий:

Ресторанный комплекс «Бамбук»
Арт-бутик «Русский Шарм»
Союз театральных деятелей РФ
Театр-студия Натальи Корляковой

Информационные партнеры:

Журнал «Дорогое удовольствие»
Журнал «theМОСТ»

Мануэла Мамели на сцене Томска

В Томске певицу, которая известна не только как джазовая исполнительница, но и как композитор, интерпретатор сардинской фольклорной и поп-музыки, представит известный промоутер и джазмен Асхат Сайфуллин. Вместе с ним, пианистом Иваном Фармаковским и ударником Евгением Суворовым выпускница консерваторий Кальяри и «Санта Чечилия» в Риме исполнит традиционные джазовые стандарты («Take five» Д. Брубека, «Waltz for Debby» Б. Эванса и другие), свои композиции и джазовые импровизации на темы итальянских песен.

11 октября

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



Два мастера — два мира

Дирижер Денис Немирович-Данченко «рифмует» симфонии Бетховена и Чайковского, выбрав для своего эксперимента Пятую симфонию немецкого композитора, которую узнают по первым тактам, и Третью симфонию русского гения, самую светлую и новаторскую. Оба произведения настолько популярны, что звучат не только на музыкальных сценах мира, но даже используются в кино и анимации. Исполняет Томский академический симфонический оркестр.

15 октября

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



Уникальный квартет

«Картинки с выставки» Мусоргского, «Вальс цветов» из балета «Щелкунчик» и «Времена года» Чайковского, Вокализ и Второй фортепианный концерт Рахманинова прозвучат в необычном исполнении: цифровой орган, саксофон, контрабас и ударные. Мария Блажевич, Павел Новиков-Растопнин, Алексей Пиоттх и Александр Кутынов покажут знакомую классику в джазовой аранжировке. Такой квартет, как уверяют сами музыканты, — явление в России уникальное.

16 октября

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



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

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

Доставка - заберем и привезем готовый заказ.

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

Подробности проведения акций узнавайте в сообществах «Химчистка BOWE»

Фантастическая комедия «Лодочник»

В спектакле Национального драматического театра имени П. В. Кучияк (Горно-Алтайск) спившийся и опустившийся Сторож, много раз уволенный с разных работ «по собственному желанию», случайно устраивается на работу в некую контору лодочником. Как оказывается позже, он должен перевозить людей в царство мертвых. Однажды в его лодку садится бывшая возлюбленная, с которой они не виделись пятнадцать лет, расставшись по глупости. Случайно познакомившись с дочерью Ольги — Маргаритой, сторож решает вернуть возлюбленную с того света...

15 ноября

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4,
тел.: 906-837, 906-845
Начало в 19.00. 18+



Мужской стриптиз «Только для женщин»

Спектакль Новосибирского государственного академического театра «Красный факел». Шестеро сталсваров в одночасье потеряли работу и прожигают жизнь в дешевом баре. Жены их бросили, девушки разлюбили — не жизнь, а тоска. Но! Реклама мужского стриптиза, попавшаяся на глаза одному из друзей, переворачивает всю их жизнь. Молодые мужчины хватаются за нелепую затею — сделать собственное стрип-шоу.

2 ноября

Томский областной театр драмы,
пл. Ленина, 4,
тел.: 906-837, 906-845
Начало в 19.00. 18+



120 ЛЕТ НАЗАД (1902) СОСТОЯЛОСЬ ОТКРЫТИЕ
ТОМСКОГО УЧИТЕЛЬСКОГО ИНСТИТУТА.
Первый в Сибири Учительский институт был учрежден
Высочайшим повелением Императора Николая II

100 лет советскому и российскому джазу

Поклонников джаза приглашают на выступление известного и старейшего томского коллектива — джаз-оркестра «ТГУ-62» под управлением художественного руководителя коллектива Аркадия Ратнера. В программе — композиции лучших джазменов нашей страны А. Цфасмана и А. Кролла, знакомые мелодии в джазовой версии и аранжировке О. Лундстрема и Г. Гаряна. Свое мастерство покажут солисты джаз-оркестра, также прозвучат вокальные произведения в джазовой стилистике.

20 октября

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



Симфония «The Witcher»

На концерт, где прозвучат музыкальные темы легендарной игровой вселенной «Ведьмак» приглашают солисты камерного симфонического оркестра СAGMO и Томский симфонический оркестр. Во многом успех знаменитой игры — это заслуга великолепной музыки, подчеркивающей суровый характер персонажей, погружающей в атмосферу захватывающих приключений, жестоких заговоров и коварных интриг, неизведанных лесов и опасных тварей, магии и любви. Зрителей ждут лучшие, самые завораживающие музыкальные темы из знаменитой RPG.

26 октября

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



Давным
давно

СКОРО ОТКРЫТИЕ!

ЖЕЛТОК

КОФЕ, ЗАВТРАКИ И ВСЁ ТАКОЕ

Чтобы попасть к нам
в команду, переходите:



@ok-jeltok
пл. Ново-Соборная, 2

Спектакль «Сюрприз» по пьесе А. Галина

Непредсказуемая бесшабашная бизнесвумен берет под свою опеку интеллигентную, хрупкую и ранимую женщину. Два совершенно разных человека пытаются стать близкими подругами. Но судьба преподносит им сюрприз — «молодого Козерога», который должен исполнить все «тайные желания». В исполнении блистательных артистов Марины Федункив, Полины Сибатулиной, Дмитрия Мухамедеева.

28 октября

Томский театр драмы, пл. Ленина, 4,
тел.: 710-900, 906-837
Начало в 19.00. 16+



«Nautilus Pompilius 40 лет»

Вячеслав Бутусов и группа «Орден Славы» приглашают на большой концерт, посвященный 40-летию легендарной группы «Nautilus Pompilius». Музыканты готовят масштабную ретро-спективную программу из главных песен богатого творческого наследия «Наутилуса». Публика сможет погрузиться в контекст и атмосферу любимых музыкальных полотен благодаря высокотехнологичному мультимедийному шоу и эффектной сценографии.

1 ноября

Большой концертный зал, пл. Ленина, 12 а,
тел.: 710-900, 20-20-72
Начало в 19.00. 12+



Елена Новикова. Stand up. Новая программа.

Елена Новикова в 47 лет стала победительницей проекта «Открытый микрофон», сейчас выступает в числе постоянных резидентов шоу Stand Up на ТНТ. Одна из самых популярных комиков в жанре стендап затрагивает темы возраста, воспитания детей, внутрисемейных и человеческих отношений.

7 ноября

Международный культурный центр ТПУ,
ул. Усова, 13 в, тел. 710-900
Начало в 19.00. 18+



Спектакль «Варшавская мелодия»

Лирическая история о любви русского парня и польской девушки, рассказанная драматургом Л. Зориним, со временем приобретает новое звучание, становясь все более современной. Молоденькая польская певица и простой московский студент познакомились случайно на концерте в консерватории. Это была любовь. Это была судьба. Нежданное счастье и большие планы совсем скоро оборвались жестокой реальностью... В ролях — Агоя Шилова и Александр Устюгов.

14 ноября

Томский театр драмы, пл. Ленина, 4,
тел.: 710-900, 906-837
Начало в 19.00. 12+



Глеб Самойлов и The Matrixx

Глеб Самойлов & The Matrixx ко дню рождения группы «Агата Кристи» решили подарить слушателям возможность вновь насладиться мистическим обаянием любимых композиций и прочувствовать энергию творческого наследия «Агаты Кристи». Будет представлена уникальная ретроспектива, в рамках которой прозвучат такие абсолютные хиты как «Ковер-вертолет», «Как на войне» и «Опиум», которые на протяжении многих лет традиционно закрывают концерты The Matrixx, и диковинные раритеты.

15 ноября

Центр культуры ТГУ, пр. Ленина, 36
Начало в 19.00. 12+



Алексей Глызин и его вечные хиты

На сцене Большого концертного зала выступит заслуженный артист России Алексей Глызин с программой из любимых хитов с полностью живым звуком. Билет на концерт певца может стать прекрасным подарком для ценителей его творчества и любителей добрых и вдохновляющих песен.

24 ноября

Большой концертный зал, пл.
Ленина, 12 а, тел.: 710-900, 20-20-72
Начало в 19.00. 6+



@optissimo_optica

Дни Испании 14-16 октября

Презентация новой полной коллекции оправ
и солнцезащитных очков испанских брендов

lool BUILT TO BE LIGHT etnia O BARCELONA

Optissimo
пр.Фрунзе,40

Гордость и предубеждение



ВАЛЕНТИНА БОГАЧЕВА

В отношении любых публичных фигур, а писатели, несомненно, фигуры публичные, всегда есть проблема переноса личного отношения к человеку на то дело, которое он делает. Как отделить (и надо ли) личность автора от его произведений? Вопрос, конечно, интересный...

Признаюсь, как читатель я не отличаюсь какой-то особенной объективностью. Если книга или автор мне нравятся — я могу быть снисходительна к недостаткам стиля, языка и сюжета или к неоднозначным авторским высказываниям по тем или иным поводам. И наоборот, если в отношении конкретного текста или его создателя я испытываю некий скепсис или даже недоброжелательность, то начинаю «ловить ведьм» даже там, где их может и не быть.

Один из классических примеров подобной двойственности в общественном мнении — Марина Ивановна Цветаева. Влюбленная с детства в ее поэзию, я готова закрыть глаза на то, какой матерью она была. Но для многих читателей то, что Цветаева была «плохой и инфантильной матерью», допустившей смерть дочери Ирины, накладывает такой отпечаток на творчество, который делает невозможным восхищение ее стихами.

Недавно пополнила список несимпатичных мне авторов и попыталась понять, что первичнее — мое отношение к книге или к человеку?

Дело было так. В моем любимом книжном клубе выпала к прочтению книга «Библиотекарь» Михаила Елизарова. Про автора я слышала ранее в связи с другим его произведением — роман «Земля» про похоронный бизнес стал лауреатом премии «Национальный бестселлер» в 2020 году. Да и сам «Библиотекарь» наградами не обижен — в 2008 году он стал лауреатом премии «Русский Букер».

Книга мне умеренно не понравилась. То есть как вариант некоего странного городского фэнтези — это даже, наверное, любопытно: книги забытого советского автора с мистическим эффектом, тайные военизированные и криминализованные сообщества (читальни и библиотеки) вокруг этих книг, куча потасовок с разлетающимися зубами и кровавыми соплями. Ну такое... на любителя. Но до серьезной литературы, на мой вкус, книга не дотягивала. А потом я узнала, что господин Елизаров не только писатель, но и автор-исполнитель, и проявила роковое любопытство — пробежалась глазами по текстам некоторых его песен. Сказать, что это безвкусно и низкосортно — не сказать ничего. Получив этот шокирующий культурологический опыт, я поняла,

что поневоле изменила и свое отношение к прочитанному роману. То, что казалось просто неуместным и некрасивым, обрело теперь в моих глазах черты явно шовинистские и мизогинные. Теперь, можно сказать, книга не нравилась мне активно и сильно.

Наверное, логичная позиция здесь — оберегать свою объективность и сознательно избегать информации об авторе, не гуглить, не читать интервью, не находить его или ее в соцсетях. Вот только возможно ли полностью закрыться от информации в наши дни? Боюсь, что нет.

Я знаю, кто такая Кира Ярмыш, и это помогает мне более полно воспринять ее достаточно сильный дебютный роман «Невероятные происшествия в женской камере № 3». Я знаю, кто такой Захар Прилепин, и это помогает мне составить впечатление о его книге «Обитель», которая является вполне достойным произведением на мой взгляд.

Да, многие знания — многие печали. Но все же, мне кажется, лучше знать. Знать и стремиться к недостижимой «ноль-позиции».

Интересно, а менялось ли у вас отношение к книге из-за отношения к автору?

Рецензии на книги можете
прочитать здесь:



РАЗРАБОТКА ПРОЕКТНО-СМЕТНОЙ ДОКУМЕНТАЦИИ

с получением согласований экспертиз
и всех необходимых для строительства
разрешительных документов



СОПРОВОЖДЕНИЕ ЭКСПЕРТИЗЫ



СОЗДАНИЕ ТЕХНИЧЕСКОГО
ЗАДАНИЯ ДЛЯ ТЕНДЕРОВ



АВТОРСКИЙ НАДЗОР ПРОЕКТА



ПОЛНОЕ СТРАХОВАНИЕ
НАШИХ РАБОТ

Мы открыты
для сотрудничества —
присоединяйтесь
к команде настоящих
профессионалов!

Все ключевые сотрудники
компании включены в Националь-
ный реестр проектировщиков
РФ (НОПРИЗ), что подтверждает
высокий стандарт качества услуг
и показатель опыта работы наших
специалистов.



- ✓ Более 110 успешно закрытых проектов, раскинутых по всей территории России
- ✓ Четырехэтапный контроль качества проектов
- ✓ Разработка высокотехнологичных решений для передовых предприятий страны: «РЖД», «Газпром», «Роскосмос», «Северсталь», СТС, ИнтерРАО и оборонные предприятия



+7 3822 90 38 68
IPROJECT70.RU

ул. Набережная реки Ушайки, 18 б, 2 этаж

«Ух ты, а ей уж восемьдесят! — восклицал дядь Митя из фильма «Любовь и голуби», листая календарь и ища повод выпить. Мы такого повода не ищем, но... «Ух ты, а журналу-то пятнадцать!» 😊

Как не отметить красивую дату и не присоединиться к благородному звону хрусталя. Ведь пятнадцать лет — это так называемая хрустальная свадьба! Для брака вполне приличный возраст (и стаж), да и для журнала немало. Хотя пожилым его назвать пока явно нельзя.

И раз уж мы заговорили о возрасте, в октябре как раз отмечается День пожилых людей. Раньше же он назывался «Днем престарелых», но потом сочли (и вполне правильно), что это не совсем этично и «пожилые» звучит лучше. Ведь что это значит? Что человек «по-жил». Много видел, много узнал, через многое прошел. Это про жизнь. А в «престарелом» мы слышим про старость и вовсе не от английского star. А стареть не хочет никто. Да взять хоть бы и упомянутых stars, ту же Мадонну. В свои зазорные шестьдесят четыре отлично выглядит (не без прилагаемых усилий, конечно), поет и пляшет. А между прочим, по градации ВОЗ она уже относится к пожилым... девушкам. 😊

Праздник этот зародился в Японии. Начали его отмечать в небольшой деревне в префектуре Хёго, а потом традиция постепенно охватила всю страну. С 1966 года он стал национальным праздником — Днем почитания пожилых людей. Как и у нас, в Японии для старшего поколения в ходу выражение «серебряный возраст», и надо сказать, что их «серебряный возраст» в большинстве своем активен, ведет здоровый образ жизни и выглядит превосходно. Ну, и по долгожительству, как известно, японцы впереди планеты всей.

В разных странах этот праздник носит различные названия. В США,

например, очень милое National Grandparents Day, что в переводе означает «День бабушек и дедушек». А в Китае — «Праздник двойной девятки», потому что он выпадает на девятый день девятого месяца по китайскому лунному календарю. А еще в китайском языке слово «девять» произносится так же, как и «долголетие».



ГАЛИНА ЗАВГОРОДНЯЯ
✉ [gzavgorodnyaya](#)

С 1 октября 1991 года этот праздник стал международным. Отмечают его и в России. И, конечно, в этот день проходят мероприятия, показывают специальные концертные программы и фильмы, дарят подарки... И все это хорошо. Но только не надо забывать, что внимание пожилым людям нужно не только в праздник, как и ветеранам не только в День Победы. Помню, была в девяти-

стных годах социальная реклама «Позвоните родителям». Незамысловатый ролик с птенцами в главной роли: «Они выросли и забыли своих родителей. А вы — помните?». По мне, так одна из самых полезных и нужных реклам в мире.

Позвоните, придите, поговорите... О чем? Вот что советует Александр Галицкий — писатель, автор уникального курса социально-психологической реабилитации пожилых людей: «Воспоминания о былом — одно из самых нужных, необходимых для пожилых занятий. Они переносят стариков в прошлое и дают им возможность почувствовать себя молодыми. А тут и нам карты в руки! Записывайте, спрашивайте, интересуйтесь, пока еще не поздно — и ваши дети потом скажут вам спасибо».

Возраст — это просто цифры. В паспорте и на торте. Иногда, правда, удивляющие. Но ни один человек не ощущает их, не привязывает себя к этим цифрам. Возраст, конечно, может сам напоминать о себе. Но не всегда в плохом смысле — когда «там стрельнуло, там заклинило, ах и ох, паралич всей бабки». А в хорошем — накопленным опытом и пришедшей мудростью. Когда азарт юности сменился гармонией зрелости. Когда «осенний поцелуй после жаркого лета...» 😊

Звучит как тост! Так пожелаю же всем — и нашему старшему поколению, и любимому и дорогому «Дорогому» — ощущать возраст только в хорошем смысле! Где звон хрусталя? Чин-чин! 😊

ВОЗРАСТ — это просто цифры.
В паспорте и **НА ТОРТЕ**. Иногда,
правда, **УДИВЛЯЮЩИЕ**.

PREMIER V

салон мужской одежды



VALENTI MASIMAR LEXMER BOREN PULLTONIC

ул. 79-й Гв. дивизии, 24 | ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1 | тел. 8-913-850-53-07

Улыбка Джокера

Критики называют его талант «штучным», а образ Джокера, принесший актеру «Оскар» – нервирующим, мрачным, пугающим, но безусловно шедевральным. Фильм «Джокер» Тодда Филлипса собрал в прокате более миллиарда долларов, а совсем скоро начнутся съемки продолжения истории Джокера, где Хоакин Феникс снова выступит в главной роли.

Текст: Валерия Клименко

Ночь в голливудском клубе Viper Room разделила жизнь 19-летнего Хоакина Феникса на до и после. Его старший брат Ривер, который был для актера и другом, и наставником, и источником вдохновения, умер у него на руках из-за передозировки. Долгие годы Хоакин не мог говорить о произошедшем, пресекая на корню расспросы журналистов.

Ривер Феникс первым из пятерых детей Джона и Арлин Боттом добился признания в Голливуде. Ему пророчили славу нового Джонни Деппа, однако жизнь молодого актера трагически оборвалась в зените славы. Именно Ривер вдохновил Хоакина начать сниматься в кино, однако после смерти старшего брата начинающий актер решил уйти на время из профессии и присоединиться к отцу в путешествии по Южной Америке.

Собственно, это было путешествие на родину, поскольку именно там, в солнечном Пуэрто-Рико, и родился Хоакин Рафаэль Боттом. Его родители были членами христианской миссионерской секты «Дети Бога», которая впоследствии была признана радикальной. Адепты секты поддерживали раннюю сексуализацию детей, о чем Ривер Феникс рассказывал в одном из интервью. Для него этот факт биографии стал по-настоящему травмирующим.

Несогласные с новыми правилами секты, родители приняли решение бежать вместе с детьми в Лос-Анджелес. Там они и сменили фамилию Боттом, выбрав более звучную Феникс с отсылкой к восставшей из пепла мифической птице. У семьи и правда началась совершенно новая жизнь, главную роль в

которой стали играть кастинги и прослушивания.

В 80-е Хоакин снялся вместе с братом Ривером в сериале «Семь невест для семерых братьев», чуть позже к ним также присоединились сестры: Либерти, Рейн и Саммер. Всем детям в семье Феникс достались красивые и звучные имена – Река, Свобода, Дождь и Лето. Только у Хоакина было обычное библейское имя, из-за чего он сильно переживал в подростковом возрасте и просил называть себя Лиф (от английского Leaf - лист). Поэтому в первых телевизионных работах актер указан в титрах как Лиф Феникс. Впрочем, в шестнадцать лет он восстановил имя, данное ему при рождении.

Возвращение Хоакина в кино получилось ярким и запоминающимся. В фильме «Умереть во имя» он снялся в роли возлюбленного героини Николь Кидман, которая убеждает молодого человека убить ее мужа. Пожалуй, именно эта картина стала поворотной и определяющей в творческой биографии Феникса. После он продолжил сниматься преимущественно в драмах и триллерах, а всех его героев так или иначе объединяли схожие черты: мрачность, балансирующая на грани психопатического состояния, приправленная невероятной бруталь-

ностью и харизмой. Еще одной яркой отличительной чертой актера стал «фирменный» шрам над верхней губой. Сам Хоакин никогда не комментировал историю его появления.

Настоящая слава пришла к Фениксу после съемок в культовом фильме Ридли Скотта «Гладиатор», где он сыграл безумного римского императора Коммода. Актер был настолько органичен в роли антагониста главного героя, что картина принесла ему первую номинацию на «Оскар» за Лучшую

Долгие годы Хоакин Феникс ЯВЛЯЕТСЯ убежденным ВЕГАНOM, ведет активную деятельность в ЗАЩИТУ ЖИВОТНЫХ и экологии планеты.

Фото: 123RF



мужскую роль второго плана. С американской Киноакадемией у актера в принципе всегда были непростые отношения. «Я считаю, что все это ерунда и не хочу больше в этом участвовать. Стравливать людей одного с другим. Что может быть глупее этого», – как-то имел неосторожность обмолвиться Хоакин. Впрочем, достаточно быстро он взял свои слова назад и признал, что участие в различных премиях – важный этап в развитии карьеры любого актера.

Во второй раз Хоакин боролся за статуэтку как исполнитель главной роли в байопике «Преступить черту» в 2006 году. Он сыграл популярного кантри-музыканта Джонни Кэша, страдавшего алкогольной зависимостью. Феникс настолько вжился в роль, что по окончании съемок вынужден был обратиться за помощью в рехаб, так как и сам пристрастился к спиртному. «Оскар» ему тогда так и не достался – статуэтку и признание Киноакадемии актер получит только спустя четырнадцать лет за гениальное исполнение роли Джокера.

Ради съемок в фильме Тодда Филлипса «Джокер» Хоакин похудел на 24 килограмма, однако был истощен не столько физически, сколько морально. Однажды эта роль уже стоила

жизни другому голливудскому актеру – Хит Леджер умер от передозировки наркотиками спустя некоторое время после работы над фильмом «Темный рыцарь».

В своей победной речи, стоя на сцене театра «Долби» в Лос-Анджелесе, Хоакин Феникс просил прощения за свои ошибки в прошлом и возможность быть услышанным. «Я был негодяем, я был эгоистом. Временами я был жестоким, со мной было трудно работать, – признавался актер, – и я благодарен, что многие из вас в этом зале дали мне второй шанс».

Долгие годы Хоакин Феникс является убежденным веганом, занимается активистской деятельностью в защиту животных и выступает в поддержку действий по стабилизации климата планеты. В вопросах личной жизни

Феникс невероятно консервативен и рьяно оберегает семью от излишнего внимания прессы. Со своей женой, актрисой Руни Мара, он познакомился на съемках фильма «Она» в 2013 году, однако с новой силой их роман вспыхнул во время работы над картиной «Мария Магдалена». Руни играла Марию, а Хоакин – Иисуса. В знаковый для актера 2020 год, когда он получил «Оскар» за роль Джокера, у пары родился сын, которого назвали в память о старшем брате актера – Ривер.

Фото: 123RF

LOOK & Style*

ПОД ПОКРОВОМ НОЧИ

Под небом, усыпанным звездами, героиня Pinko движется ловко и грациозно, словно дикая кошка. Она свободна быть собой и выражать свою женственность, экспериментируя с чувственными образами. Каждая вещь новой коллекции Pinko создана для бесстрашной красоты. Мини-платья и контрастные облегающие комбинезоны, блейзеры с широкими структурированными плечами и акценты в виде интригующих атласных завязок, которые лишь слегка приоткрывают завесу тайны. Идея коллекции – рисковать, не боясь нарушить правила, ведь мода – это игра, где правила устанавливаете вы сами!

* «ОБРАЗ И СТИЛЬ»





ОБЪЕМНЫЙ ПУШИСТЫЙ
МЕХ, ЯРКИЕ ВЯЗАНЫЕ
ДЖЕМПЕРЫ, ДУБЛЕНКИ
И ПАЛЬТО - ОТ
ОДНОГО ВЗГЛЯДА НА
КОЛЛЕКЦИИ ЭТОГО
СЕЗОНА НА ДУШЕ
СТАНОВИТСЯ ТЕПЛО.
ВСТРЕЧАЕМ ХОЛОДА ВО
ВСЕОРУЖИИ!

Глобальное утепление

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера



BLANCHA

ISABEL MARANT ETOILE

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера



M.REASON



YOU WANNA

LIME

M.REASON



STELLA MCCARTNEY



COACH



AKHMADULLINA

ПРОШЛИСЬ ПО ВЕРХАМ

Дизайнеры уверены – носить яркие оттенки отныне можно без оглядки на сезон. Объемные пальто, точно с мужского плеча, представлены в самых разных цветах – от синего до оранжевого. А для тех, кто предпочитает классику – модели в оттенке camel. Эстетика или практичность? Дизайнеры отказались выбирать - и не ошиблись: представить себе более элегантную, но в то же время удобную верхнюю одежду невозможно.



CHARUEL



UNIIZE

СТОИТ ВЫДЕЛКИ

Дизайнеры придумали эффектный способ, как превратить гардероб в ценный актив. Объемным дубленкам, как у героини Анук Эме в фильме «Мужчина и женщина», курткам пилота и бушлатам с воротниками из овчины не страшны ни капризы моды, ни суровые зимние холода. Вдобавок дубленка – это вещь, которая умеет стариться красиво, а потому она не потеряет своей актуальности даже много лет спустя.



JACQUEMUS



DRIES VAN NOTEN

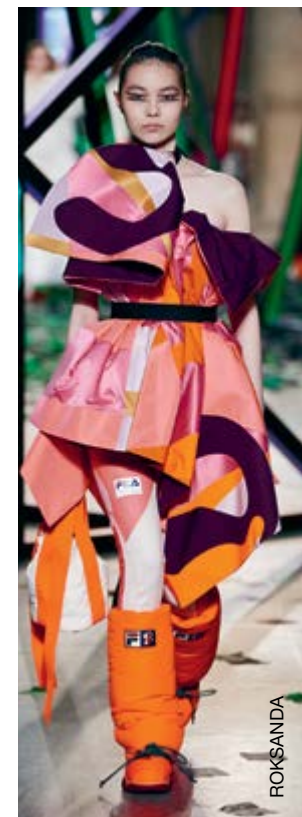
«СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА»



VERSACE

ОБЪЕМ ДАННЫХ

Пуховики, ставшие популярными в 90-е благодаря своей практичности, сегодня не просто защита от плохой погоды, но важный стилистический элемент. Модели оверсайз с меховой отделкой, парки с подстежкой и двусторонние модели, сшитые из технологичных материалов, – в такой компании каникулы на Красной Поляне запомнятся не только покорением черных трасс, но и самых модных вечеринок apres-ski.



ROKSANDA



MONCLER

ПОРА ЗАВЯЗЫВАТЬ

Порой чтобы наряд заиграл новыми красками, достаточно добавить одну эффектную деталь. Например, с этой задачей отлично справиться объемный теплый шарф. Это не просто верное средство профилактики простудных заболеваний, но и важный модный стейтмент. Строим образ на контрасте и носим яркий шарф поверх пуховика или пальто, в один оборот вокруг шеи на манер уличных художников. Проверено и одобрено героями стритстайла.

ПОДЪЕМНАЯ СИЛА

Дизайнеры ратуют за универсальный подход и функциональность. С их легкой руки из экипировки горнолыжников мунбеты проложили себе путь напрямик на улицы модных мегаполисов. В ботинках, оснащенных морозоустойчивой подошвой, стеганых или с яркими принтами, затеряться в толпе или на склоне вам точно не грозит.

ISABEL MARANT



ACNE STUDIOS



DOLCE & GABBANA



PRADA

THE NORTH FACE X GUCCI COLLECTION



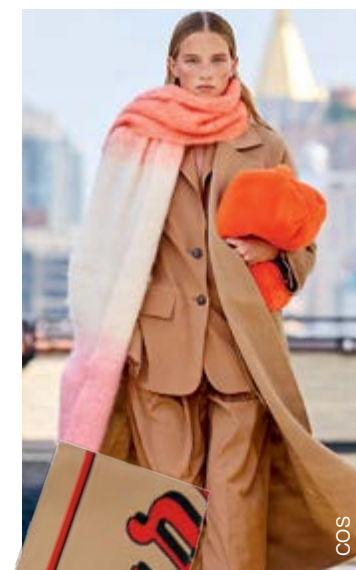
AKHIMADULLINA DREAMS



MISSONI

BOTTEGA VENETA

BURBERRY



COO



UNIZE



APPARIS



LANVIN

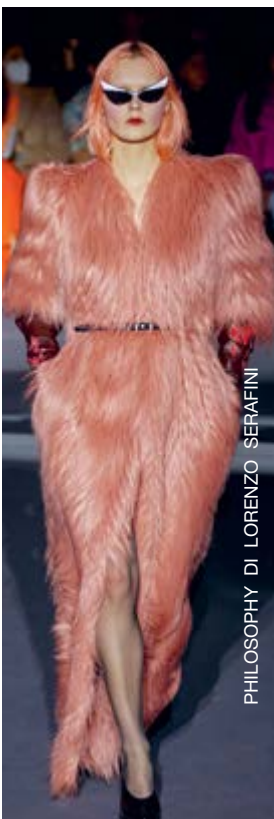


PATRIZIA PEPE

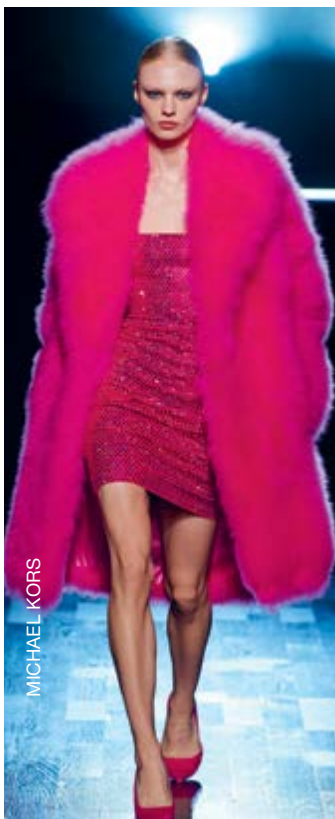


P.A.R.O.S.H.

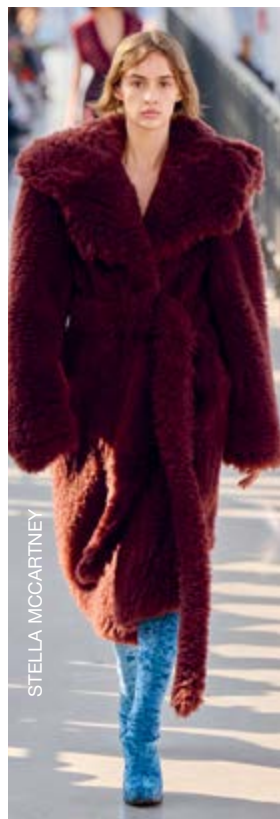
BURBERRY



PHILOSOPHY DI LORENZO SERAFINI



MICHAEL KORS



STELLA MCCARTNEY

СНЕЖНЫЙ АНГЕЛ

Создание одежды из меха дизайнеры выводят на уровень полноценного искусства, а заодно и очередной раз доказывают, что осень - не повод облачаться во все темное и практичное. Объемные шубы длины макси, модели с длинным ворсом, а также укороченные версии всех цветов радуги способны не только дарить тепло, но и улучшать настроение.



ISABEL
MARANT



SHILOH HERITAGE



FREE LANCE

ДИКИЕ СЕРДЦЕМ

Казачьи - любимая обувь героинь вестернов и рок-звезд - в этом сезоне представлены во всем разнообразии. На выбор - ботинки, выполненные из гладкой или металлизированной кожи, которые идеально подходят для воскресных прогулок за городом и офисных будней. А для тех, кто пока не обзавелся собственным ранчо, но давно мечтает войти в роль отважной cow girl, - классические замшевые модели со скошенным каблуком.



SPORTMAX

ВСЕ СВЯЗАНО

Мода и романтика в этом сезоне идут бок о бок. Однако дизайнерам удалось вывести этот тандем на новый уровень, добавив еще один важный элемент - удобство. Самые холодные месяцы зимы они советуют проводить, укутавшись в мягкий и уютный джемпер. Модели, представленные в новых коллекциях, не только теплые, но и стильные. За это отвечают яркие принты, бахрома и отделка из цветного меха.



PRADA



LOOK&Style ОБЗОР

VIVIENNE WESTWOOD



YOU WANNA



ALBERTA FERRETTI



ALEXANDER MCQUEEN

Платье Александр Миллер,
украшение для волос Дом
цветочной моды
Натальи Данилевич

ЭТА ПЛАНЕТА

PRODUCTION: OBOO.AGENCY

CREATIVE DIRECTOR: Марина Брем-Язикова

MODEL: Оксана Грибинюкова

PHOTOGRAPHER: Евгения Бурило

RETOUCH AND 3D: Анастасия Бутова

FASHION: Александр Миллер

MAKEUP: Мария Трусий

STYLIST ASSISTANT: Анна Петрова

Боди и палантин
Александр Миллер,
шляпа – собственность
стилиста



Платье, жакет все –
Александр Миллер,
аксессуары *Дом цветочной
моды Натальи Данилевич*



Очки *Eyeperitizer*



**Марина Брем-Язикова,
креативный директор
и основатель @oboo.agency
Новосибирск**

– Как давно существует @oboo.agency и что означает это название?

– Мы живем в Сибири, в краю, где есть удивительные места силы – Горный Алтай, Байкал. Обоо – это буддистское понятие, означающее взаимосвязь пространства и времени. Это место силы, куда можно прийти со своими вопросами и получить ответы. Так работает наше агентство – мы помогаем найти ответы.

Я начинала как стилист. Сначала люди доверили мне свои гардеробы, а потом – свои бизнесы.

– Вы создали в Новосибирске очень сильный продакшн и делаете крутые, самобытные проекты. Значит, для этого не обязательно находиться в столице?

– Мы пошли по принципу спортсмена. Чтобы взять золото, нужно очень много трудиться. Наш девиз: «Наша работа скажет сама за себя». Мы шаг за шагом доказывали себе и другим, что мы можем. К тому же, сейчас у нас есть возможность сотрудничать в сфере диджитал и композинга со специалистами со всего мира. Мы фантазируем и креативим в тех условиях, которые у нас есть.

– Вы всегда работаете в тандеме с фотографом Евгением Бурило? Почему?

– Я работаю с разными фотографами, поскольку заказы очень разные – от продуктов до строительных компаний. Но в сфере фэшн я давно поняла, что Женя – мой человек. У нее режиссерское образование, очень высокий культурный уровень и большая насмотренность. Она гибкая, мобильна, так же, как и я, системна и рациональна. У нас отличный тандем.

– Как родилась идея проекта «Эта планета»?

– Я фанат фильма «Аватар», а края, где мы живем, для меня – бесконечный источник вдохновения. Мне всегда хотелось передать свое восприятие реальности, показать, насколько фантастичен окружающий нас мир. В Алтайском крае есть розовое озеро Бурсоль, где происходит добыча соли. Это удивительное место, и нас не остановило то, что ехать до этой локации 7 часов на машине.

– Расскажите, как проходили съемки? С какими сложностями вам пришлось столкнуться?

– Когда мы прибыли на место, стояла невероятная жара. Мы снимали по щиколотку в воде, метрах в 500 от берега. И вдруг увидели, что на нас идет буря.

Погода на Алтае меняется очень быстро. Буря надвигалась так стремительно, что нам пришлось бежать в машину бегом, а вокруг все стояло и свистело! Когда все стихло, жара сменилась таким холодом, что мы продрогли до костей. Второй образ снимали уже, кутая моделей в теплое, и раздевая их только на несколько минут для съемки. На следующий день был дождь и гроза с молниями. Но вечером нас провожали фантастические кудрявые облака. Мы сняли красивые пейзажи и дорабатывали их уже на постпродакшене.

– Что в ваших ближайших планах?

– Быть стабильными и не растерять друг друга. Команда – это моя главная ценность.

Корсет **Александр Миллер**,
серьги **Дом цветочной моды**
Натали Данилевич

Моду диктует Томск

13 августа в Москве состоялось значимое событие — первое в нашей стране совместное шоу российских fashion-стилистов и дизайнеров. Об участии «томской модной сборной» в показе рассказывают члены команды KOFE FASHION Елена Коршиева и Татьяна Федорова.

— Мы прошли серьезный конкурсный отбор и оказались в числе 16 стилистов со всей России, которым представилась возможность презентовать свои идеи стилизаций в рамках шоу. С радостью подтвердив свое участие, решили, что представлять Сибирь нам было бы интересно вместе с современными и креативными дизайнерами Томска — Татьяной Дон и компанией If I Do. Аксессуарную группу нашей команды составили томские бренды Sbleskom и Ронокс.

Совместно с партнерами мы разработали и отшили коллекцию, провели очень большую и тщательную работу по крою с учетом современных трендов. На роль манекенщицы для специального пошива пригласили профессиональную модель Ксению Мокину. Стилизованные образы были предварительно презентованы перед Московским показом «Fashion style show», организованным академией PSFA.

МОДА — ЭТО РАССКАЗ С ГЛУБОКИМ СМЫСЛОМ

Fashion-стилистика — не просто красота в современном прочтении, она несет серьезную смысловую нагрузку. Наша коллекция носит название «Синергия» — сочетание элегантности и комфорта, изящности и строгости, легкости и уве-



Образы из коллекции T. DON
Стилистика KOFE FASHION



КОГДА пришло **ОСОЗНАНИЕ**, что сейчас на **ПОДИУМЕ** презентуется наша коллекция, у меня полились слезы счастья!

ренности в себе — таков, на наш взгляд, образ современной женщины. «Синергия» — это отражение природной силы и отображение того, как мы ощущаем внешний мир.

По правилам fashion-показов самые сильные и запоминающиеся работы открывают и закрывают дефиле. Для нас было большой честью выступить первыми сразу после открытия показа, ведь это значит, что нам удалось воплотить свои идеи, и созданные образы были гармоничны всей концепции нашей коллекции.

ЧТО МЫ ЧУВСТВОВАЛИ?

На показе «Fashion style show» команду сопровождала дизайнер Татьяна Дон. Она поделилась своими впечатлениями от шоу:

— Участие в мероприятии такого масштаба стало для меня большой, но в то же время очень приятной неожиданностью. С первых минут показа страх и неуверенность сменились гордостью за сибиряков и работу нашей команды. Представлять родной регион на всю Россию оказалось ответственной задачей. Но мы с ней справились, получив высокую оценку со стороны организаторов и коллег. Для меня как для начинающего дизайнера это стало настоящим глотком свежего воздуха, новым уровнем мотивации и творческого вдохновения. Спасибо команде KOFE FASHION, Елене и Татьяне, и, конечно, Академии PSFA.

Татьяна Федорова:

— Я испытала шквал эмоций от выступления наших моделей. Сначала казалось, что мы просто наблюдатели со стороны. Но когда пришло осознание, что сейчас на подиуме презентуется наша коллекция, у меня полились слезы счастья! Мы не видели весь показ, удалось только немного подсмотреть из-за кулис. Когда я встречала моделей с подиума и направляла их на следующую проходку, от эмоций у меня тряслись руки, я еле сдерживала слезы!

Елена Коршиева:

— Мои ощущения от показа странные и противоречивые. Было чувство, схожее с рождением ребенка у матери: радость и безграничное счастье в сочетании с огромной усталостью. Но состояние изнеможения облегчало чувство гордости за успешно выполненную задачу. Конечно, очень приятны были комплименты и слова восхищения, которые говорили люди вокруг, но какое-то осознание и осмысление пришло намного позже, не сразу после показа. (Улыбается.)

Мы гордимся тем, что справились со столь ответственной задачей, вызвали у зрителей и коллег шквал эмоций, комплиментов и благодарностей! Наша команда еще раз доказала: fashion-индустрии в России быть — и на таком высоком, международном уровне!



Коллаборация стилистов и дизайнеров
Стилисты: Елена Коршиева,
Татьяна Федорова, kofe_fashion
(во всех соцсетях)
Дизайнер: Татьяна Дон, T.Don_brand



Ул. Большая Подгорная, 87 (1-й этаж, офис 2),
тел. 8-913-866-86-86

📍tatyadanonbrand, 📱don_brend



Интервью команды для
телеканала
World Fashion Channel
можно посмотреть,
отсканировав QR-код.

Хрушкая ИСТОРИЯ

Обаяние юности на фоне старинной томской архитектуры... Прекрасная иллюстрация контраста между вчерашним и будущим? Однако вдохновением для авторов проекта, очарованных своим городом, неожиданно послужило ощущение бесконечной хрупкости истории.

Крепкие и сильные когда-то дома, точно так же, как нежная и трогательная красота девушек, нуждаются сегодня в любви, заботе, внимании и самом бережном отношении.



Спецпроект: ИНТЕРНЕТ-ИЗДАНИЕ TOMSK.RU

Модели: ЮЛИЯ И АЛИСА ФРЕЕР

**Фотографы: ИРИНА ПАВЛУЦКАЯ,
СВЯТОСЛАВ ЗЫРЯНОВ**

Одежда: IF I DO













СТИЛЬНАЯ ОСЕНЬ

Поклонницы стильной обуви точно оценят осеннюю коллекцию Geox. Ценительницам классики подойдут традиционные английские ботинки челси и броги. Удобные и стильные, они станут отличной парой любимым джинсам, строгим костюмам и юбкам. Если вы не изменяете длине мини даже зимой, вам не обойтись без ботфортов, которые на пике в этом сезоне. Дерзким натурам стоит присмотреться к ботинкам в байкерском стиле из черной телячьей кожи и эластичного трикотажного материала, декорированным стеганой строчкой и металлическими цепочками. Коллекцию дополняет новая линия стильных сумок и рюкзаков.

КОЛЛЕКЦИИ / ЛИЦА / БЕСТСЕЛЛЕРЫ



УСЛЫШАТЬ МУЗЫКУ

Лимитированная модель сумки Metropolis Remix, напоминающая по форме бант, имеет ту же фирменную застежку, что и культовая Furla Metropolis. Однако в этой модели заложено особое послание: Furla начала сотрудничество с She Is The Music – некоммерческой организацией, основанной американской певицей Алисией Киз, цель которой – создание равных возможностей для женщин, работающих в музыкальной индустрии. Организация уже создала творческие женские лагеря для написания музыки и крупнейшую в мире базу данных женщин-музыкантов. Внести свой вклад в эту миссию можно уже сейчас – сумка Metropolis Remix будет доступна на furla.com только в октябре.



ВЗГЛЯД В БУДУЩЕЕ

Визитной карточкой молодого российского бренда I Am Studio, без сомнения, являются костюмы: жакеты и мини-юбки с асимметричным низом в свежих оттенках розового, жемчужного, фиалкового и яблочного продлят ощущение лета в начале осени, а укороченный жакет, юбка и топ из ткани букле в клетку пье-де-пуль расставят акценты в образе благодаря геометрическому паттерну и фактуре. Коллекцию дополняют романтические платья и линейка базового трикотажа, который сделает осень теплой.



КУДА ПРИВОДЯТ МЕЧТЫ

В новом сезоне Akhmadullina Dreams приглашает в сказочную реальность, где герои всех коллекций – зайцы, лисы, медведи и волки – отправляются в волшебный лес за грибами и ягодами. «Life is good» – девиз коллекции и нового сезона. Помимо традиционной широкой линейки пуховиков Akhmadullina Dreams представляет универсальные брючные костюмы в песочных оттенках, женственные платья с принтами, изображающими цветы и сезонные овощи, однотонные водолазки и свитеры, деним и футболки с принтом и вышивкой. Цветовая палитра движется от пастельных тонов к более сочным и ярким – приятное исключение для сезона осень-зима.

BODY & Beauty*

СТАБИЛЬНАЯ ФОРМА

Витамин С – ингредиент номер 1 в составе уходовых средств, снимающих признаки усталости. Однако обычный витамин С теряет свою эффективность при контакте с кислородом, изменении pH и под воздействием света. Ученым французской лаборатории Caudalie удалось четырежды стабилизировать витамин С, чтобы сохранить его свойства. Так появилась сыворотка Vinergetic C+, которая наполняет кожу сиянием и снимает следы усталости.



* «ТЕЛО И КРАСОТА»



Предметы осени

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера

*Осень – прекрасная
и щедрая пора года.
Мы собрали для вас
новинки лидеров
бьюти-индустрии,
которые не дадут
вам соскучиться
по солнечным дням
и наполнят кожу
сиянием и энергией.*



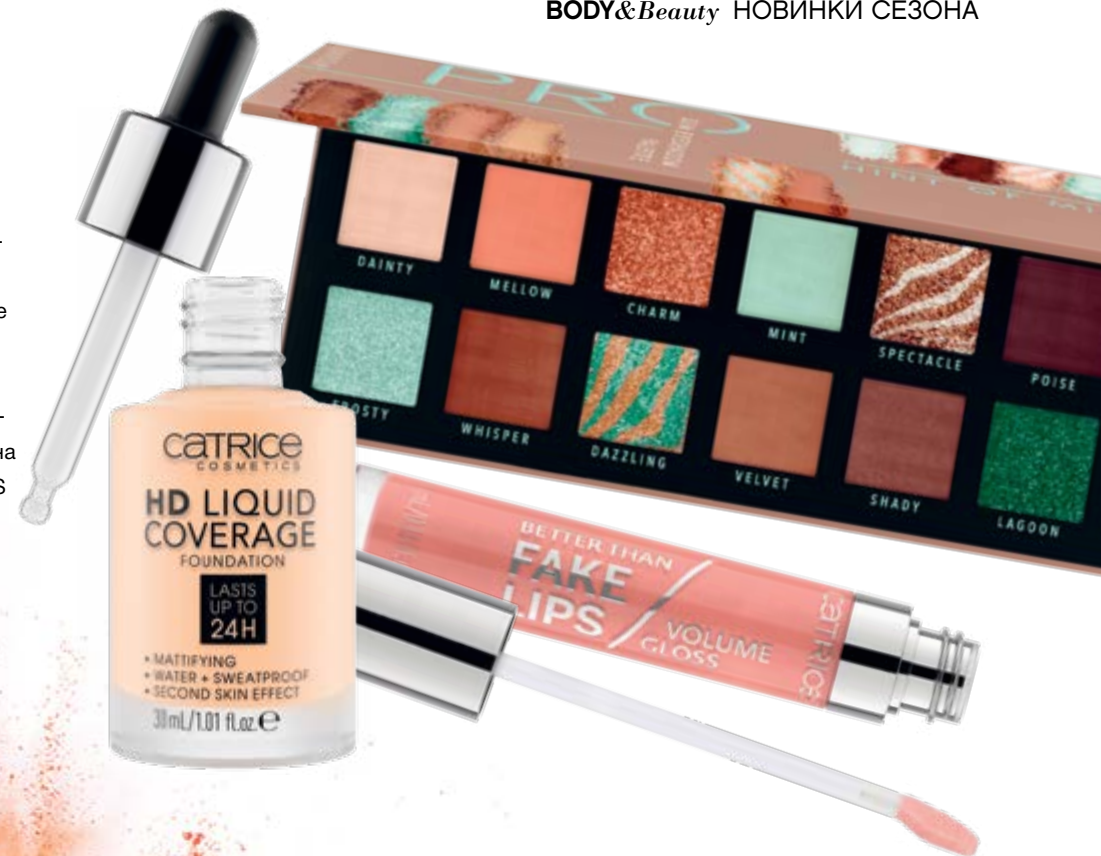
НОВОЕ СИЯНИЕ

Новинка от ESSENCE - подсвечивающая пудра kissed by the light illuminating powder. Холода наступили, а кожа сияет, словно поцелованная солнцем! Достаточно лишь нескольких прикосновений кисти, и эффект достигнут. Это настоящий подарок для поклонниц ярких и элегантных образов, ведь под одной крышкой здесь соседствуют хайлайтер, бронзер и гармонично подобранные румяна. Оттенки расположены рядом, поэтому легко смешиваются между собой. Подчеркни контуры своего лица, расставь световые акценты и придай сияние одним взмахом.

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера

МЯТНАЯ СВЕЖЕСТЬ

CATRICE объявили 2022 годом красоты! На этот сезон цель бренда – наполнить образы легкостью, радостью и позитивом! И достичь ее совсем несложно, ведь дерзкие оттенки, игривый дизайн упаковки и необычные текстуры новой коллекции дарят истинное удовольствие и создают эффектный, стойкий макияж. Мастхэв этого сезона – плампер для губ BETTER THAN FAKE LIPS VOLUME GLOSS, отличная альтернатива филлерам для губ. А палетка теней для век PRO HINT OF MINT SLIM EYESHADOW PALETTE окунет вас в мир актуальных в этом сезоне мятно-зеленых тонов.



С ПЕРЧИНКОЙ

После 40 лет женщины ищут увлажняющее средство, полное энергии, как и они сами! Extra-Firming Energy от CLARINS объединяет в себе все, в чем нуждается женская кожа, чтобы выглядеть великолепно: упругость, сияние и энергию! Новый комплекс GLOW PLUS содержит высококонцентрированные фруктовые экстракты с поразительными свойствами. Органический экстракт ягод годжи заряжает кожу энергией, экстракт косточек барбадосской вишни придает ей сияние, органическое масло абрикосовых косточек питает, а щепотка паприки придает коже отдохнувший вид.



ОПЫТ КРАСОТЫ

В новой линии средств испанской дерматологической лаборатории Sesderma воплотился более чем 45-летний опыт основателя компании, доктора медицинских наук и профессора общей дерматологии Габриэля Серрано Санмигеля. Линейки HIDRAMAX и REVERTAGE содержат гиалуроновую кислоту двух разных молекулярных масс и комплекс на основе ниацинамида и масла ши для глубокого увлажнения, а также календулу и липосомированные витамины С и Е для глубокого увлажнения и восстановления кожи.





Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера

ДО ПЯТОЧЕК

Профессиональный набор для педикюра от российского бренда по уходу за кожей «Буренка» создан специально для любительниц быть безупречными от макушки до пяточек. В составе лосьона-кератолитика очищающие и увлажняющие компоненты, которые размягчают ороговевшую кожу без дополнительного распаривания. Гелевая текстура не содержит запаха аммиака, равномерно распределяется по стопам и не стекает, что позволяет провести процедуру самостоятельно в домашних условиях. В одном флаконе 25 салонных процедур! А в педикюрный набор входит все необходимое: специальная пемза, перчатки и удобный дозатор.

ДВОЙНОЕ ОЧИЩЕНИЕ

Вдохновленный техникой ионной чистки, очищающий лосьон двойного действия от LIERAC обеспечивает двойной эффект очищения кожи. Он очищает кожу от внешних загрязнителей и микрочастиц пыли, обеспечивает мягкую эксфолиацию и сужает поры, а также удаляет избыточный пот и кожное сало. Активная гелевая текстура превращается в воду при контакте с кожей, что делает очищение бережным, но эффективным. Среди активных компонентов - экстракт водяной лилии, природный антиоксидант, усиливающий защитные функции кожи.



УМНОЕ УВЛАЖНЕНИЕ

Испанская лаборатория MartiDerm представляет сыворотку-уход для зрелой кожи Skin Complex ADVANCED из гаммы BLACK DIAMOND. В составе продукта «умные» активные ингредиенты, стимулирующие выработку присущих коже соединений, которые теряются с годами. Протеогликаны помогают повысить гидратацию кожи и оказывают укрепляющее действие, стимулируя выработку коллагена. Новый витаминный комплекс и гиалуроновая кислота увлажняют, активируют восстановительные процессы, повышают упругость и эластичность кожи.



СВЕЖИМ ВЗГЛЯДОМ

Сыворотка SVR с растительным кофеином, экстрактом морских водорослей, гиалуроновой кислотой и пептидами тонизирует нежную кожу вокруг глаз и дарит ей свежий, отдохнувший вид: уменьшает отечность и темные круги под глазами, сокращает видимость морщин, увлажняет кожу и повышает ее гладкость и упругость. Металлический аппликатор не только делает нанесение сыворотки удобным, но и стимулирует микроциркуляцию, усиливая эффект средства.



PLEYANA®
professional skincare



РЕТИНОЛОВОЕ ремоделирование кожи



Пилинг-комплекс
с ретинолом 5%
RETINOVAION 15/30 мл

Интенсивный крем
с ретинолом 0,5%
RETINOVAION 30 мл

- КОРОТКИЙ ПЕРИОД РЕАБИЛИТАЦИИ
- НЕЯРКИЙ, БЛЕДНЫЙ ЖЕЛТЫЙ ЦВЕТ ПОСЛЕ НАНЕСЕНИЯ
- МИНИМАЛЬНЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ КОЖИ
- НИЗКАЯ ВЕРОЯТНОСТЬ ОСЛОЖНЕНИЙ (ВОЗДЕЙСТВИЕ РЕТИНОИДОВ НА КОЖУ ВО ВРЕМЯ ПРОЦЕДУРЫ ПИЛИНГА НЕ ПРИВОДИТ К ПОВРЕЖДЕНИЯМ КОЖНОГО ПОКРОВА, РАЗРУШЕНИЮ ЖИВЫХ КЛЕТОК И КОАГУЛЯЦИИ ПРОТЕИНОВ)
- УЛУЧШЕНИЕ КАЧЕСТВЕННОЙ ХАРАКТЕРИСТИКИ МЕЖКЛЕТОЧНОГО МАТРИКСА ДЕРМЫ

ПРОГРАММА РАССЧИТАНА НА КУРС ПРОЦЕДУР 4-6 НЕДЕЛЬ



Представитель PLEYANA в Томске: ООО «МИРАКО»
пр. Комсомольский, 70, офис 311, тел.: 23-57-51, 8-913-812-79-20
www.pleyana.com

Клиника «СКЭНАР Прайд», основанная на возможностях скэнar-терапии и других неинвазивных методов диагностики и лечения, была первым глобальным проектом предпринимателя Натальи Шишкиной. Через три года на фасаде здания, где располагалась клиника, появилась вывеска еще одного центра — «ТЕРРА МЕДИКА», представлявшего спектр услуг традиционной медицины. Объединение двух разных медицинских клиник под общим брендом было логичным и неизбежным, уверена Наталья. Теперь они работают как «Многопрофильный медицинский центр “Том Терра”».

Интегративный ПОДХОД

Мы встретились с директором Центра, чтобы поговорить о том, почему перемены были необходимы, на каких принципах будет базироваться деятельность нового медицинского учреждения города, о необходимости сохранения уже сложившихся традиций, об услугах, которые только начинают внедряться в практику.

— **Наталья, реформы действительно были необходимы?**

— Долгий путь, пройденный нами, история развития обеих клиник привели нас к пониманию того, что единственно верное решение на данный момент — создание медицинского центра полного цикла. Как человек, лично столкнувшийся с необходимостью такого подхода, знаю, что именно его очень не хватает пациентам сегодня. Мы начали с проведения масштабного аудита и решили оставить самые актуальные, востребованные, нужные нашим пациентам направления.

— **Что входит в понятие «полный цикл»?**

— Когда человек, обратившийся к нам, получает в нашем центре не только конкретные рекомендации для лечения, но и ответ на вопрос, в чем причина его заболевания, что привело его к этому результату. Раньше мы делали особенный акцент на профилактике, которая действительно очень важна, и у нас в этом направлении есть много инструментов. Мы продолжаем говорить, что легче предупредить, чем лечить. Те, кто хочет в будущем сэкономить

на лекарствах, приходят к нам на профилактику. И часто задают вопрос: «А в чем она заключается?» Начните со сдачи анализов и УЗИ, устранения дефицитов по микро- и макроэлементам, а там по мере поступления вопросов мы поможем решить, что делать дальше.

Но сегодня, на наш взгляд, в первую очередь следует помочь пациенту решить его конкретную проблему. Когда человек обращается к разным специалистам, на сдачу анализов его направляет один врач, заключение дает другой, лечение назначает третий. И так по кругу. А когда нет единого связующего звена, получается, что никто толком не может объяснить, что происходит, и в большинстве случаев пациент остается один на один со своим заболеванием.

Мы решили ликвидировать этот серьезный недочет и максимально упростить для людей цепочку взаимодействия с медицинским учреждением. Сегодня в нашем Центре применяется комплексный подход. Полный цикл — это анализы и диагностика, совмещение традиционных и нетрадиционных методов лечения, сам врачебный прием и дальнейшее сопровождение пациента до конечного результата. И все это в одном месте, под постоянным контролем каждого этапа диагностики и лечения. Всегда смотреть на проблему интегративно — этого принципа мы придерживались изначально, и реализовать его теперь стало еще проще и удобнее.

— **Что подразумевается под сопровождением пациента?**

— Пациент не обязан держать в голове информацию, когда именно ему нужно записаться на следующую диагно-

Стилист: Елена Коршиева, Kofe Fashion,
vk.com/kofe_fashion, тел. +7-905-991-79-40
Макияж и укладка: Катерина Кабанец,
vk.com/katerinapromakeup
Локация: Креативный кластер «Пенаты»,
ул. Войкова, 8, t.me/penates_space
Фотограф: Эдуард Саакян,
тел. +7-913-877-28-59



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

стику, на повторное обследование или врачебный прием, помнить, к примеру, что через полгода ему нужно снова пройти УЗИ. Мы сами напомним о датах и времени, все этапы и нюансы лечения будут контролироваться нами. Индивидуальное сопровождение — гарантия, что каждое лечение будет доведено до конца. Сейчас у нас созданы максимально комфортные условия для каждого: представлено все необходимое оборудование, все врачебные специализации, все препараты, которые не нужно специально искать в аптеке (при назначении инъекций, например). Это очень удобно.

— *В чем фишка вашего Центра и какие принципиально новые направления и услуги будут в нем представлены?*

— Особая ценность нашего Центра — возможность сочетать традиционные и нетрадиционные методы лечения. Скэнar-терапия — по-прежнему неотъемлемая составляющая Центра. Мы с нее начинали и продолжаем придерживаться мнения, что эта терапия работает очень эффективно, особенно при совмещении с традиционным лечением. У нас все также можно сделать глубокую и подробную функциональную диагностику систем организма на аппарате АСГАРД; провести вегето-резонансное тестирование; пройти лечение тяжелых кожных заболеваний на единственном в городе аппарате — Ривa-кабине.

Особый акцент хочу сделать на капельницах — направлении, которое мы развиваем уже не первый год, но активно они начали рекламироваться всеми только сейчас. Капельницы с железом и витаминами всегда были у нас востребованы, так как почти у каждого пациента страшные дефициты по железу и витамину D.

Внутривенная инфузионная терапия — метод лечения, при котором в кровь внутривенно вводится раствор или комплекс растворов препаратов. В каждом случае специалист подбирает капельницу для инфузии индивидуально или же составляет коктейль, исходя из анамнеза пациента, его пожеланий, медицинских показаний препаратов и их сочетаемости. Внутривенная капельница — быстрый способ доставить в клетки организма витамины, минералы, антиоксиданты, аминокислоты, иммуномодуляторы, гепатопротекторы и другие компоненты, в которых нуждается организм.

Нам удалось составить прайс, который позволяет сделать эту процедуру доступной для большого числа людей. Еще важно отметить, что кроме оздоровительного эффекта многие варианты инфузионной терапии дают и велико-

лепный эстетический результат. Например, капельница с витамином С оказывает противовоспалительное действие, препятствует старению, оздоравливая организм на клеточном уровне, стимулирует выработку коллагена, осветляет кожу. Молодость и красоту помогает вернуть капельница с гептралом, препаратом для лечения печени, оказывающая заметное «побочное» действие: улучшение цвета кожи, состояния волос и ногтей, уменьшение отеков и пр. Тем, кто чувствует усталость и переживает за появление морщинок, рекомендуется капельница с глутатионом, которую не зря называют альтернативой молодильному яблочку. Антиоксидантная капельница на основе тиоктовой кислоты приносит

пользу пациентам с синдромом иммунодефицита, страдающим лишним весом, сезонной пигментацией. Это, конечно, далеко не все варианты, но те, которые я назвала, отлично подходят именно для осеннего периода.

Также мы запустили новую линейку БАДов, активно развиваем детское отделение, которое тоже будет работать по принципу полного цикла — все специалисты в одном месте.

— *Вам удалось сохранить свою команду?*

— Для нас кадры — это всё. У нас нет рядовых докторов.

В нашем коллективе собраны врачи с высокой репутацией и высокой квалификацией. Такие люди смотрят шире, чем обычно, активно поддерживая интегративный подход. У нас лечение никогда не было поставлено на поток. И вы не увидите толпу в нашей клинике, хотя у нас плотная запись. Просто каждый пациент приходит в свое конкретное время, и продолжительность его приема точно определена в зависимости от запроса. Кстати, и стоимость визита к врачу может быть разная. Мы учитываем материальный достаток людей, обратившихся к нам, и всегда предлагаем им доступные варианты.

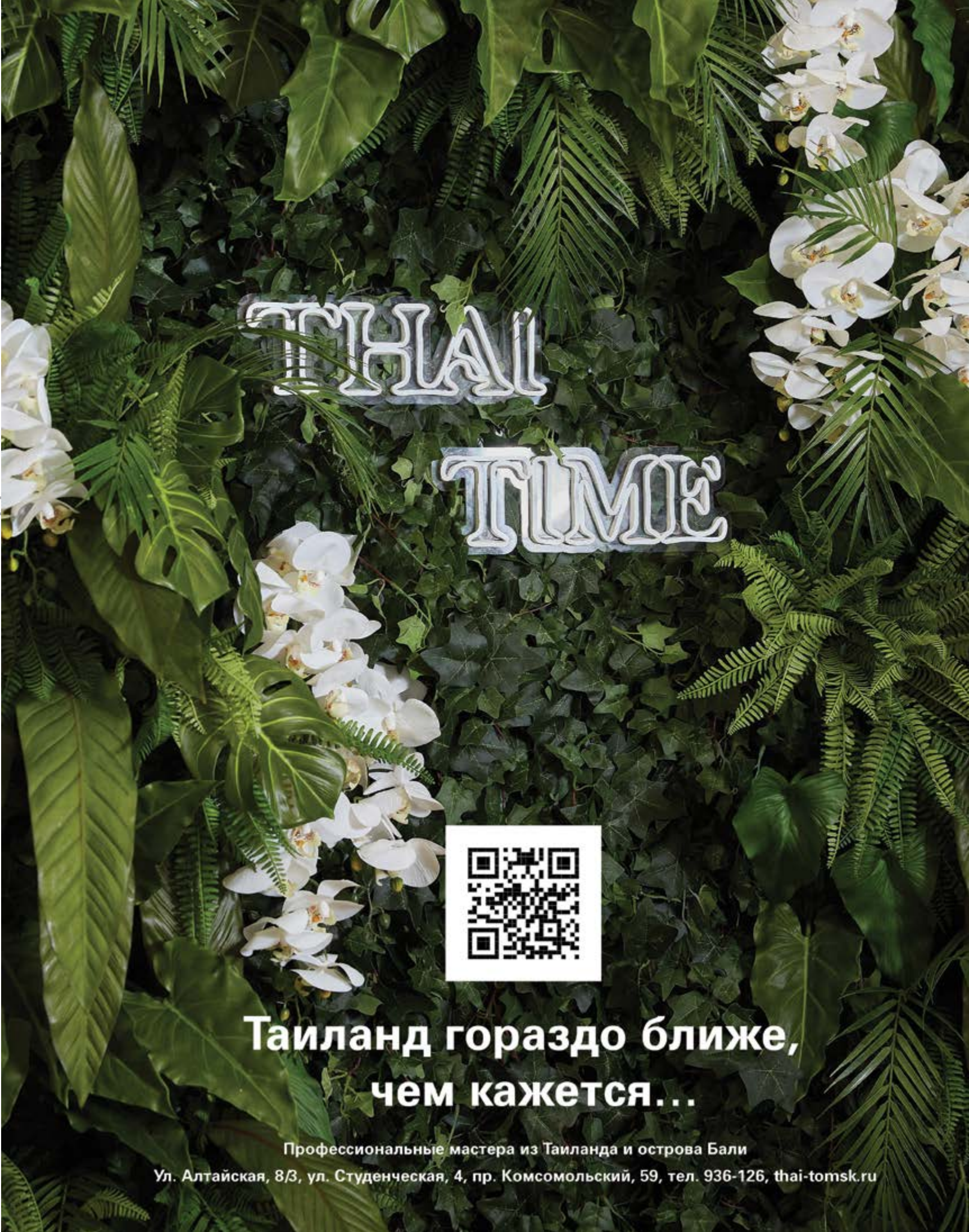
Уверена, что наш многофункциональный медицинский центр «Том Терра» станет замечательным примером того, как на основе сформированных за годы работы врачебных традиций и профессиональных принципов создается медицина для людей, направленная в завтрашний день.



ул. Яковлева, 15, тел.: 77-03-03, 777-100,
terra-медика.рф terra_medica
skenarpride.ru skenar_pride

В каждом случае
специалист подбирает
капельницу для инфузии
индивидуально или же
составляет коктейль,
исходя из анамнеза
пациента, его пожеланий,
медицинских показаний
препаратов и их
сочетаемости

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Таиланд гораздо ближе,
чем кажется...

Профессиональные мастера из Таиланда и острова Бали

Ул. Алтайская, 8/3, ул. Студенческая, 4, пр. Комсомольский, 59, тел. 936-126, thai-tomsk.ru

ВСЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ



multiclinic



ДНК-ТЕСТ
ТРАВМАТОЛОГИЯ
АНАЛИЗЫ
ОПЕРАЦИИ
СПИРОГРАФИЯ
ПУЛЬМОНОЛОГИЯ
КАРДИОЛОГИЯ
ГАСТРОЭНТЕРОЛОГИЯ
ПРОКТОЛОГИЯ
УРОЛОГИЯ
ГИНЕКОЛОГИЯ
НЕВРОЛОГИЯ
ХИРУРГИЯ
ФГДС
ЭКГ
УЗИ
ОПЕРАЦИИ
ОНКОЛОГИЯ
ТЕРАПИЯ
АНАЛИЗЫ COVID
КОЛОНОСКОПИЯ
ПРОКТОЛОГИЯ
ЭНДОКРИНОЛОГИЯ
УРОЛОГИЯ
ГИНЕКОЛОГИЯ
КОЛОНОСКОПИЯ
РЕПРОДУКТОЛОГИЯ
ПСИХОТЕРАПИЯ
ФЛЕБОЛОГИЯ
РЕВМАТОЛОГИЯ
АНАЛИЗЫ COVID

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

КОМПЛЕКСНАЯ ЗАБОТА О СЕБЕ



УХОД
ЭПИЛЯЦИЯ
ШЛИФОВКА
ОМОЛОЖЕНИЕ
БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ
ПЛАЗМОЛИФТИНГ
ЛЕЧЕНИЕ АКНЕ
ОСВЕТЛЕНИЕ
ПИГМЕНТА
КОСМЕТОЛОГИЯ
УДАЛЕНИЕ МОРЩИН
КОНТУРНАЯ
ПЛАСТИКА
ДЕРМАТОЛОГИЯ
ДИЕТОЛОГИЯ
НИТЕВОЙ
ЛИФТИНГ
ТРИХОЛОГИЯ
МАССАЖ
ЛЕЧЕНИЕ
СОСУДОВ
ДИСПОРТ
ПИЛИНГ
БОТОКС
ЛАЗЕР
МЕЗОТЕРАПИЯ
ЛЕЧЕНИЕ АКНЕ
БИОРЕВИТАЛИЗАЦИЯ
КОСМЕТОЛОГИЯ
ДЕРМАТОЛОГИЯ
ПЛАЗМОЛИФТИНГ
КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА

ВСЕ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ



multiclinic



Multi Clinic

International Medical Center

ул. Сибирская, 9/1, 3 этаж;

ул. Белинского, 20 а

+7 (3822) 901-941

MULTICLINIC.RU

Образ мечты и никаких фильтров

Специалисты SPA-клиники «Живой стиль» уверены, что идеальную кожу, как с обложки журнала, теперь может иметь каждый желающий. Все потому что в клинике появился новый аппарат — платформа INMODE. Это израильское оборудование на сегодняшний день считается одним из самых востребованных на рынке косметологии. Постоянные клиенты «Живого стиля» первыми узнали о новинке и уже в вос-торге от результатов процедур микроиглычатого RF-лифтинга MORPHEUS 8 и фототерапии LUMESSA.

Более подробной информацией об инновационном оборудовании делятся врачи-косметологи клиники Марина Плотникова и Марина Пилецкая.

— **Расскажите, пожалуйста, о Morpheus 8. Какие задачи он решает?**

Марина Плотникова: Один из основных запросов, с которым приходят на микроиглычатый RF-лифтинг, — это желание быстрого, безопасного и эффективного омоложения. Процедура дает длительный и заметный лифтинг-эффект, повышает упругость и эластичность кожи, выравнивает ее рельеф.

Morpheus 8 применяется как для лица, так и для всего тела. Для этого у нас есть разные насадки, с помощью которых



Марина Плотникова, врач-косметолог

можно бороться с такими несовершенствами, как морщины, растяжки на теле, птоз тканей. Игольчатый RF идеально подходит для улучшения качества и подтяжки кожи ягодич, бедер, коленей и рук. Если сделать процедуру за пару месяцев до важного события, то вы точно будете выглядеть неотразимо и ловить восхищенные взгляды окружающих.

— **Как проходит процесс микроиглычатого RF-лифтинга?**

— Перед процедурой мы накладываем специальный крем с анестетиком, что делает процесс практически безболезненным. Пациент может чувствовать тепло и легкие покалывания. И важно, что данная технология безопасна. Благодаря игольчатым электродам Morpheus 8 более интенсивно прогревает глубокие ткани. При этом тепло распространяется и на прилегающие участки тканей до подкожной жировой клетчатки. В результате коллагеновые волокна сжимаются, и происходит мгновенный лифтинг-эффект.

— **Это единственный аппарат на рынке?**

— Существуют и другие, но именно Morpheus 8 может работать в режиме burst, что означает одновременную подачу энергии на нескольких уровнях дермы за один импульс. Это значительно повышает эффективность его работы в достижении главного результата — омоложения кожи.

— **Нужна ли какая-то подготовка к процедуре?**

— Самое важное условие — это за 2 недели до и после игольчатого RF воздержаться от активного загара. При этом процедуру можно проводить в любое время года, обязательно используя защиту SPF не менее 30. Также опыт показывает, что если сделать биоревитализацию за две недели до Morpheus 8, то это значительно усилит ее омолаживающий эффект.

— **А как проходит реабилитация? Есть ли какие-то ограничения?**

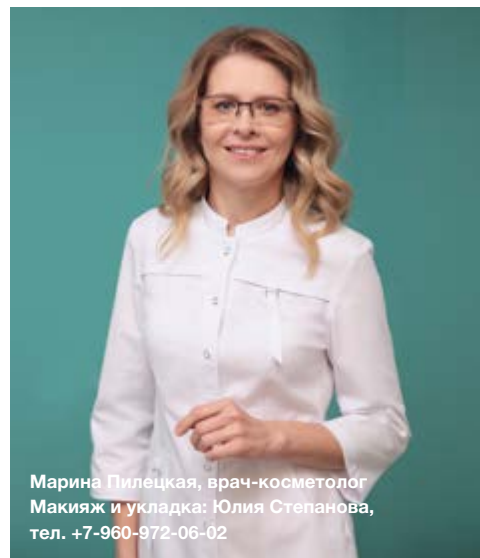
— С эстетической точки зрения процесс реабилитации проходит комфортно. После процедуры необходимо обрабатывать кожу раствором хлоргексидина и воздержаться от других средств и макияжа в течение трех дней. Нашим пациентам мы обязательно даем развернутые рекомендации и всегда на связи, чтобы ответить на любой вопрос. Например, при желании ускорения регенерации тканей мы советуем сделать плазмотерапию.

— **Через какое время после процедуры будет заметен результат?**

— Первый видимый результат наблюдается уже через неделю. А затем в те-



Результаты микроиглычатого RF-лифтинга MORPHEUS 8



Марина Пилецкая, врач-косметолог
Макияж и укладка: Юлия Степанова,
тел. +7-960-972-06-02

Игольчатый RF MORPHEUS 8 дает длительный и заметный ЛИФТИНГ-ЭФФЕКТ, повышает упругость и эластичность кожи, выравнивает ее рельеф.

ние полугодя отмечается нарастающий эффект преображения и омоложения, так как подтяжка кожи продолжается за счет активизации процессов, запущенных микроиглычатым RF. Достаточно одного раза, чтобы эффекта от Morpheus 8 хватило как минимум на год.

— **Расскажите, а что умеет Lumessa?**

Марина Пилецкая: Lumessa — это IPL-технология для омоложения кожи, которая работает с помощью усиленных коротких световых волн, и хороша тем, что запускает обменные процессы в коже.



Результаты фототерапии LUMESSA

Фототерапия Lumessa выравнивает цвет кожи и улучшает ее текстуру, сужает поры, удаляет сосудистые образования. С помощью Lumessa можно убрать застойные пятна постакне, а также гематомы и пигментные пятна на любой части тела. Результат виден сразу после сеанса — кожа становится матовой, гладкой и ровной.

Кроме того, с помощью Lumessa можно проводить фотоэпиляцию. Ее преимущества заключаются в возможности работать с любым цветом волос, и что особенно важно — количество необходимых посещений фотоэпиляции Lumessa минимальное.



Сам процесс занимает не более 30 минут и проходит безболезненно. После фотоомоложения нужно пользоваться средством с фактором защиты SPF 30-50. Период реабилитации отсутствует, потому что у пациента нет никакого внешнего повреждения кожи, и в тот же день можно наносить макияж. Однако, если шла работа с пигментом, то он может временно потемнеть сразу после процедуры или в течение нескольких дней, но затем исчезнет. Так что, если планируются какие-то важные мероприятия, запишитесь к нам заранее.

— **Лучше сначала прийти на консультацию или можно сразу записываться на процедуру?**

— Самое лучшее — их совместить. Консультация врача-косметолога занимает полчаса, а фототерапия 20-30 минут.

Замедлить ход времени и сохранить свою естественную и уникальную привлекательность реально уже сегодня. Запишитесь к своему любимому косметологу «Живого стиля»! Только для читателей журнала «Дорогое удовольствие» на Morpheus 8 и Lumessa до конца октября действует дополнительная **скидка 5%** по промокоду «Образ Мечты». Ваша экономия — до 14 600 руб.!

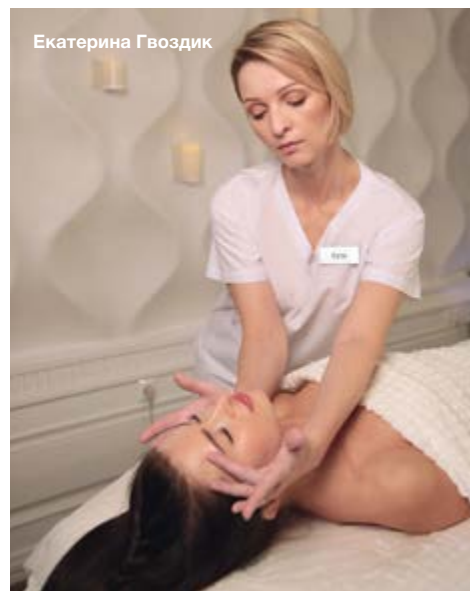
ЖИВОЙ СТИЛЬ
CLINIC & SPA
г. Томск, ул. Гоголя, 55, тел. 468-468,
livelystyle.ru livelystyle

Массаж как способ повернуть время

Новое направление — массажи и моделирующие программы по телу — открыла «Подружка невесты». Теперь в центре красоты можно не только сделать модную стрижку, окрашивание, маникюр или посетить косметолога, но и доверить себя профессиональным массажистам.

Спортивные, моделирующие и антицеллюлитные программы выполняются с помощью мануальных и аппаратных методик.

«Мы составляем программы так, чтобы вы могли увидеть эффект и визуальные изменения максимально быстро, — комментирует свою работу массажист, технолог-эстетист **Юлия Громова**. — Специализированный аппарат 5 в 1 «М-15» включает в себя сразу пять манипул для тела и лица, направленных на устранение дряблости, целлюлита и снижение веса. С помощью ультразвуковой кавитации (безоперационной липосакции) убирается жировая прослойка в проблемных зонах. Вторая манипула — RF-лифтинг с вакуумным массажем позволяет достигнуть максимального эффекта за одну процедуру».



Екатерина Гвоздик



Юлия Громова

Аппарат прессотерапии и лимфодренажа RU-1605C помогает избавиться от отеков, а дополнительная функция инфракрасного прогрева стимулирует потерю веса и вывод лишней жидкости из организма. Еще одно направление центра, посвященное массажам шеи, лица и зоны декольте, представляет специалист в области массажных технологий, имеющий высшее медицинское образование **Екатерина Гвоздик**. Эти моделирующие техники направлены на профилактику и устранение возрастных и физиологических изменений.

«Глубокая проработка тканей (мышц и фасций) позволяет устранить причины возникновения эстетических проблем, — поясняет принцип методики Екатерина Гвоздик, — работа с поверхностными слоями кожи восстанавливает нормальный кровоток и лимфодренаж, что делает ее более здоровой, напитанной и ухоженной. Я применяю также специализированный инструментарий, который позволяет точно проработать проблемные зоны и таким образом моделировать овал лица».

Делая один раз в неделю 45-минутный сеанс массажа, можно максимально эффективно заботиться о своей красоте. Результат усиливается и закрепляется тейпами, которые может дополнительно поставить специалист.

Конечно же, особой популярностью у леди пользуются нейроседативные массажи. Они включают в себя не только работу с лицом, шеей и плечами, но и массаж головы. Прилив сил и энергии уже на следующий день, ощущение, что побывал в микроротпуске, — обеспечены.

Свой отдых, как и работу, важно планировать, уверены специалисты «Подружки невесты». Подберем удобное время для визита?

1. При четырех визитах в течение октября или ноября 2022 г. на массаж к Екатерине Гвоздик (раз в неделю) — **дарим сертификат на пятый!** Его можно вручить близким или прийти самому до 1.02.2023. Стоимость массажа (шея-плечи-лицо) 2000 рублей вместо 3000 рублей*.

2. Скидка на любой массаж к Юлии Громовой — 15%*!

*Для активации акций просто назовите при записи **пароль «Дорогое 15!»**.

**Подружка
Невесты**
ЦЕНТР МОДЫ
И КРАСОТЫ

ул. Гоголя, 55, тел. 444-777,

+7-906-199-66-19,

topnevesta.com topnevesta_salon

Лицензия: №ЛО-70-01-001469 от 1 декабря 2014 года.

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



**Светлана Ягужинская,
директор клиники «Эликсир Премьер»**

Ценности нашей команды — это постоянный профессиональный и личностный рост каждого сотрудника. Это трансляция своим примером профессионализма, экспертности, продвижение здорового образа жизни для того, чтобы показывать нашим пациентам и окружающим все аспекты человеческого здоровья и развития. Наша команда создана для того, чтобы делать людей не только красивыми, но и успешными. Поэтому важно, чтобы любой специалист нашей клиники был цельной, гармоничной личностью и работал экологично.

Стоматологическая клиника «Эликсир Премьер», ул. Шевченко, 15, тел. 900-888

est. 1992
ЭЛИКСИР
ПРЕМЬЕР
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ
КЛИНИКА



Травматология
и ортопедия



ЛОР



Педиатрия



Общая хирургия

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА

СЕРДЦЕ КЛИНИКИ —
ХИРУРГИЧЕСКИЙ
СТАЦИОНАР:

- БОГАТЫЙ ОПЫТ И ЗНАНИЯ ВРАЧЕЙ;
- КРУГЛОСУТОЧНОЕ НАБЛЮДЕНИЕ МЕДСЕСТРЫ И ДЕЖУРНОГО ВРАЧА;
- ТОЛЬКО СОВРЕМЕННОЕ ОБОРУДОВАНИЕ;
- КОМФОРТНЫЕ ПАЛАТЫ;
- ПАЛАТА ИНТЕНСИВНОЙ ТЕРАПИИ;
- СИСТЕМА БЕСПЕРЕБОЙНОГО ЭЛЕКТРОСНАБЖЕНИЯ.



Пластическая
хирургия



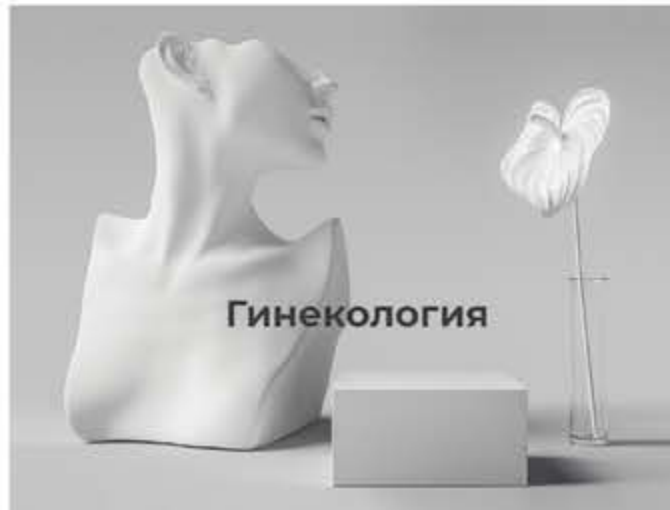
Сосудистая
хирургия



Рентгенология



Трихология



Гинекология



Липоскульптура

ВСЕ НАПРАВЛЕНИЯ КЛИНИКИ

Травматология и ортопедия

Артроскопия плеча, колена, локтя, голеностопа; разрыв мениска, сшивание мениска, пластика крестообразной связки, мозаичная хондропластика коленного сустава, контрактуры Дюпюитрена, «косточки» на стопе, новообразования сухожилий, пяточные шпоры.

ЛОР

Тонзиллэктомия, коррекция носовой перегородки, септо- и риносептопластика, удаление новообразований и инородных тел носа и пазух, холодноплазменное удаление аденоидов и миндалин, все виды эндоскопических операций на ЛОР-органах.

Гинекология

Гистероскопия, ДЭК, новообразования матки и яичников, все виды эндоскопических операций на органах малого таза, проблемы недержания мочи, лабиопластика.

Маммология

Фиброаденомы молочной железы, гинекомастия.

Сосудистая хирургия

Варикозное расширение вен.

Хирургия для детей с 3х лет

Грыжи, урология, аденоиды, новообразования кожи и подкожно-жировой клетчатки, новообразования сухожилий.

Общая хирургия

Хронический аппендицит; грыжи: паховые, бедренные, пупочные, послеоперационные, коррекция диастаза мышц; геморрой, эпителиально-копчиковая киста, трещины прямой кишки; удаление камней желчного пузыря; новообразования кожи и подкожно-жировой клетчатки, электрохирургия.

Пластическая и реконструктивная хирургия

Молочная железа: увеличение / уменьшение / устранение птоза / липофилинг / реконструкция после удаления.
Лицо и шея: липосакция / липофилинг / лифтинг / коррекция носа, губ, бровей, ушей, подбородка.
Тело: липосакция / липофилинг / лифтинг / абдоминопластика и коррекция диастаза / скульптурирование.
Операции на кисти и стопе.

☎ 651-650 www.1klinika.ru

г. Томск, пер. Макушина, 14 6 📍 [chastna1](#)

Осеннее «Бьюти»-путешествие

Автор: Люция Валеева, медиа-менеджер журнала

Этот сентябрьский день был ужасно промозглым и холодным, лил дождь, на работе — завал с делами, дома — ремонт, который приобретал формат хронического. Из приятного — приближающийся день рождения мужа, который, собственно, и натолкнул меня на гениальную идею с подарком. Правда, не супругу, а самой себе.

Уже завтра, сделав предварительно звонок, я села за руль, чтобы отправиться в центр города — на Киевскую, 15, по адресу, известному если не каждому томичу, то большинству томских женщин точно. Здесь находится легендарный культовый салон «Beauty», который я открыла для себя около 10 лет назад. Первый раз по совету коллег («там круто — не пожалеешь») я сделала там стрижку, потом рискнула и доверилась колористу, а дальше, втянувшись и привыкнув к мастерам и обстановке, регулярно ходила туда и на маникюр,



Вот такая изюминка «Beauty» меня впечатлила: **УСПЕТЬ БОЛЬШЕ за МИНИМУМ ВРЕМЕНИ** — бесценно для тех, кому всегда не хватает минутки на себя.

чуть реже — на массаж, подружилась с косметологами салона... Но ни разу за это время я не устраивала себе настоящий бьюти-день — формат уникального обслуживания, предлагающий в течение одного дня пройти несколько процедур у разных мастеров. Что ж, значит время пришло.

Начала я с сеанса гидромассажа у массажиста Оксаны. Поскольку к ней я пришла в первый раз, то перед получением новых впечатлений поговорила с ней и узнала, что вообще-то мне просто повезло попасть на сеанс этой

процедуры. Как правило, этот кабинет никогда не пустует, потому что это очень популярная услуга сегодня. Причина — гидромассаж способствует омоложению и обновлению организма на клеточном уровне, выводит токсины, дает полное ощущение расслабления... Одним словом, все то, чего мне сейчас точно не хватает, я здесь получила.

Время пролетело быстро, и настал черед визита к врачу-дерматокосметологу Наталии Александровне. Зная, что с «Бьюти» ее связывает уже 20 лет работы, решила удовлетворить свое профес-

сиональное и женское любопытство: не останемся ли мы без привычных и любимых космецевтических и косметических препаратов? Наталия Александровна объяснила: политика руководства салона — не предлагать клиентам большое количество люксовых марок, а выбирать из них те, которые дают максимальный эффект при применении.

Профессиональная французская косметика премиум-класса Sothys, которую используют эксклюзивно в лицензированном медицинском центре «Beauty» последние годы, по мнению специалистов косметологии, дает максимальный эффект и решает самые сложные эстетические задачи. Оказывается, работать на ней косметологи учились в самом Париже. Вместе с тем профессионалы «Beauty» следят и за развитием российских брендов, активно внедряют их в работу. Наталия Александровна призналась, что в каких-то моментах специалисты были приятно удивлены, открыв для себя препараты, которые дают эффект не хуже, чем импортные аналоги!

Третья услуга, на которую я решилась записаться впервые, — это создание образа «в четыре руки». Выбрав для себя вариант «Архитектура и ламинирование бровей + укладка», доверилась опытным мастерам-стилистам салона — Юлии и Эльвире.

Как объяснили девушки, эта услуга популярна у клиентов, которые ценят свое время. Например, очень удобно совмещать окрашивание и укладку с оформлением или коррекцией бровей, параллельно можно использовать патчи под глаза, чтобы избавиться от следов усталости и освежить взгляд.



Фотограф: Эдуард Саакян, тел. +7-913-877-28-59

Как только я переступаю порог «**BEAUTY**», буквально вижу и понимаю, что здесь я самый **ЖЕЛАННЫЙ** гость, которого ждали **С РАДОСТЬЮ**.

Работа с волосами часто выполняется параллельно с маникюром. Но даже работая по одному, мастера стремятся оказать своим гостям максимум услуг: оформить брови и сделать окрашивание ресниц, удалить лишние волосы с лица. Вот такая изюминка «Beauty» меня впечатлила: успеть больше за минимум времени — бесценно для тех, кому всегда не хватает минутки на себя.

Общаясь со всеми специалистами, от каждой из них я чувствовала тот самый посыл, который транслируют здесь каждому гостю. Как только я переступаю порог «Beauty», буквально вижу и понимаю, что здесь я самый желанный гость, которого ждали с радостью. Меня словно обволакивает эта атмосфера красоты, гостеприимства, заботы, внимания, желания, чтобы клиент остался доволен. Наверное, такими и должны быть люди, несущие красоту. «Beauty» — это особенный мир

со своими правилами и традициями. Незря большинство клиентов здесь — постоянные. Их администраторы узнают по голосу и помнят по имени-отчеству. А то, что сюда нередко приходят несколько поколений одной семьи — лучшее доказательство верности салону и высокого доверия профессионализму его сотрудников. Ведь в традициях «Beauty» — всегда баловать эксклюзивом и качеством своих любимых гостей.

P.S. Совершенно секретная информация. Уже сейчас здесь готовится сюрприз, о котором совсем скоро узнают все гости, пришедшие в любимое пространство под названием «Beauty».

BEAUTY
МАСТЕР СТУДИЯ

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

Наша основная концепция — выполнять эффективное и комплексное лечение на базе одной клиники, что возможно при объединении опыта врачей смежных специальностей и современных технологий. Наша цель — обеспечивать пациентам не только видимое улучшение качества кожи, но и достигать долговременного эффекта. Наш основной приоритет — постоянное развитие и оснащение клиники самыми современными аппаратами.

ДЕВЯТЬ ШАГОВ К КРАСОТЕ

КЛИНИКА ДОКТОРА ВАРЛАЧЕВОЙ ПРЕДСТАВЛЯЕТ
УНИКАЛЬНЫЙ АРСЕНАЛ ОБОРУДОВАНИЯ.

1. ЛАЗЕРНЫЙ АППАРАТ DEKA

Механизм действия лазерной шлифовки — контролируемое повреждение кожи, в результате которого происходит точечное удаление поврежденных структур и запуск регенераторных процессов.

Результат: лечение пигментации, сглаживание поверхности, возвращение естественного цвета; сужение расширенных пор; заметное уменьшение заломов, складок и морщин; повышение тургора кожных покровов, коррекция птоза, дряблости кожи.

3. MORPHEUS 8, ПЛАТФОРМА INMODE

Игольчатый RF-лифтинг — процедура, принцип действия которой заключается в энергии, воздействующей на разные слои кожи посредством минимально инвазивных микроигл с точно управляемой энергией. За один сеанс происходит проникновение во все слои кожи и стимулируется выработка коллагена.

Результат: лифтинг кожи; разглаживание морщин; уменьшение жировых пакетов; коррекция пигментной и сосудистой патологий; повышение тургора кожи.

2. ЛАЗЕРНЫЙ АППАРАТ FOTONA SP DYNAMIS

Сочетание от двух до четырех запатентованных antiage-технологий лазерного воздействия, позволяющих восстановить поверхностные, средние и глубокие слои кожи. За одну процедуру возможно добиться улучшения качества кожи, запустить процесс активного образования коллагена и восстановить эластичность, получить видимый эффект лифтинга.

Результат: восстановление тургора кожи; лечение купероза; восстановление овала лица; лечение акне, постакне, гиперпигментации.

4. LUMESSA, ПЛАТФОРМА INMODE

Процедура фотолечения — методика омоложения и улучшения качества кожи, основанная на воздействиях на кожу импульсного света лазера.

Результат: улучшение структуры и рельефа кожи; повышение ее эластичности; активизация процесса выработки коллагена и эластина; уменьшение сосудистых образований (розацеа, купероз); лечение пигментации; отсутствие признаков фотостарения кожи.

5. КОСМЕТОЛОГИЧЕСКИЙ АППАРАТ GENEО+



Процедура Оксигенация + RF лифтинг — новый уровень в эстетической косметологии. GeneO+ предназначен для комплексного ухода за кожей в рамках одной процедуры. Это «палочка-выручалочка» для тех, кто экономит время, ресурсы, любит комфорт. 4 уникальных технологии обеспечивают быстрый wow-эффект сразу после процедуры и накопительный результат омоложения и оздоровления кожи.

Результат: разглаживание мелких морщин; очищение пор, матовость кожи; устранение гиперкератоза; устранение отечности и темных кругов под глазами; улучшение цвета лица, осветление кожи; заметный лифтинг; восстановление водного баланса.

7. АППАРАТ ДЛЯ КРИОЛИПОЛИЗА ZELTIQ



Криолиполиз — неинвазивный метод локального воздействия на жировую ткань умеренно низкими (от -10С° до -13С°) температурами. Цель процедуры — исключительно избыточная жировая прослойка. Образовавшиеся вследствие обработки жировой ткани метаболиты выводятся на фоне естественных обменных процессов, не оказывая системной нагрузки на организм.

Результат: подтянутая фигура с красивым рельефом, гармоничные пропорции силуэта; четко очерченный, молодой овал лица, без второго подбородка и брылей.

8. ВАКУУМНО-РОЛИКОВЫЙ АППАРАТ STARVAC



Массаж на аппарате Starvac — одно из самых эффективных средств в борьбе с лишними сантиметрами, целлюлитом, отеками и дряблостью кожи. Во время процедуры происходит активация процессов естественного расщепления жиров, улучшение микроциркуляции крови и движения лимфы по сосудам. Starvac оснащен несколькими видами насадок, что позволяет сочетать уникальную методику вакуумной декомпрессии и роликового массажа.

Результат: уходят лишняя жидкость и отеки; живот и бедра подтягиваются; целлюлит менее выражен; мышцы приобретают тонус.

6. УЛЬТРАЗВУКОВОЙ АППАРАТ ULTHERA SYSTEM



Самая «звездная» процедура, полюбившаяся представителям шоу-бизнеса, — SMAS-лифтинг. Это инновация, являющаяся достойной альтернативой хирургической подтяжке, малотравматичная, с нарастающим эффектом. В результате воздействия всего за один сеанс активизируются восстанавливающие процессы в тканях, в том числе выработка коллагена.

Результат: подтяжка нижней трети лица; уменьшение глубоких носогубных складок; четкий контур лица; уменьшение второго подбородка; разглаживание мелких морщин у внешних уголков глаз; омоложение кожного покрова в области декольте, шеи.

9. АППАРАТ КОМПРЕССИОННОЙ МИКРОВИБРАЦИИ ENDOSPHERES THERAPY



Последнее наше приобретение — Endospheres Therapy, единственный в мире аппарат, который чувствует тело, способен лечить целлюлит и моделировать фигуру. Эта революционная методика с клинически доказанным результатом позволяет окончательно и безопасно произвести коррекцию тела всего за несколько сеансов, воздействуя на него посредством генерирования низкочастотных механических колебаний.

Результат: радикальное уменьшение жировых отложений на бедрах; радикальное уменьшение участков кожи с «апельсиновой коркой»; удаление излишков жидкости; возвращение легкости ногам.



пр. Фрунзе, 96, тел 8-913-853-02-23,
varlacheva.ru

ТРОПИЧЕСКИЙ РАЙ В СИБИРИ



С наступлением осени все больше хочется вернуться в летнее тепло и насладиться атмосферой безмятежности. Оказывается, для этого совсем необязательно лететь в теплые страны. Попасть в «тропический рай» можно, не выезжая из Томска: достаточно посетить спа-программу с таким названием в Центре красоты и SPA «Melagrano».

О том, как отдохнуть в салоне «Мелаграно», получить яркие впечатления и заряд здоровья, рассказала спа-координатор, ведущий специалист спа-блока Анастасия Мищенко.

— Анастасия, правда, что программа «Тропический рай» напоминает реальный морской курорт?

— Да, именно так. На эту программу, рассчитанную на двоих, приходят семейные пары, влюбленные, иногда — просто подруги. Необычная обстановка этого SPA, позволяет гостям представить, что они проводят время на волшебном острове в романтической, уединенной и расслабляющей атмосфере. Горят свечи,

наших гостей окружают цветущие орхидеи, играет красивая музыка, а в воздухе витает аромат экзотических масел... Эта чарующая обстановка и позволяет почувствовать ту безмятежность, которая окутывает каждого, кому повезло побывать в далеких странах и испытать то самое райское наслаждение!

— К каким процедурам она себя включает?

— Программа «Тропический рай» рассчитана на 2,5—3 часа. Комплекс процедур делится на несколько этапов, каждый этап проходит в индивидуальном помещении, только для двоих. Сначала гостей ждет парение в настоящем турецком хамаме. Его мягкий пар практически не имеет противопоказаний, так как нагревается всего до 40 градусов. Хамам не только мягко, нежно, бережно, очищает организм, но и избавляет от негативных мыслей. После отдыха с травяным чаем и цукатами гости приглашаются на релакс-массаж при свечах с использованием тропического масла манго. В конце релакс-массажа начинается необычный экзотический массаж бамбуковыми веничками, стимулирующий кровообращение и оказывающий омолаживающий эффект. Наши мастера в совершенстве обладают этой техникой и профессионально воздействуют на разные зоны тела. Такой массаж считается медитативным, ведь во время его проведения бамбуковые палочки издают своеобразные звуки, вибрируя в определенном ритме. В конце программы гости отдыхают, общаются, пробуют фрукты и сок манго в специальной уютной зоне отдыха.

— Какой эффект ожидает гостей от посещения SPA?

— Все СПА-программы — это, конечно, расслабление всего организма, омоложение тела, позитивные эмоции! По окончании спа ваша кожа будет напитана ароматами и увлажнена аромаслами, станет мягкой и шелковистой на ощупь. Вы будете испытывать умиротворение и спокойствие, поэтому желательно не планировать важных дел и активных мероприятий на этот день. Но зато на следующее утро вы проснетесь полными сил, бодрыми и энергичными. Нужно отметить и влияние спа-программ на отношения в парах. Наши гости отмечают, что между ними становится больше романтики, нежности, заботы. Вот именно эту атмосферу любви и чувственности создают в «Мелаграно», помогая мужчинам и женщинам стать счастливее!

Melagrano

пр. Фрунзе, 119 е,
тел.: 8 (3822) 245-000, 8-913-850-92-40,
melagrano.tomsk.ru

НАТАЛЬЯ И ВЛАДИМИР

Мы — молодожены, совсем недавно вернувшиеся из свадебного путешествия. Конечно, нам хотелось продлить это ощущение праздника, и мы решили сходить на одну из программ SPA-клуба. Хорошие знакомые очень советовали нам его посетить, и родители наши там довольно часто бывают, возвращаясь всегда отдохнувшими и с самыми позитивными эмоциями. Мы с женой выбрали именно парное СПА, так как

давно хотели узнать, что это такое, но в свадебном путешествии нам на визит туда времени просто не хватило. А в «Melagrano» мы вновь словно окунулись в эту атмосферу удовольствия и радости. Было абсолютно стопроцентное ощущение, что наш отпуск продолжается, а приятные незабываемые воспоминания становятся реальностью. Массаж с бамбуковыми веничками отлично помог нам восстановиться после долгого перелета. Атмосфера романтики, ароматы, музыка

— все было очень расслабляюще... Мы действительно чувствовали себя как на далеком тропическом острове, где кроме нас и сотрудников, профессиональных, вежливых и очень деликатных, никого не было. Мы смогли максимально насладиться этими мгновениями, напоминаящими нам счастливые дни нашего медового месяца. Думаю, мы обязательно побываем в «Melagrano» еще, чтобы познакомиться и с другими программами СПА-клуба.



Всегда быть рядом



Первый год жизни ребенка — сложнейшее испытание для мамы. Те растерянность и страх, которые она испытывает за здоровье и развитие своего малыша, часто способны негативно повлиять и на него самого, и на ее психологическое состояние. Вот почему так важно, чтобы в этот непростой период рядом с мамой находился человек, которому она смогла бы полностью довериться.

Первос, в чем нуждается любая мама, даже уже имеющая детей, в понимании, сочувствии, деликатном отношении, элементарном общении, возможности выговориться, почувствовать поддержку. Важно, чтобы люди, которые ее окружают, разделяли с ней одни ценности, общались с ней в рамках одних взглядов на материнство, а не «учили жизни». Это очень важно, когда рядом единомышленник, который с тобой на одной волне и не навязывает информацию, способную навредить или обидеть. Таким помощником для многих мам стала консультант по грудному вскармливанию и уходу Полина Иванова.

— Поскольку я сторонник холистического подхода, мои консультации включают в себя не только детский патронаж, а сразу несколько запросов, касающихся и ребенка, и его семьи.

- Послеродовая консультация касается непосредственно родов: я спрашиваю, как они прошли, как вы себя сейчас чувствуете. Мамы на встрече рассказывают подробности, могут где-то и поплакать, и посмеяться. Так они освобождаются от воспоминаний о тяжелых моментах родового процесса, а беседа помогает понять, почему мама испытывает сложные чувства и как они способны влиять на материнство и атмосферу в доме.

- Послеродовое состояние малыша — это следующий этап работы. Необходимо понять, есть ли у него гипертонус, гипотонус, как он поворачивает головку, другие важные моменты. Так, одна крошечная, прижатая в процессе родов мышца может повлиять на прикладывание, на сон, на болезненность кормления. И можно бесконечно пытаться наладить ситуацию, но толку не будет без устранения причины.

- Вопросы питания самой мамы также обязательно затрагиваются на консультации. Есть кормящей маме необходимо много и качественно, особенно если были оперативные роды или разрывы с травматизацией тканей. Кроме этого необходима и нутритивная поддержка, чтобы ткани быстро зажили и не доставляли проблем.

- Социализация мамы — важнейший момент. Часто женщина вела активную жизнь до родов, а после — сидит дома с ребенком. Получается дистресс между тем, что было, и тем, что стало. Когда материнство не приносит удовольствия, мы вместе начинаем копать, выстраивать цепочку факторов, заполнять эти сферы, чтобы они работали на маму, а не против нее.

- Работа с семьей — мама, папа, бабушки, братья, сестры — большой пласт. Ребенок ведь приходит в семью, а не только к маме. Для меня это очень интересная часть консультаций, так как мамам очень важно знать, что с их ребенком все в порядке, его не нужно менять и исправлять по советам окружающих.

- Патронажное наблюдение включает в себя ежемесячные измерения роста, веса, окружности головы малыша и пр., обсуждение уходовых моментов: как купать, как одевать, как гулять. Ежемесячными консультациями мы не ограничиваемся, сопровождение идет постоянно: ребенок меняется, мама тоже — и возникают новые запросы. Поэтому в моменте их обсуждаем непременно. Списываемся, созваниваемся.



Задать вопросы и записаться на консультацию можно по тел. +7-923-444-25-30
 Подробная информация по QR-ссылке: spokoypomama.ru



Навстречу красоте с улыбкой

Фраза, вынесенная в заголовок, — профессиональное и человеческое кредо Медицинского центра «Евродент». С 2004 года она максимально точно отражает его суть — понимание необходимости тесного слияния стоматологических и косметологических услуг, то есть здоровья и эстетики.

История клиники «Евродент» уже давно стала неотъемлемой частью биографии нашего города. Жизни томичей и истории локального бизнеса тесно переплетаются в нашем прекрасном, умном и современном, но при этом уютном и наполненном дыханием истории Томске. Мы понимаем, что постоянно находимся в фокусе пристального внимания. Ведь именно пациенты центра — свидетели происходящих в нашей биографии перемен и трансформаций, кризисов и взлетов, постоянного развития и стремления реализовать бесценный накопленный опыт.

Наверное, все это называется успехом. Но согласитесь, когда профессио-

нальный вектор неизменно направлен на благо красоты, здоровья, счастья клиентов, статус и признание не нужно завоевывать, они благодарно приходят сами.

Мы, команда клиники «Евродент», искренне любим своих пациентов и признательны им за то, что они многие годы остаются верны нам, что для многих из них мы стали семейным центром. Именно люди для нас — просто неисчерпаемый источник вдохновения, ради них мы непрерывно учимся, стараясь как можно точнее отвечать на запросы времени.

Гордимся, что «Евродент» никогда не был и не будет потоковой клиникой.

Наша принципиальная позиция — это максимальное сопровождение пациентов на всем пути оказания услуги, использование новых технологий в стоматологии и в аппаратной косметологии.

Штат наших сотрудников — и профессионалы, работающие в клинике с самого ее основания, и молодое поколение, которое быстро становится частью сплоченной команды.

Сервис, внимательность, профессионализм, комфорт пребывания и высокая эстетика результата — все это получает каждый наш пациент, который приходит к нам за красотой, молодостью и здоровой сияющей улыбкой.



ул. Киевская, 15, ул. Герасименко, 1/6
 тел.: 8 (3822) 30-95-98, 8-913-850-95-98
evrodent.tomsk.ru



Оксана Тиунова, основательница бутика

Ароматный ликбез

Для многих парфюм играет одну из ключевых ролей в создании завершеного образа, а нередко становится и персональной визитной карточкой. Поиск «своего» аромата — процесс увлекательный, настоящий ритуал, и зачастую здесь сложно обойтись без помощи профессионала.



Парфюм *Marc-Antoine Barrois Ganymede*

Вместе с гуру ароматов, экспертом в мире нишевой парфюмерии, основателем парфюмерного бара Beauty Buffet №5 Оксаной Тиуновой отвечаем на вопросы, с которыми к ней чаще всего приходят гости «буфета красоты».

от восточных и древесных ароматов. Для каждой конкретной композиции парфюмеры подбирают оптимальную концентрацию, которая лучше всего подчеркнет ее характер. А это возможно только в том случае, если композиция гармонична и каждый ее компонент звучит в оптимальном соотношении.

помещении или в больнице — конечно, лучше использовать ароматы, сидящие ближе к коже, чтобы не мешать окружающим.

3 **Какую парфюмерию лучше выбирать? С натуральными или синтетическими компонентами?**

И натуральное, и синтетическое парфюмерное сырье — это одинаково хорошо.

Обычно парфюмеры используют и то, и другое в одной композиции. Сравнить особо не стоит, так как они совсем разные по своим ольфакторным характеристикам и замечательно дополняют друг друга. Сами по себе натуральные компоненты не сделают аромат красивым и притягательным — здесь все полностью зависит от мастерства парфюмера.

2 **Диффузность — это способность аромата заполнять пространство, его шлейф. Насколько важно, чтобы парфюм слышали многие окружающие?**

Все зависит от ситуации и места, в которых вы его используете. Например, если вы находитесь на природе или в большом проветриваемом помещении, шлейфовость уместна, а если в тесном

Парфюмерная вода *Chopard Vetiver d'haiti au the vert*



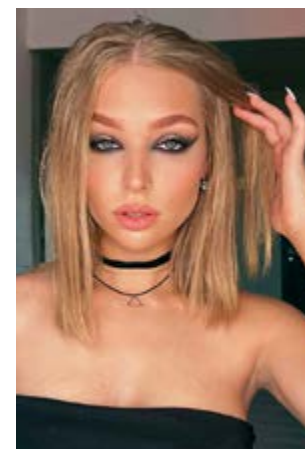
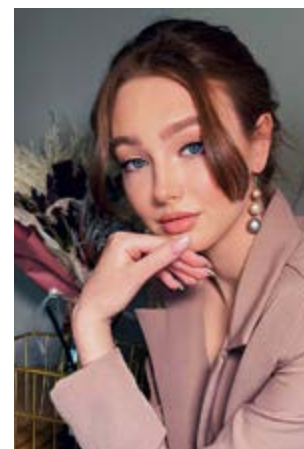
Парфюмерная вода *LE LABO The matcha 26*



Отойдите от стереотипов и помните, что главная цель парфюмерии — это эмоции, которые дарит вам аромат.



пр. Ленина, 133 а,
тел. +7-953-914-90-05 beautybuffet5



Бывший банковский работник, а сейчас востребованный визажист Полина Горева вспоминает, что в какой-то момент ее жизнь стала днем сурка. «Мне было очень скучно в офисе, все смешалось в одну кучу. Наступила весна, а вместе с ней пришло желание что-то поменять в жизни. Я подумала, что было бы здорово обучиться чему-то новому, вдохновляющему, и выбрала курсы визажа».

Индивидуальный почерк

О пути в профессию, о секретах создания идеального образа и о том, почему девушкам важно позволять себе эксперименты, Полина рассказывает в интервью нашему журналу.

— Полина, получается, практически сразу поняли, что, наконец-то, нашли себя?

— Я будто бы всю жизнь любила это занятие. Для меня макияж стал ежедневным ритуалом любви к себе. Самая первая клиентка увидела мою историю в социальной сети: ее привлекло именно то, что, работая в банке, я решила так круто поменять свою жизнь. Девушке настолько это откликнулось, что она захотела познакомиться со мной лично и пришла на макияж. Можно сказать, притянулась на мою энергетику. (Улыбается.) Так постепенно и начала накапливаться клиентская база.

— Может ли макияж стать для девушки стимулом к развитию женской энергии?

— Конечно! Макияж способен создать нам настроение на весь день. Согласитесь,

если девушка с самого утра красивая, она и чувствует себя иначе. Она совершенно по-особенному себя несет, и даже дела у нее идут лучше. Поход к визажисту — это особый вид психотерапии. К сожалению, у нас в городе макияж принято делать чаще для торжественных случаев. А вот в столице девушки любят планировать поход к визажисту даже вечером перед ужином в ресторане.

— Всегда понимаете, что именно от вас хочет получить ваша клиентка?

— На самом деле, мы, девушки, часто не знаем, чего именно хотим. (Улыбается.) Нередко мне показывают фото желанного образа, и потом вместе с девушкой мы подбираем макияж конкретно под нее. Индивидуальная работа с каждой — мой почерк.

— У вас есть профессиональные предпочтения в визаже?

— Мне больше нравятся выразительные макияжи. Но, конечно, есть запрос и на что-то более естественное и натуральное — клиенты, как правило, предпочи-

тают нюд. А я люблю всех своих клиентов. (Улыбается.) Поэтому мы всегда находим компромисс и лаконично расставляем акценты. Конечно, особенно приятно наблюдать за девушкой, когда она смотрит на себя в зеркало и понимает, что преобразилась до неузнаваемости. Здорово, когда от меня уходят счастливыми, с горящими глазами. Это невероятно меня вдохновляет и мотивирует на работу.

— Сегодня вы нашли баланс в своей жизни?

— Любое дело должно быть в кайф. Кроме визажа, я постоянно обучаюсь, нахожу время для дома. Такой баланс позволяет не уходить с головой в работу и избегать выгорания. Я постоянно в процессе развития. Узнаю что-то новое, вижу свои недостатки и работаю над ними. В общем, каждый день получаю удовольствие от того, что делаю.

GOREVA
POLINA make up

☎ 8-923-441-13-11
makegoreva

Инновационная корейская космецевтика V45 была представлена в России в 2018 году. Сразу стало понятно, что у этих продуктов большое будущее, потому что линейки разрабатывались корейскими производителями в симбиозе с российскими практикующими врачами. Об этом бренде рассказывают наши эксперты.

Чудо из Кореи



ИРИНА ПАК

директор компании MiraCo, представитель бренда V45 в Томске

ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ БРЕНДА

— Мне довелось стать непосредственным свидетелем того, как начинался процесс тесного сотрудничества технологов корейского завода с официальным дистрибьютером на территории России и стран СНГ — компанией LOTOS Group. Врачи клиники постоянно давали технологам обратную связь, а те, в свою очередь, дополняли и адаптировали линейки под нужды потребителей российского рынка. Летом 2020 года наша компания, ставшая дистрибьютером V45, представила этот бренд уже и томским клиникам, которые сразу же оценили все его преимущества.

ПРЕИМУЩЕСТВА

• Прежде всего, стоит отметить эффективные составы средств, которые борются с любыми эстетическими

недостатками — акне, пигментацией, морщинами, сухостью.

• Другое неосценимое преимущество — инновационные технологии проникновения. Говоря простым языком, мало разработать состав с высокой результативностью, нужно еще добиться, чтобы комплекс компонентов проник в кожу и поработал изнутри, оказывая максимальное действие на нее.

• И третье преимущество — высочайшее качество косметики, которое в Южной Корее контролируется на государственном уровне.

ЛИДЕРЫ КОСМЕТОЛОГИИ

За последние 50 лет Южная Корея превратилась в технологического гиганта, став инновационным трендсеттером, задающим направление развития мировой косметической индустрии. Именно корейская косметика раскрыла для всех женщин многоступенчатую систему ухода за кожей лица, которая тут же вошла в тренд.

Познакомиться со всем ассортиментом бренда V45, а также побывать на мастер-классах, которые мы проводим, можно в нашем офисе по адресу: проспект Комсомольский, 70, офис 311.



ОЛЬГА ТИХОНОВА

косметолог, клинический психолог, сертифицированный тренер учебного центра «Lotos», спикер международного конгресса по лазерной и инъекционной косметологии

— С маркой V45 я работаю третий год. Как специалист, я давно была в поиске косметической продукции, которую можно было легко встраивать в различные протоколы профессионального ухода за кожей лица в клинике, совмещать с аппаратной и инъекционной косметологией, минимизировать при этом реабилитационный период и добиться в итоге быстрого достижения результата. С этой задачей прекрасно справляется инновационный бренд профессиональной космецевтики из Кореи V45.

Меня привлекает и то, что марка представляет небольшую удобную коллекцию средств, решающую все основные проблемы кожи лица: возрастные изменения, сухость, пигментация, воспалительные процессы.

Мои любимые средства — пилинги V45, с которыми приятно работать. Когда есть понимание, как действуют их уникальные составы, то можно легко достигать результатов — красивой, ухоженной и здоровой кожи, без долгого восстановительного периода.

Ну, и главные мои фавориты — чудо-сыворотка с витамином С — самым мощным антиоксидантом. С первой минуты использования она буквально влюбляет в себя. А также очень необычный по текстуре крем с пептидами. Эти два средства я рекомендую в качестве домашнего ухода для закрепления результатов от процедур в клинике.



Проконсультироваться со специалистом и приобрести косметику вы можете в офисе по адресу: пр. Комсомольский, 70, офис 311
тел.: 23-57-51, 8-913-812 79-20



ИННОВАЦИОННАЯ КОСМЕЦЕВТИКА



ПОЧЕМУ МЫ ВЫБИРАЕМ V45?

УНИВЕРСАЛЬНОСТЬ

- Простые комбинации средств для оптимального результата в салоне и дома
- Решают основные проблемы кожи: дисхромия, акне, морщины

ТЕХНОЛОГИЧНОСТЬ

- Составы средств – это сочетание натуральных компонентов и новейших нанотехнологий
- Запатентованные технологии, усиливающие эффективность космецевтики

ЭФФЕКТИВНОСТЬ

- Моментальный и накопительный эффект, пролонгированное действие
- Безопасное и экологичное воздействие на кожу
- Сочетание с любыми косметологическими процедурами

Представитель в Томске: ООО «Мирако» пр. Комсомольский, 70, офис 311,
тел.: 23-57-51, 8-913-812-79-20



На одном вдохе

Сделать один вдох, чтобы погрузиться под воду и побыть там без акваланга максимально долго... Примерно так можно объяснить суть фридайвинга — относительно нового для Томска вида спорта. Об искусстве свободного погружения не только в водную стихию, но и в мир своих ощущений беседуем со Светланой Зубаревой, инструктором и руководителем томской школы фридайвинга «ВДОХновение».

— Светлана, что дает фридайвинг? Почему в последнее время его популярность так выросла?

— Мое детство прошло на берегу озера, и я еще тогда полюбила ныряние. Обычное плавание не доставляло мне такого удовольствия, как возможность погрузиться в воду и рассматривать все, что есть на глубине. Правильное погружение, владение навыком нулевой плавучести, позволяющей комфортно и уверенно чувствовать себя под водой в любом положении и на любом расстоянии от поверхности, дают просто невероятные

ощущения. Это просто космос, настоящее чувство невесомости. В процессе обучения фридайвингу человек может постепенно наращивать время пребывания под водой, при этом подключая работу с сознанием. Чтобы организм меньше кислорода тратил под водой, нужно не только расслабить тело, но и отпустить все мысли, обрести внутреннее равновесие и покой.

— Где и как происходит процесс обучения?

— Для Томска, конечно, актуален пока только бассейнный фридайвинг, поэтому занятия проходят в бассейнах «Политехник» и в «Звездном». Снаряжение можно арендовать или сделать индивидуальный заказ. Перед началом водных тренировок в течение 4 дней необходимо пройти обязательный базовый курс: разговор про безопасность — это самое важное во фридайвинге. Инструктор обучает навыкам правильного погружения и пониманию, что именно с тобой происходит.

— Для кого этот вид спорта максимально привлекателен?

— Мы принимаем учеников с 7 лет, но и в 60, как показывает наш опыт,

фридайвинг очень привлекателен для людей. И если любовь к нырянию в детях заложена от природы, и они рассматривают ее как элемент игры, то взрослые люди часто приходят с более практическими целями. Один наш достаточно возрастной студент занимается яхтингом, и ему необходимо научиться задерживать дыхание, чтобы в открытом море чистить свое судно от ракушек. Мы поставили ему технику, и он признался, что впервые по-настоящему смог открыть для себя красоту подводного мира. Для кого-то наши уроки — это прекрасная возможность релаксации, способ восстановиться физически и психологически. Умение плавать, конечно желательно, но мы работаем и с людьми, не умеющими плавать.



Ул. Лыткина, 12/1, тел. +7-983-230-05-65, freediving.tomsk.ru



Томь Kids

Екатерина Малькова, руководитель школы танцев «Томь», тренер детской и подростковой команды «Томь kids», хореограф, балетмейстер, режиссер, педагог и телесно-ориентированный психотерапевт

— Школе танцев «Томь» 7 лет, но ее концепция в последнее время поменялась вслед за изменением запроса со стороны наших воспитанников. В рамках детских групп уже 4 года активно прокачивается такой стиль, как хип-хоп, и третий год — один из молодых, но уже очень популярных стилей — крамп (krump), знакомый по «Танцам» на ТНТ. Существует направление «крамп-терапия», когда через танец я работаю с ребятами индивидуально как психотерапевт. Крамп — танец про энергию, про силу и мощь, про то, как танцор может проявить себя, встретиться со своим внутренним ресурсом, потенциалом. Это стиль, где подросток контактирует со своими чувствами и эмоциями, может прожить их и проявить себя через движения, с помощью танца выразить свою боль, злость, но и поделиться со зрителем и своим удовольствием. Наши ученики — победители в номинации «Kids» чемпионата России в Санкт-Петербурге, а также полуфиналисты в категории «Beginners». В крампе существуют фемы, где «биг» приглашает к себе «в семью» новое поколение талантливых танцоров. Наша воспитанница Lady Slam состоит в феме четырехкратного чемпиона мира Антона 'SLAM' Пашули. Ей всего 16 лет, и она моя поддержка в продвижении в Томске этого стиля и крамп-культуры. Мы стабильно принимаем участие в баттлах в Москве, Санкт-Петербурге, Екатеринбурге. В этом танцевальном году мы заряжены на то, чтобы и другие наши ученицы попали в фем, потому что поддержка «бига» (главного танцора и наставника в феме) — это и онлайн-тренировки, и освоение нового материала, и, конечно, имя и статус в мире крампа. Двигаться в одиночку очень сложно. Но мы преодолели этот барьер, теперь нас знают в России — знают Lady Slam и «Томь kids krump».



📍 ПР. ЛЕНИНА, 151/1, СТР. 1
☎ 8-953-912-09-45



**ЭКСКЛЮЗИВНЫЙ НАБОР
К ЮБИЛЕЮ JANSSEN COSMETICS.
BEST OF BOX «25 YEARS»**

Эксклюзивный набор к юбилею Janssen Cosmetics для красоты и молодости кожи — это выгодная покупка и прекрасный подарок! В нем собраны признанные бестселлеры бренда за последние 25 лет, которые помогут уменьшить морщины, сделать кожу гладкой, упругой, сияющей и молодой. Тщательно продуманное наполнение набора — это высокоэффективная anti-age программа для требовательной кожи, склонной к сухости и ранним морщинам. Must-have для кожи жителей мегаполиса — тусклой, бледной, со следами переутомления и стресса. Набор состоит из 5 позиций: восстанавливающий крем с лифтинг-эффектом, питательный крем для кожи вокруг глаз, регенерирующий концентрат с витамином С, омолаживающий лифтинг-концентрат с ретинолом в капсулах, а также новинка — люкс-бальзам для ухода за губами.

**ЛИФТИНГ-СЫВОРОТКА
С РЕТИНОЛОМ. RETINOL LIFT SERUM**

Реструктурирующий anti-age концентрат глубокого действия с мгновенным и стойким лифтинг-эффектом. Содержит уникальную комбинацию двух мощных anti-age ингредиентов — инкапсулированного ретинола и ниацинамида, которые в сыворотке демонстрируют весь свой потенциал: стимулируют выработку коллагена, обновляют и омолаживают кожу, улучшают ее структуру, борются с первыми признаками старения и нейтрализуют свободные радикалы.



Эксклюзивно!
Новинки
осени

**КОСМЕТИКА JANSSEN COSMETICS
ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ. NEW OILY SKIN**

Oily Skin учитывает динамику изменений состояния кожи жирного типа в зависимости от возраста. Формулы продуктов новой линии OILY SKIN идеально сбалансированы, что позволяет составить целевую корректирующую программу, исходя из состояния и возраста кожи. Инновационные новинки OILY SKIN помогут коже стать чистой, безупречно ровной, наполненной свежестью и естественным сиянием.

**АНТИСТРЕСС ЛИФТИНГ-СЫВОРОТКА И
ЛИФТИНГ-КРЕМ ДЛЯ КОНТУРА ГЛАЗ С МАСЛОМ.
CBD CALM & LIFT SERUM & EYE CREAM**

Линия CBD SKIN CARE разработана лабораторией Janssen Cosmetics на основе каннабидиола (экстракта растения каннабис) — инновационного компонента на мировом рынке органической косметики. Каннабидиол (CBD) в составе средств оказывает мощный антиоксидантный и регенерирующий эффект. Антистресс лифтинг-крем для контура глаз с маслом CBD обладает успокаивающими и увлажняющими свойствами, обеспечивает лифтинг-эффект для кожи вокруг глаз. Антистресс лифтинг-сыворотка с маслом CBD мгновенно успокаивает, питает кожу и разглаживает морщины.



Компания «Премиум К & М»
тел.: 8 (3822) 46-88-08,
8-952-886-06-35,
janssencosmetics.ru

ЖИВОЙ ВЗГЛЯД

позволь себе больше

ОПРАВА TESSORO 3612 C1,
3200 Р

ЛИНЗЫ SYNCHRONY HMS BLUE*,
от 3600 Р за пару

ЦЕПОЧКА RONDA,
2500 Р



Линзы SYNCHRONY HMS BLUE уменьшают воздействие вредного синего излучения от смартфонов, компьютеров и других цифровых устройств. С линзами SYNCHRONY HMS BLUE вы сможете работать, листать ленту соцсетей и пользоваться любимыми гаджетами без вреда для вашего зрения.



Запишитесь на проверку зрения
и подбор очков

93-42-88

**ЖИВОЙ
ВЗГЛЯД**



Макияж и укладка: салон красоты «Алессандро», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20
Образ предоставлен: MOSAICO family, onlinemosaico.ru. Модель: Дарина Трубца, vk.com/ldariishaa, тел. +7-923-628-01-80

Возвращение цвета

Мы соскучились по цвету! Словно почувствовав этот запрос, мода вильнула хвостом и вернула в сезон Осень–зима 2022/23 яркую палитру красок для мейка. К каким сюрпризам следует быть готовыми и к каким оттенкам стоит начать привыкать, беседуем со стилистом-визажистом Натальей Арнянгиной.

— Наталья, насколько кардинальны будут изменения в мире визажа?

— Нам всем следует подготовиться к неожиданностям — модным стал цветной макияж. Больше внимания уделять макияжу глаз стали еще в прошлом году, когда все вынуждены были ходить в масках из-за пандемии. В такой ситуации всегда максимально хочется самовыражения и свободы, что отразилось на смелости в визаже. И конечно, несмотря на все новшества, не теряет своей популярности мода на чистую, сияющую, не перегруженную мейком кожу лица.

— А как же любимый нюд, к которому мы все успели привыкнуть?

— В макияже глаз всё — из крайности в крайность. Либо должно быть совсем не заметно, что вы что-то нанесли на веки, либо пусть это будут яркие тени. Популярными станут оттенки синего, розового. Возвращаются ресницы «паучьи лапки»! Такого эффекта можно добиться, прокрасив ресницы в несколько слоев. В моду войдут толстые, без четкой линии стрелки необычных форм, но и привычные нам классические также не потеряют своей актуальности.

В макияже губ популярен блеск для губ в нюдовых оттенках, помада в на-

туральных оттенках. Любители яркого тоже могут не унывать — приветствуются и яркие «ягодные» губы — матовые и с глянцем. Контур губ делаем с эффектом увеличения при помощи карандаша, либо без четкого контура как будто немного смазанные по краям. Вообще, для каждого найдется тренд по душе.

— Можно ли надеяться, что в отношении бровей крутые трансформации нам не грозят?

— Конечно, про брови никто не

забывал, ведь ни один макияж не будет выглядеть законченно и гармонично без их оформления. Брови окончательно вернулись на сторону естественности, но это совсем не означает, что можно

выдохнуть и перестать ходить к мастеру-бровисту. В оформлении бровей не следует далеко уходить от природной формы бровных дуг, а по цвету они не должны сильно отличаться от оттенка

В МОДЕ сегодня «МАЛЬЧИШЕСКИЕ» брови — **ПУШИСТЫЕ**, когда волосы не **ОБЯЗАТЕЛЬНО** должны **ЛЕЖАТЬ** в одном направлении





Украшения из натуральных камней FABRIKA,
vk.com/fabrika_tomsk,
тел. +7-909-539-59-98

волос. Остаются актуальными долго-временная укладка и ламинирование. В моде сегодня «мальчишеские» брови — пушистые, когда волоски не обязательно должны лежать в одном направлении. Естественно и натурально — да, но при этом выглядеть они должны ухожено. Обесцвечивать брови сегодня рекомендуется и блондинкам, и природным брюнеткам. Так что еще один тренд — то красим, то обесцвечиваем. (Улыбается.)

— **Важный вопрос: у женщин по-прежнему присутствует желание обучиться навыкам самостоятельного нанесения макияжа?**

— Да, и об этом лучше всего говорит популярность моих мастер-классов «Макияж для себя». С чего я начинаю любое занятие — объясняю своим ученицам, что самым крутым трендом во все времена будет оставаться мейк, который лучше всего подчеркивает неординарность каждой женщины.

Обучение, рассчитанное на два дня по 2-2,5 часа, проходит индивидуально. За это время мы научимся определять цветотип и природный подтон — от этого зависит, например, почему «та классная помада, как у подруги, мне совсем не идет?» Поговорим об уходе и как правильно подготовить кожу лица к нанесению косметических продуктов. Подберем необходимые средства, которые подходят именно вам. У вас есть косметика, которая лежит без дела? Значит, вы просто не знаете, как правильно ее наносить. Короче говоря, разбираем косметички, учимся делать дневной макияж, который займет минут 15-20 с утра, но любую сделает неотразимой. Не забудем про вечерний макияж, выполненный в технике, опять же больше подходящей вашей внешности. Мой курс для всех: и для тинейджеров, и для женщин за 50. Научившись делать себе правильный макияж, вы больше никогда не скажете: «А я не люблю краситься».

тел. +7 923-436-79-10

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ЛУЧШЕЕ ИЗ ВОСТОЧНОЙ МЕДИЦИНЫ ПРОСНИСЬ ДЛЯ СЧАСТЬЯ



ИРИНА ХОХЛОВА,
доктор интегративной
и антивозрастной медицины
Евросоюза, выпускница
Парижского медицинского
университета, владелица клиники
«Идеале» и центра восточной
медицины «Аксиома»

7 ПРЕИМУЩЕСТВ ЛЕЧЕНИЯ

1. Авторские и традиционные методы восточной медицины, которые позволяют добиваться прогнозируемого, стойкого и эффективного результата.
2. Методы воздействия на конкретное заболевание и структуру организма в целом устраняют почву для любого вида нарушений.
3. В процессе оздоровления не требуется прибегать к использованию медикаментов или хирургическому вмешательству.
4. Все системы организма начинают выполнять природные функции, включается репарация и регенерация органов.
5. В процессе лечения не требуется прибегать к особой подготовке пациента.
6. Корпоративное оздоровление для руководителей и сотрудников компании. Внутренняя оптимизация энергии увеличивает развитие и капитализацию бизнеса.
7. Семейное оздоровление выводит взаимоотношения на новый уровень, устраняя конфликты, повышая ощущение счастья.

ВАШЕ ЗАБОЛЕВАНИЕ В СПИСКЕ НАШЕЙ КОМПЕТЕНЦИИ

ТРАДИЦИОННЫЕ ПРАКТИКИ • ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ
РЕФЛЕКСОТЕРАПИЯ • ЦИГУН • ЮМЕЙХО-ТЕРАПИЯ
ЛЕЧЕНИЕ ПО МЕТОДУ С. Н. ШАПОШНИКОВА

Центр восточной медицины «Аксиома»
г. Томск, ул. Карла Маркса, 36, тел.: +7 (3822) 25-28-28, +7 (3822) 51-08-29

axiomatomsk ideale_clinic shaposhnikov.online



Макіяж і укладка: салон краси «Александр»,
ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20

Спина — зона опасности

Когда мы говорим «болит спина», это может означать все что угодно: боли в пояснице и позвоночнике, под лопаткой и в шее, в боку и в мышцах... Боль может быть ноющей и колющей, острой и тупой, невыносимой и вполне терпимой. В любом случае, боль в спине всегда доставляет много проблем.

Говорим с врачом-неврологом высшей категории ЛКЦ «Рефлекс», отличником здравоохранения РФ, Аллой Викторовной Шипаковой о том, что может являться причиной проблем со спиной, и почему врачи совершенно обосновано считают, что нет да и не может быть одного рецепта от боли в спине.

— Алла Викторовна, что чаще всего является причиной появления болей в спине?

— Причиной болей в спине или говоря профессиональным языком, дорсопатии, чаще бывает малоподвижный образ жизни, чрезмерные физические нагрузки, травмы, простуда, наследственные причины. Это мультифакториальное заболевание, которое вызывает нарушение осанки, перенапряжение мышц спины, патологию позвоночника (протрузии и грыжи межпозвонковых дисков, стеноз позвоночного канала, патологии суставов позвоночника, связок, воспалительные процессы, аномалии развития). Все причины делятся на первичные (около 80%) — патология позвоночника, скелетно-мышечные нарушения — и вторичные (до 20%), вызванные патологией внутренних

органов. Именно эти «красные флаги» должны выявить невролог или терапевт, чтобы направить пациента к нужному специалисту. При патологии почек, например, — к урологу, патологии матки и придатков — к гинекологу, при болях в области сердца, отдающих в спину, — к кардиологу. Боль в спине могут вызвать образования в молочной железе, простате, почках, щитовидной железе, в случае, когда метастазы проникают в позвоночник. Это область онкологии.

— Есть какая-то статистика по этой проблеме, связанная с гендерным или возрастным факторами, например?

— У меня на приеме 70% пациентов — это больные с жалобами на боль в шейном, грудном и больше всего на боли в пояснично-крестцовом отделе позвоночника, на онемение в руках и ногах. У мужчин и женщин встречается практически одинаково. В основном, это люди в возрасте 35-50 лет. Объединяет их одно — при отсутствии лечения заболевание у них переходит в хроническую стадию и начинает прогрессировать.

— К врачу не всегда удается попасть быстро. Что делать в домашних условиях в случае возникновения острой боли? Есть какие-то общие рекомендации?

— Конечно, если болевой синдром легкий, помогают сухое тепло, обезболивающие препараты, миорелаксанты (препараты, влияющие на функцию скелетных мышц и снижающие мышечный тонус). Но если боль сильная, не проходит в течение нескольких дней, а только нарастает — надо обратиться к врачу. В таких случаях уже необходимо обследование: рентгенография, КТ, МРТ, общие анализы крови и мочи, биохимия крови, ЭКГ и другие, сделанные по назначению врача. При самолечении вся ответственность за последствия лежит только на человеке.

— Какие современные методы лечения сегодня наиболее эффективны?

— Наиболее быстрый результат будет при назначении фармакологических препаратов: нестероидные противовоспалительные препараты — анальгетики и миорелаксанты. Эффективные лечебные медикаментозные блокады с глюкокортикоидами, физиолечение, рефлексотерапия. При неэффективности консервативной терапии необходима консультация нейрохирурга и оперативное лечение. Главное — все надо делать своевременно!

ЛКЦ «Рефлекс», ул. Герцена, 68, стр. 2
(3-й этаж), тел. 50-40-66

ИМЕННО эти «красные флаги» должны выявить НЕВРОЛОГ или терапевт, ЧТОБЫ направить ПАЦИЕНТА к нужному специалисту

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера

HOME &Design*

ИСТИННАЯ РОСКОШЬ

В коллекции премиального российского бренда Dantone Home новинка — модульный диван и кресло Como, созданные итальянским дизайнером Риккардо Джованетти. Их изящный силуэт напоминает распускающийся цветок. Подушки — подчеркнута мягкие и пышные — образуют сидение увеличенной глубины и благодаря сложному многослойному наполнению буквально обнимают человека. Дизайнер убежден, что концепция «итальянской роскоши» — это не кричащие о своем присутствии формы и материалы, а способность предметов мебели создать атмосферу элегантности в любом помещении, большом или маленьком.



* «дом и дизайн»

и природой, человеком и человеком. Отсюда и музыкальное название — Symphony 34. Номер дома удачно совпал с номером симфонии Моцарта, в которой торжественность сочетается со стихией танцевальности. Очевидно, что при такой архитектурной концепции и внутренний дизайн должен быть нестандартен.

— Вы уже 20 лет занимаетесь дизайном интерьеров — или, по собственным словам, создаете пространства. Как бы вы охарактеризовали свой подход?

— Я люблю исследовать. И вся команда бюро Jaime Beriestain это любит и умеет. У нас в офисе есть люди со всего мира, они умеют наблюдать, замечать интересные элементы и затем отражать их в своих работах. Объединение желаний и идей — это основная часть моей профессии.

— Что вы считаете самыми знаковыми из ваших последних работ?

— Это немного коварный вопрос. Все равно, что спросить родителей, какой у них любимый ребенок... Я верю во все текущие проекты. Дом, который мы делаем сейчас на Багамах, — я не видел на Карибах ничего столь же впечатляющего в плане создания мира красоты и утонченности вне городской черты. Есть несколько гостиничных проектов, которые мне очень нравятся. Но в основном мы занимаемся



МЕСТО МЕЧТЫ

Атмосфера городского дома, в котором хочется жить, зависит от подхода в проектировании личных и общественных пространств. Небоскреб может быть столь же комфортен, как и клубная резиденция. Как идеи архитекторов превращаются в «места мечты», рассказывает Хайме Бериестайн — титулованный испанский дизайнер, участвовавший в проекте премиального ЖК Symphony 34 в Москве.

Очень вероятно, что вы уже видели его работы — интерьеры Hyatt Regency, Marriott, Waldorf Astoria, Hilton и других люксовых отелей, ресторанов и бутиков в Испании, Италии, Австрии, Франции, Португалии.

Одним из громких проектов Бериестайна за последнее время стало пространство пятизвездочного отеля The One в Барселоне (сеть H10 Hotel Group). Когда компания MR Group задумала построить в Савеловском районе Москвы принципиально новый жилой комплекс, то пригласила лауреата премии Best Interior Designer of Spain создать интерьеры входных групп и дизайн-проекты квартир.

Symphony 34 представляет собой четыре жилых небоскреба разной высотности — от 36 до 54 этажей, дополненных зданиями для коммерческой и сервисной инфраструктуры. Лента прозрачных этажей, опоясывающая каждый из жилых корпусов, визуальное объединяет их в целостный архитектурный объем. Ключевая идея проекта — принцип легкого и естественного взаимодействия и взаимодополнения: между человеком и городской средой, человеком



— Если говорить о деталях, то из чего складывается «место мечты»?

— Например, возьмем двери. Это не стандартные двери, как мы их знаем — два метра в высоту, а от пола до потолка. А потолки здесь — почти три метра. Почему я так сделал? Чтобы создать связь с великими городскими дворцами, которые позволяли чувствовать себя как-то особенно... А теперь представьте такие же окна — от пола до потолка, причем в очень современном по архитектуре и интерьерам здании. Я уверен, что люди будут жить в Symphony 34.

— В этом проекте, помимо индивидуальных пространств, вы еще занимались общественными...

— Это те места, которые мы постоянно используем в жилом здании, которые являются частью вашей собственности, но также и частью сущности места, где вы живете. Например, холл. Абсолютной разобщенности дома и вестибюля быть не может. В случае с Symphony 34 есть основной вход, разветвляющийся затем на разные части. Первый холл: никакой назойливой мебели, но есть произведения искусства. Элегантный ресепшен из почти прозрачного материала и одновременно металл в дизайне. Лаундж зона на тот случай, если вы не хотите вести гостя домой. Затем вы попадаете во второе общее пространство, которое располагается уже в вашем здании. И это снова просторный зал, еще с большей чистотой пространства, сбалансированного с человеком, который сюда входит. Все это очень красиво и создает особый вау-эффект.

домами, причем по всему миру: во Франции, Швейцарии, США, Чили, Дубае, Кувейте — в самых разных местах. Я обожаю работать на международном уровне. Знакомство с новыми городами, культурами, способами мышления обогащает меня как человека.

— А как вам работается в Москве?

— Мне здесь очень нравится. В Москве есть величайшая культура, невероятный архитектурный уровень. Жизнь между современным и традиционным, и это традиционное абсолютно красиво. В Symphony 34 мы сделали акценты на тех благородных моментах, которые присутствуют в архитектуре города, но трансформировали их на современный лад.

— С чего начинался проект Symphony 34?

— Первый вопрос, на который мы искали ответ, — кто будет жить в этом пространстве? Ответ на этот вопрос вдохновил нас создать что-то как можно более вневременное. Я не верю в моду в дизайне пространств. Мода хороша, чтобы одеваться, и то, что вы будете носить в этом сезоне, в следующем даже не наденете. Но со зданиями все по-другому. Ваш дом — это то, что, как мне кажется, должно оставаться с вами на всю жизнь. Лично я живу именно в таком доме, то есть не нахожусь в постоянной эволюции: завтра покупаю другой и переезжаю. Поэтому Symphony 34 по замыслу можно назвать местом мечты.

ности дома и вестибюля быть не может. В случае с Symphony 34 есть основной вход, разветвляющийся затем на разные части. Первый холл: никакой назойливой мебели, но есть произведения искусства. Элегантный ресепшен из почти прозрачного материала и одновременно металл в дизайне. Лаундж зона на тот случай, если вы не хотите вести гостя домой. Затем вы попадаете во второе общее пространство, которое располагается уже в вашем здании. И это снова просторный зал, еще с большей чистотой пространства, сбалансированного с человеком, который сюда входит. Все это очень красиво и создает особый вау-эффект.

— Чем различаются стили *harmony soft* и *harmony dark*, которые вы применили в отделке квартир?

— Мы выделили эти два стиля, потому что я считаю, что каждый из них соответствует определенному типу людей. Если вы посмотрите на рендеры, то увидите, что есть варианты с базовой приглушенной гаммой, к которой добавлены акценты, подчеркивающие легкость и простор, заложенные в пространстве с панорамными окнами. Мы думали о творческих людях с особенным образом жизни и мышления, которые любят жить в более смелой обстановке. Другие варианты, наоборот, спокойные, с более естественными цветами. Здесь классические светлые тона, мягкое акцентное освещение, сочетание текстур холодного камня и теплого шпона. За этой идеей — люди семейные, или молодые люди,

INTERIOR DESIGN IDEAS

БОЛЕЕ 600 ЕВРОПЕЙСКИХ ФАБРИК

МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ • КУХНИ • СТОЛОВЫЕ ГРУППЫ • СПАЛЬНИ
АРОМАТЫ ДЛЯ ДОМА • ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА • ТЕКСТИЛЬ
КАБИНЕТЫ • ВАННЫЕ КОМНАТЫ • ПРИХОЖИЕ • СТУЛЬЯ
СВЕТ • ПОСУДА • ЗЕРКАЛА • КУХОННАЯ ТЕХНИКА

MAESTRO
Interior salon

Доставка по Томску и в другие регионы России
+ 7 (3822) 99-88-01 | maestro.tomsk.ru
г. Томск, ул. Красноармейская, 18

которые, возможно, еще не определились, какая обстановка им подойдет. (прим. ред.: квартиры в корпусах Symphony 34 сдаются с предчистовой отделкой White box, но в составе ЖК есть клубный дом Sienna, где у покупателей есть возможность выбрать отделку MR Ready с готовыми интерьерными решениями от Хайме Бериестайна).

— **Помимо стилистических предпочтений, есть масса бытовых нюансов, которые нужно учитывать...**

— Да, конечно. Вход в квартиру должен иметь соответствующие характеристики для жителей Москвы. Это не Барселона, где все ходят налегке. Поэтому нужны шкафы для верхней одежды. Очень важно, где включается свет — справа или слева от вас, когда вы входите. Мы обязаны позаботиться о комфортном расположении розеток. Или, например, о правильном цвете стен в городе, в котором не хватает света зимой. В итоге все получается безупречно.

— **Вы сами купили бы квартиру в Symphony 34?**

— Я бы с восторгом жил там, потому что я обожаю Москву и, если бы покупал, то квартиру на верхних этажах, потому что от вида на город буквально захватывает дух. Я прекрасно представляю, как сижу в гостиной и смотрю в окна, которые опускаются до самого пола, и мне это кажется восхитительным.



МАТРАСЫ СОБСТВЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА



МЕБЕЛЬ • МЕБЕЛЬНЫЕ ТКАНИ • ФУРНИТУРА
 ПОРОЛОН • ФАНЕРА • ДСП, ДВП

ул. Ракетная, 4 в, тел. 274-245

Уход за внешним видом автомобиля и поддержание его в отличном состоянии для многих автолюбителей — дело чести. В тюнинг-студии «Sivirinov Car Studio» знают, как защитить машину от воздействия внешних факторов, продлить ее «молодость» и придать частичку индивидуальности. Обо всех особенностях работы с для автомобиля рассказал владелец и основатель студии Александр Сивиринов.

— Александр, что подтолкнуло вас к созданию такого бизнеса?

— Все началось, как у большинства мужчин, с детства, с первых ремонтных работ в гараже под присмотром отца: даже подать ему ключи было ответственным моментом для меня. Подучившись, набравшись практического опыта, я уже мог оказать реальную помощь с ремонтом машины друзьям, которые, в свою очередь, рекомендовали меня уже своим знакомым. Так что, можно сказать, как специалист я рос, но моей профессиональной деятельностью это так и не стало. Сначала это было просто хобби. Я окончил университет по совершенно другому направлению, и мне необходимо было понять, по какому пути мне следует идти дальше, в чем себя реализовать. Сложилось так, что устроился в компанию, которая вновь имела отношение к автомобилям, и проработав там



Костюм: магазин мужской одежды и аксессуаров Men's Look store, пр. Фрунзе, 40

МАСТЕРСТВО В ДЕТАЛЯХ



SIVIRINOV CAR STUDIO

- / ДЕТЕЙЛИНГ ЛЮБОГО АВТОМОБИЛЯ
- / ОКЛЕЙКА ПЛЕНКОЙ ЗАЩИТНОЙ/ЦВЕТНОЙ
- / БРЕНДИРОВАНИЕ
- / ПОЛИРОВКА
- / ЗАЩИТНЫЕ ПОКРЫТИЯ
- / ХИМЧИСТКА АВТО
- / ДООСНАЩЕНИЕ
- / ШУМОИЗОЛЯЦИЯ

ул. Сибирская, 111 б, тел. 8 (3822) 23-22-00

несколько лет, окончательно утвердился в своем выборе: машины — именно то, чем мне хочется заниматься. И решил идти дальше, развиваться и открыть свою компанию, свой бизнес, так как не привык, чтобы мной кто-то еще командовал. (Смеется.) Понимал, конечно, что доля риска в моей идее есть, но внутренне уже был заряжен на успех.

— **Желание «защитить» свое авто чаще возникает у водителей новых машин или машины «в возрасте» также нуждаются в заботе?**

— Здесь все зависит от того, насколько человек трепетно относится к своему транспортному средству. Можно ездить на поддержанном автомобиле, но содержать его в идеальном состоянии. Ведь автомобиль «в возрасте», меняя владельца, становится для кого-то новым. И человек хочет сделать его под себя, дать ему должный уход. Что касается новых авто, то

— **Какие услуги вы предоставляете клиентам. О чем они чаще всего просят?**

— Мы работаем с авто любого уровня сложности. Это некий комплексный уход для машины. В его основе — полировка, нанесение защитных составов, тонирование и химчистка. Кроме того, сейчас популярная услуга, особенно для новых авто — оклейка кузова пленкой, как прозрачной защитной, так и цветной. Также мы можем выполнить брендринг авто, сделать дооснащение, установить шумоизоляцию.

— **Считаете ли вы, что сейчас именно такой момент, когда каждому стоит задуматься о максимальной сохранности и «внутренностей» авто, и его «обложки»?**

— Больше нет, чем да. Вопросы защиты и ухода за автомобилем зависят больше не от текущего момента, а от кон-

аккуратно разобрать, но и правильно собрать транспортное средство. Каждый автомобиль индивидуален по-своему. И только так можно профессионал получит необходимый опыт и важные навыки. Поэтому сотрудники чувствуют свою ответственность. Несколько ребят пришли ко мне уже подготовленными специалистами, а один человек начинал работать практически с нуля — было желание, трепетное отношение к автомобилям, и мы научили его всему.

— **Почему такое внимание решили уделить интерьеру своей студии? У вас стильно, дизайн на высочайшем уровне... Это важно для вас или для клиентов?**

— В первую очередь, это важно для меня. Когда человек приходит, он должен понимать, что здесь организация. Детейлинг подразумевает собой чистоту и красоту автомобиля, а, значит, и интерьер

СПЕЦПРОЕКТ ХОЧУ НА ОБЛОЖКУ

Вы когда-нибудь задумывались, что рассказали бы о себе, оказавшись на обложке популярного журнала? Какой образ выбрали бы для фотосессии — уверенной в себе бизнес-леди или романтической и мечтательной девушки? Хотите примерить на себя роль «лица с обложки»? Тогда мы приглашаем вас к участию в нашем проекте!

Всего 15 героинь — в честь 15-летнего юбилея журнала «Дорогое удовольствие в Томске» — получают эту эксклюзивную возможность! Вас ждет увлекательный и насыщенный творческий процесс: мейкап и подбор образа, фотосессия, встреча с журналистом. На память вы получите несколько экземпляров журнала со своим участием и невероятный сюрприз — свою собственную «обложку» в красивом багете.

Но на этом сюрпризы не заканчиваются! Участвуя в проекте, вы получаете шанс попасть на реальную обложку одного из весенних номеров журнала «Дорогое удовольствие в Томске»! Розыгрыш среди претенденток будет проводиться в прямом эфире и победительницу определит сам случай!

Участие платное. Количество мест ограничено

Мы работаем с авто любого уровня сложности. Это некий комплексный уход для машины. В его основе — полировка, нанесение защитных составов, тонирование и химчистка.

большинство людей, конечно, стараются сразу их защитить, заранее обезопасить свой автомобиль, чтобы он прослужил как можно дольше. А мы можем предложить им выход.

— **Кстати, о поставках. Не отразилось ли на вашем бизнесе нарушение отлаженных поставок материалов?**

— Немного отразилось. Когда начались сложности, многие поставщики начали сильно завышать цены. Вырос курс доллара — поднялась цена на материалы, и не каждый клиент был готов приобретать услуги за такую цену. Но альтернатива есть всегда! Нам пришлось где-то снижать стоимость выполнения работ, где-то вообще отказываться от поставки материалов, потому что было нецелесообразно платить такие суммы. Сейчас ситуация с поставками нормализовалась, и мы не испытываем никакого дефицита.

кретного человека. Конечно, некоторые защищают свой автомобиль ради того, чтобы подольше на нем проехать. Есть люди, которые принципиально не ездят на одной машине больше, чем один-два года, и сами решают, есть ли смысл им ухаживать за своим авто или нет. А кто-то берет автомобиль и понимает, что это надолго, и старается максимально бережно за ним ухаживать.

— **Деятельность ваших сотрудников требует наличия определенной профессиональной квалификации?**

— Безусловно, все сотрудники подготовлены, постоянно набираются опыт и в процессе работы, но на это нужен не один месяц и не один год. Например, при оклейке пленкой сотруднику необходимо разобрать автомобиль. Мастер обязан понимать, что, делая эту сложную работу, он должен быть максимально внимательным и ответственным. Важно ведь не только

студии должен создавать подобные ассоциации. Если человек трепетно относится к своему автомобилю, привозит его в салон для ухода, то для него, конечно, важно, как выглядит это место. И мне приятно, когда клиенту комфортно и уютно у нас находиться.

— **Планы и перспективы на ближайшее время?**

— В первую очередь развивать свой бизнес, организовать в Томске автокомплекс полного спектра услуг — решение всех задач по авто в одном месте.

**SIVIRINOV
CAR STUDIO**

ул. Сибирская, 111 б,
тел. 8 (3822) 23-22-00



РЕГИНА СТАРЦЕВА

руководитель отдела продаж
агентства «Рекламный дайджест»

БЛИЦ «3 ЛЮБИМЫХ...»

...СЛОВА

аллегория, интеллект, мудрость

...ВЕЩИ

украшения с изумрудами,
часы, рубашки

...ХОББИ

танцы, вокал, выступления на сцене

...БЛЮДА

лазанья, тирамису, картофель
по-деревенски

...АКТЕРА

Ричард Гир, Владимир Яковлев,
Дмитрий Назаров

Макияж и укладка: салон красоты
«Алессандро», ул. Новгородская, 44,
тел. 55-01-20
Локация: отель «Кухтерин»,
kuhterinhotel.ru

— *Могли бы сделать свою мини-презентацию в нескольких словах?*

— Я — творческий, инициативный, креативный и целеустремленный человек с прекрасным чувством юмора. За моими плечами годы игры в КВН. Обучение в двух ведущих университетах города. Важным качеством и даже талантом считаю свое умение находить общий язык с самыми разными людьми.

— *Какое свое жизненное достижение считаете главным?*

— Получение двух дипломов о высшем образовании и создание своей команды КВН. Благодаря им и своему характеру, конечно, сегодня я занимаю руководящую должность в известном рекламном агентстве города.

— *Что для вас означает понятие «успешная женщина?»*

— Успешная женщина как прожектор излучает уверенность в себе, в своих силах и в других людях. Ее показатель уверенности — не слова, утверждения, а спокойствие и уверенность во взгляде. Показатель успеха — это и энергичность человека, которая достигается путем здорового и активного образа жизни. А еще гармония.

— *Как справляетесь с кризисными ситуациями?*

— Кризисов в личной жизни можно избежать, если в паре изначально присутствует взаимопонимание. Со своей второй половинкой всегда можно прийти к общему знаменателю и все важные решения принимать обоюдно. Что же касается рабочих моментов, то буду честной: когда я сталкиваюсь с трудностями, то учусь противостоять им. Кризис — это всегда опыт, неважно, негативный или позитивный, так как в следующий раз можно будет гораздо проще и быстрее найти из него выход.

— *Верите, что в любви все средства хороши?*

— В принципе, да. Конечно, если речь о гуманных способах борьбы. (Смеется.)

Для победы нужно обязательно обладать невероятной харизмой, красотой, высоким интеллектом и конечно же женской мудростью.

— *Есть книга, которую вы перечитывали неоднократно?*

— Моя любимая книга — «Карьера менеджера», автором которой является Ли Якокка, представляет собой рассказ об удивительном человеке, которому удалось вкусить огромное количество успехов в своей жизни. Эта автобиографическая работа в мгновение ока завоевала статус бестселлера. Для меня это больше бизнес-учебник: считаю, ее должен прочитать каждый топ-менеджер и владелец бизнеса.

— *Ваша формула счастья?*

— Любить и быть любимой, быть первой среди равных. Все это позволяет мне идти вперед, не останавливаясь, и делать все, чтобы моя мечта о создании собственного дела наконец-то сбылась.

— *Где ваше место силы?*

— Там, где есть вода. Неважно, море, река, душ или хамам. Я водный знак по гороскопу, для меня главное — шум воды.

— *С кем (чем) в своей жизни могли бы расстаться без сожаления, а от чего (кого) вы не готовы отказаться?*

— Я без колебаний расstaюсь с людьми, которые действуют на меня душающе, словно выпуская негативную энергию, независимо от того, какие отношения нас связывают, — близкие, служебные, дружеские.

А вот от чего не смогла бы отказаться, так это от любимой работы и своей творческой деятельности. Такие качества как целеустремленность, креативность и лидерство у меня развиты с самого детства, поэтому сейчас они помогают мне в сфере построения карьеры, а также в других сферах жизни.

— *На обложке какого известного издания вы бы хотели оказаться?*

— С удовольствием оказалась бы на обложке журнала Forbes.

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

ЛИЦО С ОБЛОЖКИ РЕГИНА СТАРЦЕВА

НАЦЕЛЕНА НА УСПЕХ

ДВИГАЙСЯ ВПЕРЕД, ИДИ К СВОЕЙ ЦЕЛИ



ОКСАНА
ФИЛИМОНОВА

директор Центра разработки
и перспективных решений,
мама сына-первоклассника

БЛИЦ «3 ЛЮБИМЫХ...»

...ВЕЩИ

духи Mancera Velvet Vanilla, ювелирные
украшения Roberto Bravo, сумки Furla

...ЗАНЯТИЯ

путешествовать, изучать астрологию,
обучаться

...БЛЮДА

сладкое, хорошо приготовленное
мясо, морепродукты

...АКТРИСЫ

Натали Портман, Мерил Стрип,
Джулия Робертс

Макияж и укладка: салон красоты
«Алессандро», ул. Новгородская, 44,
тел. 55-01-20

Костюм: бутик «Кашемир Лакшери»,
luxury.tomsk.ru

— *Какое свое жизненное достижение считаете главным?*

— В течение долгого периода, начиная с достаточно раннего возраста, я была руководителем финансовых служб разного уровня, постоянно думая о том, что надо расти, развиваться и идти вперед. Сейчас я стала директором в предприятии, которое занимается разработкой высокотехнологичной продукции. Казалось бы, добились всего, чего хотела. Но карьера сегодня — уже далеко не главное для меня. Это лет 10 назад я считала, что важно состояться именно в профессии, и до такой степени погрузилась в нее, что других сфер жизни для меня просто не существовало. Я потеряла свою внутреннюю женщину, утратила чувства, понимание и даже воспоминания о том, что такое любить, ощущать, плакать. Некий переломный момент во мне произошел в 36 лет. Увлечение психологией привело меня к осознанию: мой внутренний мир — гораздо больше и шире, чем те цели, которые я ставила перед собой, пыта-

До сих пор часто сталкиваюсь с гендерными предрассудками, когда меня воспринимают прежде всего как женщину, а не руководителя. К тому же и мой внешний вид обманчив: со стороны многие принимают меня за молодую и неопытную. Мужчины мне часто признаются: «Только когда Вы начали разговор, стало понятно, что с Вами можно иметь дело». Мне нравится разрывать такие шаблоны.

Еще я уверена, для руководителя я обладаю одним из главных качеств — той самой природной женской интуицией.

— *Есть ли у вас своя формула счастья?*

— Для меня счастьем можно назвать особенное внутреннее состояние, в котором я чувствую удовлетворенность и жизненную осмысленность. Наверное, иметь способность довольствоваться малым и получать от этого массу удовольствий и есть счастье, но

” Моя личная формула — это умение радоваться жизненным процессам и получать от этого моральное удовлетворение. ”

ясь успеть, добежать, перегнать. Пришло удивительное чувство, что в жизни есть многое, ради чего стоит жить, что стимулирует тебя, вдохновляет. Мой мир теперь огромный!

— *Как справляетесь со сложными моментами руководства?*

— У меня есть несколько четких установок: в период, когда я занималась своим «перевоспитанием», я должна была всегда выглядеть идеально. Больная, расстроенная — неважно. Сегодня меня спрашивают, когда я все успеваю. Да не всегда успеваю, но не позволяю себе расслабляться. Это в первую очередь внимание к людям — к подчиненным, партнерам. В ответ я вижу от них уважение и внимание.

этого состояния добиться очень сложно. Моя личная формула — это умение радоваться жизненным процессам и получать от этого моральное удовлетворение. И ценность счастья в его осознании и правильном восприятии.

Например, здоровье родных и близких, улыбка ребенка, нежные руки и добрые глаза можно назвать самым большим счастьем. А хорошие семейные взаимоотношения, благополучие, любовь — это формула счастья для любой женщины.

— *На обложке какого известного издания вы бы хотели оказаться?*

— VOGUE.

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

ЛИЦО
С ОБЛОЖКИ
ОКСАНА
ФИЛИМОНОВА

ФОРМУЛА СЧАСТЬЯ

БЫТЬ ЖЕНЩИНОЙ — ЭТО ПРЕКРАСНО!



*Созданы
восхищают мир*

Локация: отель «Кухтерин», kuhterinhotel.ru



Локация: отель «Кухтерин»,
kuhterinhotel.ru

Мир меняется, и вместе с ним меняются стандарты красоты. Юностью уже никого не удивишь. На постерах и в рекламных кампаниях мы все чаще видим роскошных зрелых женщин, чьи «золотые» годы и уверенность в себе с удовольствием ловит камера, представляя миру совершенно иную концепцию красоты.



Локация: отель «Кухтерин», kuhterinhotel.ru

Макияж и укладка: салон красоты «Алессандро», ул. Новгородская, 44, тел. 55-01-20

Костюм: шоурум «Марушель», vk.com/marushell_dress

Наталья Маляренко, директор школы «Агентство New Models Tomsk», рассказывает, почему своей главной задачей она считает необходимость раскрыть в своих ученицах женственность и помочь им обрести внутреннюю гармонию.

— Наталья, благодаря каким базовым принципам успешно работает ваша модельная школа?

— Всю свою жизнь женщина учится, работает, занимается семьей и домашним бытом. Она словно втянута в круг, по которому бежит как белка в колесе. Все больше дел и обязанностей, все меньше времени и желания сделать что-то для себя. Убеждена, что каждая девочка, девушка, женщина достойна короны. Мы не просто школа моделей, мы помогаем каждой из них открыть свою лучшую версию, понять, принять и полюбить себя. А еще заново познакомиться со своим телом благодаря пластике, танцам и дефиле,

услышать и полюбить свой голос благодаря ораторскому искусству, раскрыть свои внутренние ресурсы благодаря актерскому мастерству и психологии, наполниться силой, энергией и радостью с помощью энергопрактик. Результат можно будет наблюдать не только на фото и видео. Преображение женщины заметят окружающие и обязательно начнут к ней относиться по-другому. Речь идет о полной перезагрузке: ведь мы помогаем обрести уверенность и поверить в себя, найти единомышленников и жить на позитиве. Это необходимо. Ведь когда женщина счастлива — счастливы все вокруг.

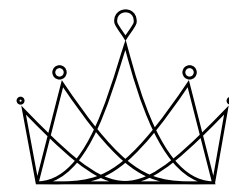
— Поэтому в вашей школе нет никаких возрастных ограничений?

— Действительно, в модельную школу принимаются все желающие от 5 до 75 лет, ведь право на успех есть у каждой. У нас нет ограничений по весу, росту, параметрам. Я и сама никогда не утаивала свои годы — мне 50 с плюсом. Знаете, как говорят: «Когда женщина не скрыва-

- фотопозирование
- актерское мастерство
 - стилистика
 - пластика
- прически и визаж
- энергопрактики
- уход за кожей
- фотосессии
- ораторское искусство
- психология успеха
 - этикет
 - дефиле
- мастер-классы и прочее

ет свой возраст, значит она бессовестно довольна собой!» Уверена, что всю жизнь нужно учиться и развиваться и постоянно делаю это: у меня 4 высших образования. В моих планах — открытие филиалов и в других городах.

Я — номинант премии «Главные женщины 2020», королева московского конкурса «Smart Queen 2020», вхожу в топ-100 успешных леди Томска, обладатель диплома и премии общественного признания «Золотая птица» общественной организации «Деловые женщины России». Сейчас в тренде — естественность, а возрастные изменения — это естественно. Это та красота, которую должен видеть мир, та внешность, которую создает сама жизнь. Спрос на прекрасных зрелых женщин и моделей возрастает, потому что именно это цепляет взгляд и вызывает восхищение: «Она смогла, и я тоже могу быть такой же привлекательной».



NEW MODELS
SCHOOL & AGENCY

тел. 8-903-955-72-07

[maliarenko.natali](https://www.instagram.com/maliarenko.natali)



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



МЕБЕЛЬНЫЙ
ГАРНИТУР
В НАЛИЧИИ

Полный каталог мебели в наличии
на сайте **ANTURAG.NET**

ул. Белинского, 29, тел. 557-700 anturag.net

Мебельный бутик
АНТУРАЖ

На фото: фабрика «Bedding», Италия. Модель «Клуд». Категория ткани «Best».

Ольга Козлитина

ЭКСПЕРТ-СОМАТИПОЛОГ, ПСИХОЛОГ, ИГРОПРАКТИК,
УЧАСТНИЦА СООБЩЕСТВА «ПРО ЖЕНЩИН»

☎ 8-923-413-16-04, ✉ Olga_K_somatipolog

Я эксперт-соматиполог. Соматипология — достаточно молодая наука, созданная врачом-эндокринологом К. А. Шадриним, о влиянии гормонов на телосложение (развитие мышечной, жировой и костной ткани), таланты и способности, характер, подсознательные ценности, склонность к определенным заболеваниям и многое другое.

На консультации у соматиполога можно узнать: соматип, уровень развития, как перейти на новый уровень дохода, о совместимости с партнером или о том, как выглядит ваш идеальный партнер, как быть здоровым и ресурсным, о профориентации.

Консультации для детей помогут раскрыть их таланты, способности, потенциал, особенности характера, определиться с профориентацией для подростков.

Формат консультаций: диагностика при личной встрече/по фото/по видеосвязи + выдача письменного заключения о человеке с индивидуальными рекомендациями для него.



ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

С 1995 года в медицинской лабораторной диагностике, 2005 — диплом факультета психологии ТГПУ с отличием, 2019 — диплом «Эксперта- соматиполога» с правом ведения консультаций.

Достижения

Ведущая трансформационной игры «Купидон», эзотерик.

Хобби

Воспитываю сына, люблю путешествия и природу. Увлекаюсь изготовлением изделий из смолы, чтением книг, финансовыми настольными играми.

Анна Гришкина

ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ И МАСТЕР-ИНТЕЛЛЕКТ-ТРЕНЕР
МЕЖДУНАРОДНОЙ АССОЦИАЦИИ ЛИДЕРОВ SUPER JUMP

☎ 8-913-882-79-71, ✉ anna_grishki

Я интеллект-тренер и сооснователь «Всемирной Ассоциации лидеров Super Jump». Это совершенно новая онлайн-индустрия, бизнес-тренд, запатентованная методика по развитию эмоционального интеллекта человека, которая разрабатывалась около 35 лет. Сейчас она преподается в 65 странах и переведена на 35 языков, в ее развитие вложено более полутора миллионов долларов.

Свое предназначение я осознала, когда прошла свой первый курс Super Jump в Израиле, находясь там на лечении от онкологии. Тогда, на грани жизни и смерти, я не понимала, куда двигаться дальше, потеряла точку опоры. Курс спас меня, придал энергии, сил и желания действовать. Моя миссия — спасти человечество от самоуничтожения, пробудить в людях осознанность, возратить их в момент «сейчас», раскрыть масштабы их личностей.

Моя сверхцель — масштабировать этот проект, создав по всему миру команду единомышленников, которые мечтают помогать другим, быть финансово свободными, иметь свой онлайн-бизнес и постоянно улучшать качество жизни — своей и миллионов людей. Войти в проект может каждый.

Мой принцип: «Все, что происходит у тебя в жизни, — результат твоих мыслей».



ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Сегодня я — часть международного проекта помощи людям по организации лечения в топовых клиниках Израиля. Имею два высших образования: педагогическое и управленческое, свободно владею английским и французским языками.

Достижения

Сотни счастливых людей по всему миру, прошедших у меня курс интеллектуальных тренировок и ставших частью моей команды. Это спасенные жизни людей, обратившихся ко мне и получивших лечение в Израиле.

Светлана Судыко

АРХИТЕКТОР-ДИЗАЙНЕР

📱 svetlana_sudyko_architect 📧 Svetlana_Sudyko_Architect 📞 8-913-810-85-41

Люблю воплощать желания людей в красивом дизайне. Помещение многое говорит о его хозяине, и мне всегда хочется сделать его максимально комфортным для человека. Я долгое время училась и жила в Италии и Германии, и в каждом интерьере стремлюсь передать частичку того, что освоила в разных странах — удобство, элегантность, уют. Всегда стараюсь подружиться с клиентом, добиться взаимопонимания между нами, чтобы в итоге получился именно тот вариант, который хочет заказчик.

Уверена, что дизайнеру очень важно постоянно развиваться и учиться. Я начинала как архитектор, постепенно стала работать над дизайн-проектами. Сейчас мне нравится заниматься дизайном и бизнесом в целом. К тому же я персональный стилист. Мне очень нравится моя профессия, в ней можно постоянно расти и двигаться в разных направлениях.

Работаю в разных стилях — от барокко до хай-тек. С самого начала не всегда до конца представляю, каким в итоге получится дизайн, и тем более захватывающим становится процесс его реализации.



Макияж и укладка: Анастасия Прокаева, тел. +7-963-195-21-01
Локация: ресторан «Сибирь», пр. Ленина, 91, тел. 53-02-02
Платье: шоурум «Марушель», vk.com/marushell_dress

ТОП-ДОСЬЕ

Карьера

Окончила ТГАСУ по специальности «Архитектура» (2011). Кандидат архитектурных наук (PhD в Риме, La Sapienza, 2020), работала в международной архитектурной компании Fuksas в Риме.

Достижения

Победитель архитектурного конкурса «New Ideas of New Century» («Реконструкция Сибирского ботанического сада в г. Томске»). Выиграла единственную в вузе La Sapienza стипендию на обучение для международных студентов.

Хобби

Люблю спорт, путешествия, общение с интересными людьми, с друзьями. Все это создает то состояние, из которого рождаются самые лучшие проекты. Еще одно хобби — конный спорт, с детства люблю лошадей.



Охотники за бухгалтерией

НАША ПОЗИЦИЯ НА РЫНКЕ АУТСОРСИНГОВЫХ УСЛУГ:

1. Регулярно берем на себя инициативу и говорим, что и как лучше сделать. Даже мегаопытный предприниматель не знает всех возможностей и последствий по налогам. Иногда предприниматель может давать некор-

ректные команды — мы не киваем послушно, а экспертно говорим о других вариантах и корректируем вектор.
2. Являемся не просто бухгалтерами, а экспертами. В чем разница? Бухгалтеры фиксируют факты хозяй-

ственной деятельности. Эксперты по налогообложению консультируют, подсказывают, смотрят вперед и помогают планировать. Бухгалтеры ничего не предпринимают, если предприниматель не принес документ, и подают в налоговую рисованные или некрасивые данные. Эксперт умеет добиться получения документа или указать в программе то, что должно в ней быть, и письменно оповестить об этом клиента.

3. Если что-то не удобно или хочется делать иначе — говорим, обсуждаем и внедряем.

4. Мы помогаем клиенту принять сложные решения и рекомендуем одно или другое, консультируя о последствиях.

5. Восстанавливаем учет любой сложности. Даже если бывший бухгалтер вообще ничего не передал.

6. Беремся за любых сложных клиентов: ломбарды, клиенты со всевозможными льготами и их подтверждениями, раздельный учет с бюджетными деньгами. Если с чем-то не сталкивались, готовы разобраться.

7. Не оказываем разовые услуги, берем клиентов на абонентское обслуживание. Разовые услуги не позволяют вникнуть во все процессы и на 100% быть уверенным, что все было учтено.

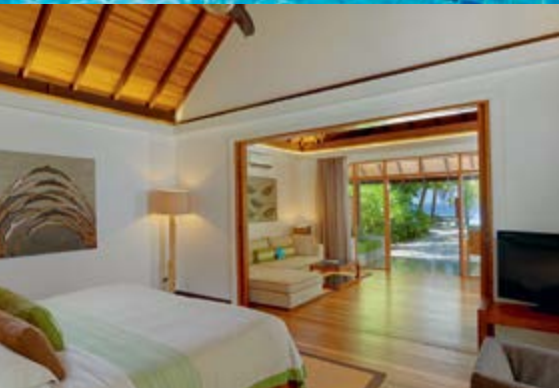
8. В «оборотках» наших клиентов нет красноты, все красиво. Если понадобится кредит, информация в балансах и декларациях для налоговой полностью соответствует информации в 1С и тем данным, которые предоставляем в банк.

9. Любим работать быстро и не спим на ходу.

10. Консультируем. Много. Каждый день. Цена 2000 рублей. Онлайн и офлайн.

БУН.ОХОТНИКИ

пр. Фрунзе, 20, оф. 416,
тел.: 8-952-180-76-37, 8-923-402-67-45,
taplink.cc/buh.ohotniki,
e-mail: Buh.ohotnik@gmail.com



Частная клиника
Генеральный партнер номера

Утопающий в тропической зелени и опоясанный белоснежным пляжем, остров Курумба тепло принимает гостей в свои объятия. Здесь умеют сделать так, чтобы каждый ваш день на Мальдивах стал особенным и незабываемым.

KURUMBA MALDIVES

Мальдивские острова

Кurumba Maldives – это курорт, с которого 50 лет назад началась история Мальдивских островов как региона люксового туризма. Расположенный в 10 минутах на скоростном катере от Мале, он был самым первым среди мальдивских премиальных

отелей. И в это трудно поверить, поскольку благодаря реновациям роскошному, современному курорту Kurumba не дашь и трех лет – все здесь с иголочки. Светлые просторные виллы с бассейнами и выходом на пляж, великолепный фитнес-зал, оборудованный по последнему слову, и роскошный SPA-центр с обширным меню программ для души и тела.

Восемь ресторанов и четыре бара отеля предлагают все кухни мира от классической средиземноморской до экзотической пан-азиатской. Вам запомнятся и изумительные завтраки с видом на море в ресторане Thila, и ужины с невероятным выбором морепродуктов, и танцпол в зажигательном Kandu bar с отличными коктейлями.

Для тех, кто предпочитает не просто нежиться на солнце, курорт предоставляет все виды водных развлечений от парасейлинга и вейкбордов до водных джетов и спортивной рыбалки. А круиз к дельфинам на закате станет чудесным романтическим воспоминанием и подарит прекрасные кадры.



ROZA LUX



ДОМ В ЦЕНТРЕ

ВОПЛОЩЕНИЕ КАЧЕСТВА И АРХИТЕКТУРНЫХ ТЕНДЕНЦИЙ С ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ
ОЧАРОВАНИЕМ ЗАКРЫТОГО ДВОРА И ПОДЗЕМНОГО ПАРКИНГА



ФИНАНСИРОВАНИЕ
СТРОИТЕЛЬСТВА
АО «Банк ДОМ.РФ»



97-8-97-7 sibstars.ru

Застройщик ООО СЗ «Сибирские звезды» Проектная декларация на сайте наш.дом.Рф



Найти формулу творчества

Творческие поиски, открытие в себе художника, попытки найти свой, не похожий на другие, почерк мастера... Те, кто проходит этот путь, чаще всего в определенный момент понимают: он будет бесконечно долгим и трудным, но невероятно интересным и насыщенным. Именно об этом и говорим с художником Анастасией Плотниковой.

Анастасия, роспись тканей для тебя — это сознательный выбор и желание занять определенную творческую нишу, или, как это часто бывает, все решил случай?

— Скорее всего, это была закономерная случайность. (Улыбается.) После окончания художественной школы я много лет не рисовала, а занималась фотографией, организацией мероприятий и поэтическим творчеством.

Как любитель сюрпризов, решила подруге на день рождения расписать джинсовую безрукавку. Она обожает тропических птиц, и я нашла изображение фламинго, сделала с ним композицию, купила акрил для ткани. И после этого понеслось. Оказалось, что кастом одежды существует давно, и с каждым годом только набирает обороты. Меня сильно привлекает то, что в этом направлении нет ограничений — ты можешь опираться на классику или делать «дикие» авторские работы.

— Твои работы подпитываются ведь и экологическими идеями?

— Недавно я была на беседе про экологию. Там приводились очень страшные, до мурашек, цифры — сколько тратится сырья, природных ресурсов на производство одежды. Кастомизация помогает снизить потребление одежды — это ее первая функция. Вторая функция — это реализация идей. Я пока делаю арты по референсам, а вот настоящие «безумные» художники настолько талантливо придумывают новые идеи, которые встают в один ряд по значимости со знаменитыми шедеврами.

— Судя по тому, как активно ты проводишь мастер-классы, искусство росписи востребовано и популярно?

— Оно интересно многим, потому что пока еще не стало мейнстримом и способно удивлять. А еще благодаря особой технологии рисовать может даже тот, кто никогда этого не делал. Ко мне на мастер-классы приходят дети-дошкольники, пенсионеры, молодые мамы в декрете, художники. С одной девушкой мы даже сделали уже совместную коллекцию на тему Сибири — это работы, пропитанные мистикой тайги и сибирских рек. Была еще коллаборация с томским авторским брендом, также связанная с сумками-шопперами. Мы использовали «ботаническую» тему, и это стало определенным вызовом. Во-первых, ранее я не работала с темой растений, а показать их нужно было близко к натуральным, и во-вторых, одна из них была в акварельной технике.

Непростым в моральном плане для меня стал еще один проект: мы переносили на футболки рисунки воспитанников детских домов. Их работы не похожи друг на друга — от простых аниме-изображений до мрачных и сложных картинок. Все делала в сжатые сроки: за один-два дня 10-13 футболок.



КАСТОМ одежды существует давно, и с **КАЖДЫМ** годом **ТОЛЬКО** набирает **ОБОРОТЫ**



ПРИЗВАНИЕ

Потом мы для этих ребят провели еще и мастер-класс, показали технику выполнения росписи — им очень понравилось.

— *Что подтолкнуло тебя обратиться еще и к росписи стен?*

— Большой формат всегда притягателен: это же настоящий во всех смыслах простор для автора. Плюс я поучаствовала в конкурсе «Ван Гог в гостях у Гауди», где мы расписывали столбы, используя мотивы великих художников, это стало определенным выходом за рамки. Удалось пощупать новую поверхность, поработать на высоте, с другими материалами, даже мозаику из цветного стекла сделала.

Больше всего запомнились две мои работы — портрет Стива Джобса и сотрудничество со «Зверокафе», где я сделала сразу несколько крупных артов — фиолетовую кислотную лягушку, влюбленную улитку, компанию котов, а лестничный пролет дополнила следами зверюшек. Пока рисовала их, было много теплых моментов — одна из кошек садилась на плечо, а еноты так и норовили перевернуть краску, потом пол был в разноцветных следах. На время росписи ты становишься гостем места, в котором рисуешь.

Были и неприятные моменты — одну мою настенную картину сильно «подредактировали», изменили стиль из графики на реализм, а другую вообще решили стереть. В тот момент я думала, что заброшу все и не буду больше рисовать. Но потом решила, что нужно просто брать заказы, которые тебе под силу, идти от простого к сложному, изучать тему, практиковаться, не бояться отказываться от предложений, общаться с людьми, которые на одной волне с тобой.

— *Что нужно, чтобы отличаться от других художников?*

— Думаю, что важно научиться через художественные образы и приемы показывать свой характер, нести свои смыслы и ценности. Тут важно, чтобы была своя «фишка» в содержании или в форме. Если говорить про форму, пока чаще использую стиль, напоминающий импрессионизм. Сейчас я в активном поиске: пробую разные техники, что-то придумываю, миксую. Считаю, что стопроцентно уникальным артом, никого и ничего не повторяющим, у меня получился портрет друга в акварельной технике — тотем в виде черепахи и корабль. Близкие люди и друзья вдохновляют меня на эксперименты в творчестве.

— *Какой совет ты бы могла дать начинающему художнику?*

— Начинай! (Улыбается). Для любого дела я бы дала один совет — больше практики. Сама использую такой подход. Не надо бояться ошибок, ведь часто твои ошибки могут стать изюминкой!

 feyerichnaya_n,  +7 923 429-55-51



БЛИЗКИЕ ЛЮДИ и друзья
ВДОХНОВЛЯЮТ меня на
эксперименты в ТВОРЧЕСТВЕ



ХОТИТЕ УВИДЕТЬ СВОЮ КОМПАНИЮ
НА СТРАНИЦАХ СЛЕДУЮЩЕГО
НОМЕРА ЖУРНАЛА **THE MOСТ?**

Свяжитесь с нами удобным для вас способом

 altmaer@rde.ru  (3822) 52 10 01

Открывайте с нами современный Томск

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



Полная презентация проекта

В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

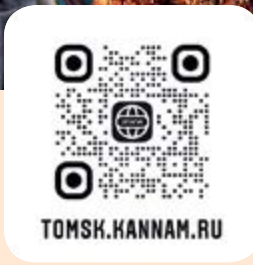
ПОДРУЖКА НЕВЕСТЫ
Центр красоты

Аппаратные и ручные программы коррекции фигуры, моделирование овала лица, нейроседативный массаж, тейпирование.



KANNAM CHICKEN
Кафе и доставка

Попробуйте все 7 вкусов легендарной корейской курочки, покорившей Азию, а также другие популярные хиты панзиатской кухни.



ПОСЕЛОК МЕЖДУРЕЧЬЕ
Земельные участки

Земельные участки от 10 соток на берегу реки Томь и Тугояковна в 20 км от Томска. Вода, электричество, асфальтированная дорога.



ЛОФТ
Студия вкуса

Кейтеринг для любых мероприятий. Кафе. Кулинарные мастер-классы и впечатления для всей семьи! С нами вкусно и уютно.



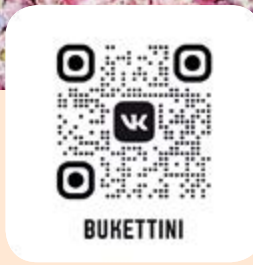
MY ALLUSION
Свечи и декор для дома

Ароматные свечи и декор ручной работы создадут непередаваемую атмосферу в вашем доме.



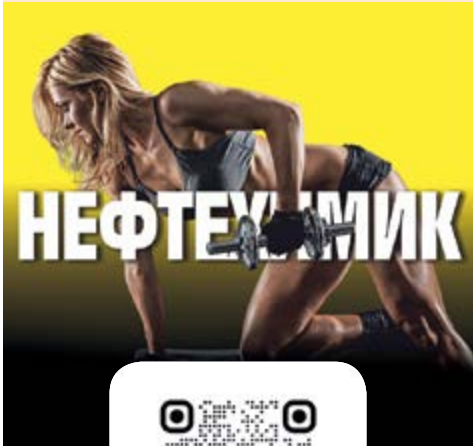
BUKETTINI
Мастерская вкусных подарков

Съедобные букеты и боксы из шоколадных цветов, клубники в шоколаде, морепродуктов, сухофруктов — из всего, что душа пожелает.



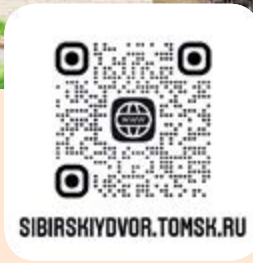
НЕФТЕХИМИК
Спортивный комплекс

Два тренажерных зала, более 15 направлений групповых программ, игровая площадка для командных игр и баня на дровах. С нами спорт доступен каждому!



СИБИРСКИЙ ДВОР
База отдыха

Отдых в любое время года вдали от суеты, рядом с лесом и озером. Дом, баня, мангал, беседка, сибирский чан и бассейн.



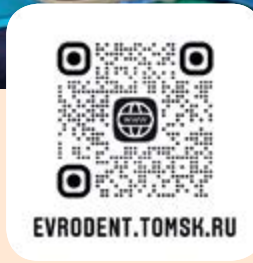
ЗОЯ РОМАНОВСКАЯ
Уход, прически, макияж

Основатель Кудри Бар. Стойкие укладки, потрясающие образы для свадеб, съемок и других мероприятий.



ЕВРОДЕНТ
Сеть медицинских центров

Качественные, современные и доступные стоматологические и косметологические услуги. Индивидуальный подход, современное оборудование и технологии.



OPTISSIMO
Салон оптики

Эксклюзивные коллекции оправ и солнцезащитных очков от мировых брендов. Новый интерьер, новые коллекции, новые бренды.



THE MOST
Интеллектуально-деловое издание

Третий номер журнала о жизни Томска выйдет уже в декабре, но у вас еще есть возможность стать его героем и рассказать о себе и своем проекте или бизнесе.



В СВЯЗИ С НАЛИЧИЕМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ



Полный фотоотчет
с фестиваля
«ЕСТЬ!»

БЫЛ, «ЕСТЬ!» И БУДЕТ!

26 и 27 августа в Томске на площадке у ТРК «ЛЕТО» и ЦИР «Оранжевое небо» прошел фестиваль городских ресторанов «ЕСТЬ!».

Масштаб события поражает: на площади в 5000 кв. м гости фестиваля могли попробовать блюда 44-х ресторанов Томска, Новосибирска и Кемерово. Также была выделена отдельная зона для 5 фудтраков — новинка этого года. За 2 дня мероприятие посетили 60 тысяч человек из Томской области и соседних регионов!

Два дня на площадке работали 13 открытых грилей, где с невероятной скоростью сменяли друг друга сочные брискетты, котлеты для бургеров, начинки для тако и другие хит-позиции самого масштабного гастроинвента Томска. Работали 25 маркетов, где можно было приобрести посуду, текстиль для кухни, микрозелень, выпечку, карамель, свечи, изделия ручной работы, украшения и многое другое.



Помимо «хлеба», для гостей фестиваля была организована насыщенная программа самых разных «зрелищ» и полезных активностей. Мастер-классы, лекции, кофейные чемпионаты для профессионалов и соревнования по лепке пельменей и поеданию фастфуда для любителей-авантюристов, детская зона в 200 кв. м. На церемонии открытия фестиваля вместо традиционной красной ленточки главные организаторы вместе с врио губернатора Томской области и и. о. мэра Томска разрезали огромный 10-метровый хот-дог и угостили им всех желающих. Фестиваль городских ресторанов «ЕСТЬ!» 2022 — дело рук команды из 25 организаторов, которые три месяца днем и иногда ночью на волонтерских началах готовили настоящий гастрономический праздник для жителей и гостей города, который они любят всей душой.

Фестиваль «ЕСТЬ!» и будет! Ждите анонса в 2023 году.





У «ПОДРУЖКИ» ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ!

16 сентября Центр моды и красоты «Подружка невесты» отметил свое десятилетие. По традиции, команда в этот день на праздничном собрании подвела итоги своей работы, а руководители Центра провели церемонию награждения сотрудников. Специально приглашённые гости из Show Today значительно повысили градус общего веселья. Уже с 12 часов в «Подружка» встречала гостей шампанским, подарками и розыгрышем лотереи от партнёров и друзей центра.



Фото: Дмитрий Кузьменков.

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера



ПОДАРКИ

Арт-бутик «**Русский Шарм**», ул. Никитина, 99, тел. +7-961-098-19-33



ОДЕЖДА И ОБУВЬ

Магазин верхней одежды «**AnyOne**», ТРЦ «Лето», ул. Нахимова, 8, стр. 13, тел. 50-10-77 / Магазин женской одежды «**Daisyknit**», ул. Беленца, 9/1, тел. +7-952-888-66-69, daisyknit.ru / Салон мужской одежды «**Premier-V**», ул. 79-й Гв. дивизии, 24, ТЦ «Радуга», ул. Интернационалистов, 17/1 / Ювелирный салон «**Sbleskom**», ул. А. Беленца, 9/1, 2-й подъезд, 2-й этаж, sbleskom.ru, vk.com/sbleskomru / Сеть оптик «**Живой взгляд**», тел. 93-42-88 / Модная галерея «**Anteprima**», ул. Никитина, 99, anteprima.ru / Меховой салон «**Березка**», ул. Красноармейская, 122 г, тел. 56-15-39 / Салон «**Kashemir luxury**», ул. Красноармейская, 120/1, тел. 55-70-60 / Оптика «**Optissimo**», пр. Фрунзе, 40, тел. 52-93-69, ellikon.ru



КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

Консультант по грудному вскармливанию и уходу **Полина Иванова**, тел. +7-923-444-25-30, spokoynomama.ru / Школа фридайвинга «**Вдохновение**», ул. Ф. Лыткина, 12/1, тел. +7-983-230-0565, freediving.tomsk.ru, vk.com/freediving.tomsk / Эксперт-соматиполог, психолог, игропрактик **Ольга Козлитина**, тел. +7-923-413-16-04, t.me/olga_k_somatipolog / Центр красоты и SPA «**Melagrano**», пр. Фрунзе, 119 е, тел.: 245-000, +7-913-850-92-40, melagrano.tomsk.ru / Хирургия, поликлиника, косметология «**Первая частная клиника**», ул. Пушкина,

16, пер. Макушина, 14 б, тел. 65-16-50, 1klinika.ru, t.me/chastna1 / Мастер-студия «**Beauty**», ул. Киевская, 15, тел.: 26-05-98, 24-99-13, beautystudio.tomsk.ru / Клиника антивозрастной медицины и научной косметологии «**Идеале**», пр. Ленина, 110, тел. 908-988, ideale70.ru / Центр восточной медицины «**Аксиома**», ул. К. Маркса, 36, тел.: 25-28-28, 51-08-29, vk.com/axiomatomsk, shaposhnikov.online / **Центр лазерной косметологии доктора Некрасовой**, ул. Кулагина, 6 д, тел.: 50-32-50, 607-605, nekrasova.003doctor.ru, vk.com/public211403003 / **Центр здоровья кожи и волос доктора Язвенко**, ул. Кулагина, 6 д, тел. 607-605, WA: +7-913-820-19-50, yazvenko.003doctor.ru, t.me/centr_yazvenko / International Medical Center «**Multi Clinic**», ул. Сибирская, 9/1, 3-й этаж; ул. Белинского, 20 а, тел. 901-941, multclinic.ru / Стоматологическая клиника «**Cosmodent Kids**», пр. Фрунзе, 16, тел. 48-41-20, cosmodent.su, vk.com/cosmodent / Стоматологическая клиника «**Эликсир Премьер**», ул. Шевченко, 15, тел. 900-888 / Стоматологическая клиника «**Cosmodent**», Иркутский тр. 5, тел. 48-14-17, cosmodent.su, vk.com/cosmodent / Медицинский центр «**EuroDent**», ул. Киевская, 15, ул. Герасименко, 1/6 тел.: 30-95-98, +7-913-850-95-98, evrodent.tomsk.ru / Clinic & SPA «**Живой стиль**», ул. Гоголя, 55, тел. 468-468, livelystyle.ru, t.me/livestyle, vk.com/livestyle / Магазин косметики и парфюмерии «**Beauty buffet №5**», пр. Ленина, 133 а, тел. +7-953-914-90-05, vk.com/beautybuffet5 / Многопрофильный медицинский центр «**Том Терра**», ул. Яковлева, 15, тел.: 77-03-03, 777-100, terra-медика.pф, skenarpride.ru, vk.com/terra_medica, vk.com/skenar_pride / Инновационная косметовтика «**Мирако**», официальный представитель

Адреса *в Томске*

косметики Pleuana и V45, пр. Комсомольский, 70, оф. 311, тел.: 23-57-51, +7-913-812-79-20 / Центр моды и красоты «**Подружка невесты**», ул. Гоголя, 55, тел. 444-777, WA: +7-906-199-66-19, topnevesta.com vk.com/topnevesta_salon / Стилист-визажист **Наталья Арнягина**, тел. +7-923-436-79-10 / Клиника **Доктора Варлачевой**, пр. Кирова, 35, тел. 33-02-23, varlacheva.ru / Стилист-визажист **Полина Горева**, WA: +7-923-441-13-11, vk.com/makegoreva / Компания «**Премиум К&М**» официальный дистрибьютор Janssen cosmetics, тел.: 46-88-08, +7-952-886-06-35, vk.com/janssentomsk, t.me/PremiumKM_Tomsk / Салон традиционного тайского массажа «**Thai Time**», ул. Алтайская, 8/3, ул. Студенческая, 4, пр. Комсомольский, 59, тел. 936-126, thai-tomsk.ru / Услуги рефлексотерапевта ЛКЦ «**Рефлекс**», ул. Герцена, 68, стр. 2, 3-й этаж, тел. 50-40-66 / Центр стоматологии «**Эликсир**», ул. Белинского, 18, тел. 908-800, eliksirtomsk.ru



ДОМ И ИНТЕРЬЕР

Жилой комплекс «**Salt park**», тел.: 90-77-00, 90-02-79, saltpark.ru, vk.com/saltpark / Интерьерный салон «**Maestro**», ул. Красноармейская 18, тел.: 99-88-01, 99-89-01, maestro.tomsk.ru / Архитектор-дизайнер **Светлана Судыко**, WA: +7-913-810-85-41, vk.com/svetlana_sudyko_architect, t.me/svetlana_sudyko_srchitect / Мебельный бутик «**Антираж**», ул. Белинского, 29, тел. 557-700, anturag.net / Торгово-монтажная компания «**Красивый дом**», пр. Ленина, 169, тел. 22-00-54, +7-903-955-00-54, kdtomsk.ru, vk.com/kd_tomsk, t.me/kdtomsk / Первый дом класса «**City comfort**» в самом центре Томска «**ROZALUX**», ул. Розы Люксембург, 96, тел. 97-89-

77, sibstars.ru / Торговая компания «**Комплект**», ул. Ракетная, 4 в, тел. 274-245 / Художник **Анастасия Плотникова**, vk.com/feyerichnaya_n, WA: +7 923 429-55-51



РЕСТОРАНЫ, ЕДА, ДОСУГ

Банкетный дом «**Премьер**», Академгородок, ул. Королева, 3, тел. +7-903-955-20-49 / Ресторан паназиатской кухни «**Бамбук**», ул. Гагарина, 2, тел. 526-111, positiveeating.ru / Сомелье **Татьяна Большунова**, тел. +7-923-405-83-21, t.me/divina_tomsk, vk.com/id437706331



ОБРАЗ ЖИЗНИ

Финансовые услуги «**Бухгалтер**», пр. Фрунзе, 25, оф. 803, тел. +7-913-817-25-19, buh70.ru, vk.com/tomsk09a / Предприниматель и мастер-интеллект-тренер, международной ассоциации лидеров Super Jump **Анна Гришкина**, тел. +7-913-882-79-71, t.me/anna_grishki / Компания бухгалтерских услуг «**БУХ.ОХОТНИКИ**», пр. Фрунзе, 20, оф. 416, тел.: +7-952-180-76-37, +7-923-402-67-45, taplink.cc/buh.ohotniki, e-mail: buh.ohotnik@gmail.com / Компания по разработке проектно-сметной документации «**IPROject+**», ул. Набережная реки Ушайки, 18 б, 2-й этаж, тел. 90-38-68, iproject70.ru / IT-компания «**iFellow**», пр. Фрунзе, 103, тел. 99-02-34, ifellow.ru / Немецкая химчистка «**BÖWE**», ул. А. Иванова, 3, тел. 424-098, bowe.ru / School & Agency «**New Models**», тел. +7-903-955-72-07, vk.com/maliarenko.natali, vk.com/new.models.tomsk / Страховая компания «**Росгосстрах**», ул. Набережная реки Ушайки, 4 а, тел. +7-800-200-99-77 / Школа танцев «**Томь**» и «**Томь kids**», пр. Ленина, 151/1, стр. 1, тел. +7-953-912-09-45

Астропрогноз

Первая
ЧАСТНАЯ КЛИНИКА
Генеральный партнер номера

СКОРПИОН 23.10-21.11

В начале осени планеты поддержат Скорпионов буквально во всем! Марс и Плутон позаботятся о вашем положении в обществе и финансах, а Сатурн будет приглядывать за делами в офисе и за спокойствием в семье.

СТРЕЛЕЦ 22.11-21.12

Этой осенью вам не придется придумывать себе развлечения, потому что за вас это сделает ваша вторая половинка. А если счастливчик еще не нашел вас, то в октябре внимательно смотрите по сторонам: быть может, тот самый человек где-то рядом!

КОЗЕРОГ 22.12-19.01

Грандиозные планы на год построены. Осталось самое любимое для Козерога – дисциплинированно следовать расписанию. Когда мотивация будет ослабевать, используйте воображение: представьте, что впереди финишная прямая, на которую выйдут только самые стойкие. А победителям всегда полагается награда.

ВОДОЛЕЙ 20.01-18.02

Не бойтесь принять вызов! Задача, за которую вы возьметесь в октябре, может оказаться сложнее, чем вы предполагали. Проявите упорство и будьте терпеливы. Вы не только блестяще справитесь, но и сможете привлечь новых союзников.

РЫБЫ 19.02-20.03

Да, самокритичность – ценный инструмент, но напоминать себе о своих лучших качествах тоже важно. Посвятите осенний вечер размышлениям о том, в чем вы добились успеха, начните читать мотивирующую книгу, которую уже давно рекомендует подруга. Помните, ваши сильные стороны – это зона роста.

ОВЕН 21.03-19.04

Напористым Овнам в октябре 2022 года однозначно не стоит

гнать лошадей. Причем речь идет не только о работе или бизнесе, но и о жизни личной. Притормозите – не прогадаете!

ТЕЛЕЦ 20.04-20.05

Время поднимать планку! Под таким девизом пройдет октябрь 2022 года у Тельцов. С вашей трудоспособностью, талантами и смелостью вы можете добиться многого, нужно только научиться адекватно себя оценивать и правильно ставить цели.

БЛИЗНЕЦЫ 21.05-20.06

Для Близнецов сентябрь станет месяцем прозрения. Медитация, духовные практики, сеансы у психотерапевта – выбирайте то, что подходит именно вам, чтобы выяснить свои истинные желания и отделить их от намерений, навязанных извне.

РАК 21.06-22.07

Богатый событиями октябрь не даст Ракам вести спокойное и размеренное существование. Придется пересмотреть некоторые планы и по-другому взглянуть на перспективы. И не забывайте, что позитивно воспринятая перемена – это всегда шанс.

ЛЕВ 23.07-22.08

Львы, не спешите сообщать собеседнику все, что вы о нем думаете. Во-первых, так недолго и врагов нажить, а во-вторых, вы же потом передумаете! К концу месяца горячность сменится спокойствием и ощущением полной гармонии.

ДЕВА 23.08-22.09

Порой вам кажется, что коллеги говорят на неведомом языке, и чтобы они вас поняли, вам нужен электронный межгалактический суперпереводчик. Что ж, может быть, вместо того чтобы говорить, вам стоит просто внимательно послушать? Взаимопонимание восстановится без посторонней помощи.



Кольцо
Parure Atelier

Весы 23.09- 22.10

Весы в ударе и готовы к решительным действиям – как в карьере, так и на любовном фронте. Не теряйте запала, но будьте осмотрительны и постарайтесь не наломать дров. Успешным будет освоение новых знаний и навыков – будь то онлайн-тьюториал, кулинарный мастер-класс или уроки иностранного языка, за который вы давно мечтали взяться.



Мебельный бутик
АНТУРАЖ

Полный каталог мебели в наличии
на сайте **ANTURAG.NET**

ул. Белинского, 29, тел. 557-700 anturag.net

ДОРОГОЕ

УДОВОЛЬСТВИЕ

15 ЛЕТ
В ТОМСКЕ

ROZALUX RETROCITY

SIBDEVELOPMENTGROUP

ГРУППА МЕДИЦИНСКИХ КЛИНИК

РОЗЫ ОТ МОРОЗОВОЙ КИРА И Я

MELAGRANO

РУССКИЙ ШАРМ

SALT PARK

ПЛАНЕТА ZOO

ТОМ ТЕРРА

IFELLOW

ЛЕТО

ЭЛИКСИР

АНТЕРПРИМА

КЛИНИКА ДОКТОРА СПИРИНОЙ