

№187 МАЙ 2025

МОДНЫЙ

— Г О Р О Д —



ГОРОД В ЛИЦАХ
Интервью с теми,
кто всегда на слуху

НА ЗАМЕТКУ К ЛЕТУ
Составляем ту-ду лист для
подготовки к летнему сезону

Дмитрий Фомкин, Ульяна и Артём Сокол

PIMS — НОВЫЙ ОБЪЕКТ ТВОИХ STORIES

* сторис



Рекламно-информационное издание



ЖК «ПРЕСТИЖ»

УЛ. СЕДОВА/УЛ. МАКАРЕНКО

- ✓ РАЗВИТАЯ ИНФРАСТРУКТУРА
- ✓ БЕЗОПАСНОСТЬ И ПРИВАТНОСТЬ
- ✓ ЗАКРЫТАЯ ТЕРРИТОРИЯ
- ✓ ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ОТОПЛЕНИЕ
- ✓ ТРАНСПОРТНАЯ ДОСТУПНОСТЬ
- ✓ ПРОСТОРНЫЕ ПЛАНИРОВКИ



Во дворе и рядом много детских площадок



В шаговой доступности новый современный детский сад

КОМФОРТ В ДВУХ ШАГАХ ОТ ПРОСПЕКТА ЛЕНИНА



специализированный застройщик
ПрестижСтрой

ВИДЕОЭКСКУРСИЯ ПО ЖИЛОМУ КОМПЛЕКСУ ДОСТУПНА ПО QR-КОДУ:

ОФИС ПРОДАЖ:

📍 г. Тула, ул. Макаренко, 32, пом. 114

☎️ [prestizhtula](https://www.prestizhtula.ru) 🌐 [prestizhtula](https://www.prestizhtula.ru) 📧 prestizhtula.pf

+7 (4872) 77-00-55

+7 919 085-32-33

+7 991 355-24-57



*Фитнес в лучших
традициях!*



ГОГОЛЬ

ФИТНЕС - ЦЕНТР

Фитнес-центр
ул. Гоголевская, 45а
www.gogol-fit.ru
52-52-05



ИРИНА ПШОНКИНА,
главный редактор
«Модный Город»
iren_mirra



В последнее десятилетие набирает обороты тренд на экологичность во всех сферах жизни. И этот термин давно перестал ассоциироваться исключительно с бережным отношением к природным ресурсам. Выбор шоперов вместо пакетов, утилизация мусора, производство чего угодно из переработанного пластика... Искренне надеюсь, что это стало частью жизни многих из нас. Экологичные отношения и поведение — то, к чему мы сегодня стремимся сами и чего ожидаем от окружения. Этот масштабный тренд теперь активно вошел и в наши рабочие будни. Причем речь идет именно об экологичном отношении компании к своим сотрудникам и клиентам, а также об экологичном лидерстве руководителя.

Видов лидерства сегодня множество: демократическое, трансформационное, транзакционное, аутентичное (как раз его часто называют этичным или экологичным). Его отличает бережное отношение к сотруднику — когда бизнес выстраивается не любой ценой, а через призму заботы о людях, стремление к инновациям, честности и открытости. Если вы руководитель и узнали свою компанию, тогда вас можно поздравить, ведь экологичное лидерство точно делает этот мир лучше. А не к этому ли мы все должны стремиться?

На обложке майского номера — команда креативных, энергичных молодых людей, открывающих в Туле PIMS — это новый формат напитков из чая и натуральных ягод, достойная альтернатива кофе. PIMS изначально создавался для тех, кто любит пробовать новое, открыт миру и яркому опыту, а также для тех, кто следит за своим здоровьем, что вполне соответствует тренду на экологичность. Сейчас PIMS не заканчивается лишь напитком, а представляет собой креативное комьюнити единомышленников и стремительно покоряет Россию и мир.

Фотограф: Алена Могорина

МОДНЫЙ
Г О Р О Д

18+

Тула, №187
май 2025 г.



«Модный город» является обладателем знака отличия первой степени Всероссийского конкурса «Золотой фонд прессы – 2018».

Бесплатный рекламный журнал «Модный город Тула».
Учредитель и издатель ООО «Слобода».
Генеральный директор Алексеева Т. В.
Контент-редактор Романова Е. А. Главный редактор Пшонкина И. А.
Специалисты по рекламе: Рыжова В. А., Демидова Д. Д., Ляпина В. В.,
Казакова Е. И. Дизайнер: Рамазанова И. С.

✉ modniygorodtula

По вопросам размещения рекламы обращаться по тел. 57-07-07, доб. 260.

Адрес редакции и издателя: 300026, Тула, пр. Ленина, 116. Тел./ф (4872) 57-07-07.
Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тульской области (ПИ №ТУ 71-00106 от 13.08.2009). Периодичность выхода: 1 раз в месяц.
Отпечатан в типографии ООО «ПОЛИГРАФИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС»:
125315, г. Москва, вн.тер. г. Муниципальный Округ Аэропорт, ул. Часовая, дом 28
Время подписания в печать по графику – 15.00. Фактически – 15.00.
Заказ 61/Т2025. Тираж 5 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 30.04.2025.
Использование материалов без согласия авторов и редакции запрещено.

unIQUE

макросъёмка радужки глаза

📍 **ТУЛА, СОВЕТСКАЯ, 8**

Загляните во вселенную своих глаз

Взгляд каждого – это произведение искусства. Студия макросъёмки радужки глаза unIQUE – новое пространство в центре Тулы – готово вам это продемонстрировать. Именно здесь искусство соседствует с изобретательством и гением инженерной мысли, а индивидуальность и красота оказывается на пьедестале. Макросъёмка раскрывает завораживающую структуру радужки глаза: линии, текстуры, цвета – то, что скрыто от повседневного взгляда. Это не просто фото – это отражение вашей неповторимости. Мы превратим фрагменты вашей уникальности в арт-объект, который станет символом связи, памяти и стиля. Индивидуально. Эстетично. Вневременно.

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ФОТОСЪЁМКИ - 30 МИН.



- ПАРНОЕ ФОТО
- ХОЛСТЫ
- СУВЕНИРЫ
- ФУТБОЛКИ

📍 **СОВЕТСКАЯ, 8**

ПН-ПТ 12.00-20.00 / СБ-ВС 10.00-20.00

☎ **8(4872)555-007**

предварительная запись

🌐 **unique-iq.ru**



PIMS: НОВЫЙ ОБЪЕКТ ТВОИХ STORIES!

* СТОРИС



Продюсер: Ирина Пшонкина igel_miga, Фотограф: Егор Конабец евeгоphoto

СОВСЕМ НЕДАВНО ТУЛА УСЛЫШАЛА ПРО PIMS – НОВЫЙ ФОРМАТ НАПИТКОВ, КОТОРЫЙ ОБЕЩАЕТ СТАТЬ ДОСТОЙНОЙ АЛЬТЕРНАТИВОЙ КОФЕ. О ТОМ, КАК РОДИЛАСЬ ИДЕЯ, ПОЧЕМУ ВЫБОР ПАЛ НА ДЕЛОВОЕ ПРОСТРАНСТВО «СОЮЗ» И ЧЕМ PIMS ПОКОРИТ ТУЛЯКОВ, МЫ ПОГОВОРИЛИ С ПАРТНЕРАМИ И ВЛАДЕЛЬЦАМИ ФРАНШИЗЫ В ТУЛЕ ДМИТРИЕМ ФОМКИНЫМ И АРТЁМОМ И УЛЬЯНОЙ СОКОЛ.

– Совсем недавно вы анонсировали открытие PIMS в Туле. Как появилась идея подарить городу новый формат напитков и почему именно в «Союзе»?

Дмитрий: Я все время в поиске, не сижу на месте. В какой-то момент просто решил посмотреть, какие новые пространства открываются в «Союзе». Менеджер по аренде показала мне помещения и, между делом, упомянула, что мои друзья, тульские рестораторы, как раз запускают там классную кофейню. Я доверяю их профессионализму и сразу думаю: «Если они выбрали эту локацию, значит, всё просчитано, и место действительно перспективное». Тут же позвонил Артёму, с которым когда-то обсуждали похожий проект, и поняли – вот оно. Так и родился PIMS.

– Как быстро реализовалась идея? Долго ли согласовывали франшизу?

Артём: Все произошло стремительно! Мы записали видеопрезентацию, отправили заявку, и вскоре нас пригласили в московский офис PIMS. Нас быстро утвердили, и мы перешли к дизайн-проекту. Кстати, его полностью разрабатывает сам бренд – и, поверьте, в Туле это будет одна из самых стильных точек общепита!

– Ажиотаж вокруг открытия уже чувствуется. Когда ждать первую точку PIMS и чем примечательна локация?

Артём: Сейчас мы в активной стадии ремонта и уже в начале июня устроим громкое открытие! Локация у «Союза» действительно классная – центр города, рядом кластер «Октава», торговые центры, новый квартал с ресторанами и бутиками. Свободных площадей в таком месте почти не бывает, а тут – целый новый квартал, который точно станет точкой притяжения.

– Для тех, кто ещё не знаком с PIMS, объясните, что это за напитки и в чём их фишка?

Ульяна: PIMS – это ферментированный чай с добавлением свежих фруктов, фирменного крема или шариков тапиоки. Это не просто напитки to go, а целая культура: яркие вкусы, натуральные ингредиенты, никаких искусственных стимуляторов. У нас есть два вида крема – сливовый Salty и кокосовый Сосо (безлактозный), которые дополняют вкус. Каждый найдёт свой любимый вариант – от освежающего ягодного микса до нежного десертного сочетания.

– Получается, это освежающий напиток, а почему тогда его называют альтернативой кофе?

Дмитрий: PIMS обладает тонизирующим эффектом, который длится на протяжении всего дня. К тому же некоторые напитки можно приготовить горячими, как кофе.

– Пока мы собираемся на открытие PIMS, дайте ТОП-3 ваших любимых напитков, которые мы обязаны попробовать в ближайшее время :)

- Дмитрий: BERRIES X BERRIES, TROPICAL VIBES и COLD BREW TAPIOCA
- Ульяна: MOMO, MILKY & MATCHA CREAM (на банановом молоке!) и ALL IN
- Артём: MOMO, GABA CREAM и ALL IN*

С нетерпением ждем открытия новой модной точки и уверены, что у PIMS появится много искренних фанатов!



Фридриха Энгельса, 1,
деловое пространство «Союз»

Юлия Морозова: Я – ГЕНЕРАТОР ВСЕГО НА СВЕТЕ!

ЯРКАЯ, ХАРИЗМАТИЧНАЯ И БЕСКОНЕЧНО ОБАЯТЕЛЬНАЯ ЮЛИЯ МОРОЗОВА – НЕ ПРОСТО БЛОГЕР, А НАСТОЯЩИЙ ГЕНЕРАТОР ИДЕЙ, ВДОХНОВЕНИЯ И ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ. ЕЕ СОЦСЕТИ – КАЛЕЙДОСКОП ЯРКИХ КАДРОВ, РЕКОМЕНДАЦИЙ И МОМЕНТОВ ЖИЗНИ, ГДЕ КАЖДЫЙ ПОСТ СОБИРАЕТ СОТНИ ЛАЙКОВ, А ПОДПИСЧИКИ ПРИЗНАЮТСЯ: «ПОСЛЕ ТВОИХ СТОРИС ХОЧЕТСЯ СВЕРНУТЬ ГОРЫ!»

Как ей удастся создавать контент, который заряжает энергией? Где черпать идеи, когда вдохновение на нуле? И какие бьюти-ритуалы помогают ей всегда выглядеть безупречно?

– Юлия, ты – популярный блогер, инфлюенсер. Расскажи, как решила вести блог? Как быстро стала набирать аудитория?

– Все началось давно и спонтанно. Как только появилась соцсеть, я просто смотрела публикации, сама ничего не выкладывала. А потом включилась, и как-то пошло: первые 2, 4, 6 тысяч... Люди сами подписывались, я для этого не прикладывала никаких усилий. С ростом аудитории пошли конкурсы, реклама, гивы, подарки и розыгрыши. Профиль вырос до 40 000. Сейчас у меня новый профиль, начатый с нуля. Он уже не такой личный и семейный, скорее, мой личный life и street style, и тоже стабильно развивается.





– Как думаешь, в чем залог успешности профиля?

– Сегодня тенденция на «выглаженные», красивые, идеальные по картинке профили, которые, как Pinterest, цепляют взгляд. Всем хочется красивого контента, это привлекает внимание, и люди подписываются. Но без души и искренности такой профиль все равно долго жить не будет. Всем хочется эмоций. Правильное сочетание эстетики, цветов, оттенков и частички души самого человека, его искренности, улыбки – залог успешного профиля.

– Где черпаешь вдохновение для создания контента?

– В мире интернета, блогеров, соцсетей. Сейчас не нужно придумывать что-то невероятно уникальное, все снимают похожие тренды. А стиль – это насмотренность в первую очередь. Чем больше вы подписаны на блогеров, стилистов, дизайнеров, разбираете их образы, тем легче потом самому составлять классные сочетания и луки.

– Ты не просто инфлюенсер, а красивая девушка, жена и мама. Поделись секретом, как все успевать и не выгорать?

– Да! Я не просто инфлюенсер, мама и жена, я вообще просто генератор всего! Генератор мероприятий, поездок, идей, сборов с друзьями вечером. Все уже привыкли, что я – массовик-затейник, который все придумает и всех соберет. В чем секрет – не знаю, такой я родилась, не люблю сидеть дома, грустить. 90% своего времени я – солнце, энергия и заряд. Мне нравится творить, зажигать людей, быть в центре. Наверное, я боюсь угаснуть, поэтому мой личный генератор вырабатывает эту энергию, чтобы я не потухла :)



– Говоря о красоте, каким процедурам ты отдаешь предпочтение? Какие из них твой musthave?

– Во всем главное – постоянство. Если ходим к косметологу, то ходим к нему постоянно. Не один раз в год пришли и сделали одну процедуру, чтобы помолодеть на 15 лет. Нет! Должна быть регулярность: в питании, в режиме... Понятное дело, например, в праздники хочется себя побаловать. Но у меня есть правила, которые я соблюдаю всегда: совсем не ем хлеб и сахар, посещаю регулярно косметолога на протяжении вот уже 10 лет.

– А какие процедуры обязательны для тебя?

- Раз в месяц – уходовые процедуры.
- Раз в год – игольчатый RF- лифтинг и инъекции полимолочной кислоты.
- Два раза в год после лифтинга – биоревитализация.
- Два раза в год – ботокс.
- Дома обязательно уходы. Люблю средства бренда Jan Marini Skin Research.



– Юлия, ты посетила порядка 33 стран. Какие зацепили больше всего? Какие у тебя в топе?

– Уже 35! Я готова бесконечно возвращаться в Нью-Йорк, Париж и Дубай. Три мегаполиса, которые мне очень откликаются в плане атмосферы. Там я могу просто гулять и наслаждаться.

Яркие впечатления я получила от Африки. Совсем иной мир: ты просто сидишь на ужине, а к тебе приходит бегемот или слон. Турецкую Каппадокию считаю обязательной к посещению всем: полетать на воздушном шаре и насладиться всем, что происходит. И конечно, стоит побывать на Камчатке и в Южно-Сахалинске – увидеть грозные вулканы, поплавать с сивучами, запечатлеть всю красоту России и Тихого океана.

– В чем секрет твоей уверенности в себе?

– Нет никакой правильной формулы. У меня тоже бывают моменты неуверенности или смущения. На всех в первую очередь влияет общественное мнение, стереотипы. И если они не откликаются тебе, то это просто навязанное мнение. Надо найти опору внутри себя, понять, в чем ты хороша, и это развивать; уверенность идет от самореализации. Плюс помогают какие-то мелочи. Для меня это всегда была одежда, внешний образ, который притягивает внимание, взгляды и комплименты, которые любой женщине добавляют уверенности!



Красота В ОДНОЙ «КАПСУЛЕ»

В САМОМ ЦЕНТРЕ ГОРОДА ВАС ВСТРЕЧАЕТ МЕСТО, ГДЕ РОЖДАЕТСЯ СТИЛЬ, УВЕРЕННОСТЬ И БЕЗУПРЕЧНЫЕ ОБРАЗЫ. ЕГО ОСНОВАТЕЛЬНИЦА ДАРЬЯ НИКОЛАЕВИЧ СОЗДАЛА ПРОСТРАНСТВО, НАПОЛНЕННОЕ ЛЮБОВЬЮ К ИСКУССТВУ ПРЕОБРАЖЕНИЯ, С НУЛЯ. В ЭТОМ ГОДУ «КАПСУЛА» ОТМЕЧАЕТ ЮБИЛЕЙ, 10 ЛЕТ ДАРЯ КРАСОТУ СВОИМ КЛИЕНТКАМ, ЧТОБЫ КАЖДАЯ ДЕВУШКА ЧУВСТВОВАЛА СЕБЯ ОСОБЕННОЙ.

2 года назад «Капсула» вышла на новый уровень – теперь это роскошный двухэтажный салон с панорамными окнами. Целых 200 квадратов эстетики, комфорта и высокого сервиса, где каждая деталь продумана для вашего удовольствия:

- Маникюр и педикюр.
- Нарастивание и ламинирование ресниц.
- Парикмахерские услуги.
- Долговременный макияж.
- Коррекция и архитектура бровей.

ПОЧЕМУ «КАПСУЛА»?

Всё в одном месте – больше не нужно ездить по разным адресам. Стрижка, окрашивание, ресницы, маникюр и педикюр, уход за бровями – полный цикл преображения.

Реальная экономия времени. Несколько услуг можно делать одновременно в 4, 6 и даже 8 рук! Через 1,5-2,5 часа вы выйдете с маникюром, педикюром и идеальными бровями! Такого вы еще не видели!

Без компромиссов – только премиальные материалы, профессиональные инструменты и мастера с большим опытом.

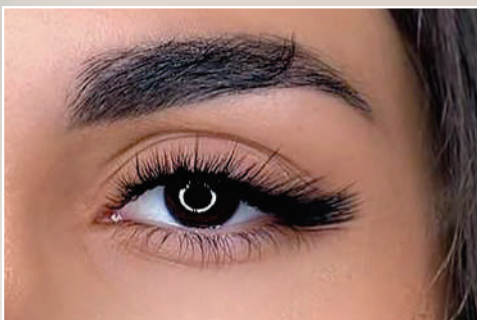
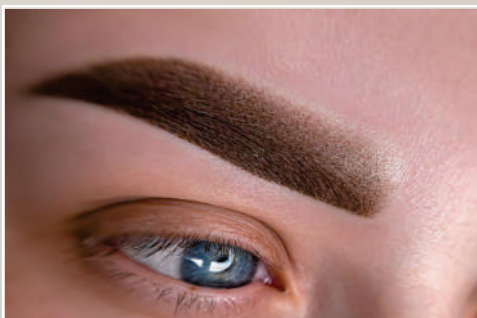
Эстетика в деталях – панорамные окна, светлый интерьер и внимание к каждой детали. Не говоря уже о чашечке вкуснейшего кофе и отличном настроении!

КОМАНДА, КОТОРОЙ МОЖНО ДОВЕРЯТЬ

В «Капсуле» работают профессионалы с большим опытом работы. А сама Дарья – эксперт в наращивании ресниц – проводит обучение для тех, кто хочет освоить это искусство.

Здесь красота обретает совершенные формы! Салон прошел путь до пространства премиум-класса и сохранил главное: теплую атмосферу и индивидуальный подход к каждому гостю. А команда «Капсулы» уверяет: дальше – больше.





МНОГОРУК: РЕВОЛЮЦИЯ В УХОДЕ ЗА СОБОЙ

Уникальная услуга, которая вызывает настоящий ажиотаж в «Капсуле», – «Многорук». Она легко позволяет объединить любимые процедуры без потери качества и комфорта. Идеальный образ вам создадут в 4, 6 или даже 8 рук!

1 Маникюр + педикюр

Идеальный уход для рук и ног в один визит.

2 Маникюр/педикюр + наращивание ресниц

Пока мастер работает с ногтями, ваш взгляд становится выразительным.

3 Брови + маникюр или педикюр

Коррекция и окрашивание бровей параллельно с уходом за ногтями.

И даже всё сразу!

Да, это возможно – вы уйдете из салона полностью преображенной, потратив минимум времени.

ПОЗВОЛЬТЕ СЕБЕ БЫТЬ КРАСИВОЙ И НЕ ТРАТИТЬ НА ЭТО ВСЕ ВЫХОДНЫЕ! УБЕДИТЕСЬ В «КАПСУЛЕ» – УХОД ЗА СОБОЙ МОЖЕТ БЫТЬ БЫСТРЫМ, УДОБНЫМ И БЕЗУПРЕЧНЫМ.

капсула

САЛОН КРАСОТЫ

Тула, ул. Свободы, 25 | +7 (953) 188-07-98



ЧТО В КОСМЕТИЧКЕ?

MUST-HAVE СРЕДСТВА ОТ ВЕДУЩИХ КОСМЕТОЛОГОВ ГОРОДА! ЧТО ИСПОЛЬЗУЮТ ПРОФЕССИОНАЛЫ, ЧТОБЫ ПОДДЕРЖИВАТЬ КОЖУ В ИДЕАЛЬНОМ СОСТОЯНИИ? МЫ ЗАГЛЯНУЛИ В КОСМЕТИЧКИ ТОПОВЫХ КОСМЕТОЛОГОВ И СОБРАЛИ ИХ ЛЮБИМЫЕ СРЕДСТВА – ОТ УХОДОВЫХ ДО ДЕКОРАТИВНЫХ. БЕРЕМ НА ЗАМЕТКУ И ВДОХНОВЛЯЕМСЯ БЬЮТИ-ВЫБОРОМ ЭКСПЕРТОВ! КАКОЕ СРЕДСТВО СТАНЕТ ВАШИМ НОВЫМ ФАВОРИТОМ?



ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ,
руководитель «Клиники эстетической медицины
Елены Черных», врач-косметолог

1. Уход за кожей Jan Marini Skin Research.
2. Кушон GENOSYS Blemish Balm Cushion SPF50.
3. Пудра CHARLOTTE TILBURY Airbrush Flawless Finish.
4. Тушь YSL Mascara Volume Effet Faux Cils.
5. Консилер CHARLOTTE TILBURY BEAUTIFUL SKIN RADIANT CONCEALER.
6. Гель для бровей Charlotte Tilbury Legendary Brows.
7. Помада Charlotte Tilbury Hyaluronic Happikiss.
8. Румяна HERMES ROSE SILKY BLUSH POWDER в оттенке ROSE POMMETTE.
9. Помада HERMES ROSE Lip Shine в оттенке ROSE CONFETTI.



ИРИНА ГРИДАСОВА,
руководитель центра эстетической медицины
«Талисия», врач-дерматолог, косметолог

1. Уход за кожей «Талисия Проф». 2. Крем солнцезащитный «Талисия Проф». 3. Крем для тела Jo Malone Body Cream Mimosas&Cardamom. 4. Пудра Sisley Phyto-Poudre Compacte Powder. 5. Помада для губ Dior Addict. 6. Тени для век DIOR 5 COULEURS COUTURE. 7. Духи Serge Lutens La Vierge De Fer. 8. Парфюм THOMAS KOSMALA N°5 frénésie. 9. Спрей для волос FOR ME BY GOLD APPLE hair spray six-treme. 10. Шампунь ORGANICALS sebum volumizing. 11. Несмываемый крем для волос ORGANICALS silk moringa 12. Масло для волос DAVINES oi oil absolute beautifying potion.

Благодарим Наряд на прокат naryad_naprokat_tula
за предоставленный костюм

Продюсер: Ирина Пшонкина iren_mirra, Фотограф: Мария Трусова maritrusova_photo

ОБРАЗЫ, КОТОРЫЕ ВДОХНОВЛЯЮТ

В МИРЕ, ГДЕ ДЕТАЛИ РЕШАЮТ ВСЕ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ВИЗАЖИСТ – НАСТОЯЩИЙ ВОЛШЕБНИК. АННА ПИНАКОВА УЖЕ БОЛЕЕ 7 ЛЕТ ПРЕВРАЩАЕТ ЛИЦА В ШЕДЕВРЫ, ГДЕ КАЖДЫЙ ШТРИХ – ЭТО ПРОДУМАННАЯ ИСТОРИЯ, ОТРАЖЕНИЕ ХАРАКТЕРА И ЭМОЦИЙ ГЕРОИНИ. АННА ОТВЕЧАЛА ЗА НЕВЕРОЯТНЫЕ ОБРАЗЫ НА СЪЕМКАХ ДЛЯ МАЙСКОГО ВЫПУСКА «МОДНОГО ГОРОДА», ПОДЧЕРКИВАЯ ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ И КРАСОТУ НАШИХ ГЕРОИНЬ.

Сотни свадеб, где невесты сияют уверенностью, фотосессии, задающие тренды, и вдохновляющие модные показы – Анна создает безупречные макияжи и прически для любого события в жизни, тонко чувствуя каждую девушку и

подчеркивая все достоинства ее внешности. Кроме того, Анна занимается подготовкой и обучением начинающих визажистов, передает накопленный за годы работы опыт и знания и помогает своим ученицам раскрыть свой потенциал и найти уникальный почерк.

Хотите, чтобы ваш образ говорил за вас? Доверьтесь профессионалу, который знает, как подчеркнуть вашу индивидуальность!

+7 910 152 43 88



30 ЛЕТ

ДЖИНСОВОЙ
ЛИХОРАДКЕ



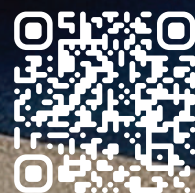
МЫ ПРОДАЕМ ХОРОШИЕ ДЖИНСЫ



следите
за новостями

📍 Красноармейский пр-т, 6а 🌐 klondike-jeans.com

☎ +7 (4872) 36-50-17



ГОТОВЫ К НОВОМУ УРОВНЮ ЖИЗНИ?

В СОВРЕМЕННОМ РИТМЕ ВАЖНО НЕ ТОЛЬКО ОСТАВАТЬСЯ В ФОРМЕ, НО И ОКРУЖАТЬ СЕБЯ ПРОСТРАНСТВОМ, КОТОРОЕ ВОДОХНОВЛЯЕТ. ГЕРОИНИ НАШЕГО ПРОЕКТА, ВЕДУЩИЕ СПЕЦИАЛИСТЫ В МИРЕ НЕДВИЖИМОСТИ, СТАНОВЯТСЯ НАСТОЯЩИМИ ПРОВОДНИКАМИ ДЛЯ СВОИХ КЛИЕНТОВ В ПОИСКЕ ИДЕАЛЬНОГО ЖИЛЬЯ. И, КОНЕЧНО, ВСЕГДА ОСТАЮТСЯ В ТОНУСЕ!

АЛЬФИЯ УСМАНОВА, специалист по недвижимости

Для меня каждая сделка — не просто договор, а личная история. Клиенты доверяют мне самое важное: поиск недвижимости, где будет писаться их будущее, или выгодную инвестицию, которая станет фундаментом их благополучия. В моей профессии важно не только знать рынок, но и чувствовать людей. Я стараюсь сочетать экспертность с искренней вовлеченностью в цели каждого клиента. Продажа, покупка, строительство, инвестиции — каждая сделка требует индивидуального подхода, и для клиентов важно, чтобы им помогли найти оптимальный путь даже в самых сложных ситуациях. Выгодный вариант по способу финансирования, дополнительные скидки, проверка всех юридических аспектов — со мной вы можете полностью довериться и рассчитывать на лучший вариант. Обращайтесь! Буду рада помочь осуществить вашу мечту!

Свободное время я с удовольствием провожу на фитнесе, групповых тренировках или занимаюсь йогой. Это помогает мне оставаться в тонусе, снять напряжение и быть в балансе не только с телом, но и с мыслями.

+7 953 181 66 77

Макияж и прическа:
Ольга Ермакова [ermakova_makeup71](#)

Благодарим магазин одежды Дежа вю dejavutula
за предоставленные костюмы

**АНАСТАСИЯ КОЧЕРГИНА,
специалист по недвижимости**

Со мной вы можете купить или продать недвижимость не только в Туле и России, но и в разных странах по всему миру. Я сотрудничаю со всеми крупными застройщиками и сопровождаю весь процесс сделки от первого обращения до получения ключей и после.

Предыдущий опыт работы психологом помогает мне не просто находить подходящие объекты для своих клиентов, а подбирать максимально комфортное и безопасное пространство для жизни и инвестиций в будущее.

Наша профессия – это образ жизни, постоянное движение, общение и поиск решений. Бывает трудно найти свободное время на хобби и спортзал, но 2 раза в неделю силовые тренировки и ежедневная зарядка дома для меня обязательны. Поддержание своего тела в тонусе – проявление заботы о себе и инвестиция в своё благополучие. И спорт – отличный антидепрессант!

+7 953 420-63-05



**ФИТНЕС
парк**

г. Тула, ул. Немцова, 8
+7 (4872) 51-61-30
tulafitpark.ru

**ОЛЕСЯ ТРЕХИНА,
специалист по недвижимости**

Я помогаю своим клиентам находить подходящие варианты жилья, сопровождаю сделки купли-продажи недвижимости. Быть риэлтором – это всегда высокая ответственность. Мы, как проводники, помогаем людям исполнить мечту об их идеальном жилье и контролируем каждый шаг сделки. Глубокое понимание рынка недвижимости и юридических аспектов помогает мне находить лучшие варианты для своих клиентов, учитывая все их пожелания. Работа риэлтора – это большое количество дел одновременно, постоянное движение и нахождение 24/7 на связи. Если свободное время все же находится, я с удовольствием провожу его с семьей или занимаюсь йогой. Это помогает расслабиться и восстановить ресурсы.



+7 920 765 43 30
ov.trekhina@tula1.etagi.com

ФИТНЕС
парк

г. Тула, ул. Немцова, 8
+7 (4872) 51-61-30
tulafitpark.ru

Макияж и прическа:
Гоар Хачатрян goga_mua

Макияж и прическа Натальи:
Ольга Ермакова ermakova_makeup71,
Макияж и прическа Ирины:
Шилова Светлана shilova_tox

НАТАЛЬЯ ХОЗЯИНОВА,
специалист по недвижимости

Я – человек, для которого работа – не просто профессия, а стиль жизни. Каждая сделка уникальна, как и мечты клиентов. 18-летний опыт работы в Сбербанке научил меня главному: в нашей сфере успех строится на доверии. Я ценю в людях порядочность и открытость и сама всегда придерживаюсь этих принципов.

Недвижимость – это не про документы, а про людей. Ценно, когда клиент говорит «спасибо», ведь так важно изначально видеть все преимущества и недостатки каждого варианта и принимать уверенные, хорошо обоснованные решения. Довольный, счастливый клиент мой главный приоритет!

Я веду активный образ жизни? и моя деятельность соответствует моему ритму. Спортзал и тренажеры помогают мне сохранять ритм, необходимый для моей работы. Когда ты в тонусе, ты успеваешь больше: показывать объекты, вести переговоры и, конечно, находить идеальные варианты.

ИРИНА ХОЗЯИНОВА,
специалист по недвижимости

Выбор собственного жилья – это огромное количество критериев, учесть которые под силу только специалисту. Я – майор полиции в отставке с более чем 17-летним опытом работы в правоохранительных органах, привыкла к большой ответственности и вниманию к мельчайшим деталям. Моя карьера научила меня многому: от навыков ведения сложных переговоров до умения быстро принимать решения в стрессовых ситуациях. Дисциплинированность, честность и принципиальность – мои фундаментальные качества, которые теперь я применяю в сфере недвижимости. Каждый клиент для меня уникален, я всегда стараюсь учитывать его потребности и желания, чтобы предложить наиболее подходящие варианты. Я стремлюсь не просто помочь людям в покупке или продаже недвижимости, но и сделать этот процесс максимально комфортным и безопасным. Моя цель – стать надежным партнером для своих клиентов на каждом этапе сделки.

А еще я убежденный сторонник активного образа жизни! В свободное время занимаюсь йогой, уважаю спорт и ценю баланс между работой и личным благополучием. Такой же гармонии желаю и вам, в том числе и в выборе идеального жилья.



Энн Хэтэуэй



СВЕТЛАНА СЕРМЯЖКО,
заместитель директора
центра «Феникс»

Люблю фильмы, которые заставляют задуматься и чувствовать. Драмы с глубокими персонажами, романтические истории с искренними эмоциями и умные фантастические сюжеты — вот что меня вдохновляет. Особенно восхищает Энн Хэтэуэй — её талант перевоплощения, элегантность и глубина в каждой роли. От «Дьявол носит Prada» до «Отверженных» — она умеет оживить любой образ!

Фотограф: Виктория Солодова, Продюсер: Ирина Пшонкина iren_miga

Меган Фокс



ДАРЬЯ НИКОЛАЕВИЧ,
основательница салона
красоты «Капсула»

Я обожаю кино – оно для меня как отдельная вселенная, куда можно сбежать, когда хочется ярких эмоций. Больше всего люблю фильмы, где есть страсть, опасность и какая-то магия. И, конечно, моя слабость – Меган Фокс. В ней столько харизмы, невероятной женственности и грации, что невозможно оторвать глаз! «Трансформеры» или «Тело Дженнифер» – она везде играет шикарно.

ЖАРКИЙ СЕЗОН – ГОРЯЧИЕ ТРЕНДЫ!

ЛЕТО УЖЕ НА ПОРОГЕ, А ЗНАЧИТ – САМОЕ ВРЕМЯ ОСВЕЖИТЬ ГАРДЕРОБ И ВОДХНОВИТЬСЯ НОВЫМИ ОБРАЗАМИ. РАССКАЗЫВАЕМ, КАКИЕ ТРЕНДЫ СТОИТ ВЗЯТЬ НА ЗАМЕТКУ.



БОХО-СТИЛЬ: СВОБОДА И ЭКЛЕКТИКА

Бохо возвращается в новом прочтении. Богемный шик максимально гибко вписывается в наши с вами повседневные образы и не только.

ГОРОШЕК: ВЕЧНАЯ КЛАССИКА

Этот принт снова завоевывает подиумы. Платья-комбинации, юбки от мини до макси, брючные костюмы и блузки – горошек от крупного до мелкого – явный претендент на звание самого модного принта летнего сезона.

BUTTER YELLOW (СЛИВОЧНЫЙ ЖЕЛТЫЙ) – ФАВОРИТ ЛЕТА

Butter Yellow ассоциируется с теплом и радостью. Этот пастельный оттенок идеально вписывается в трендовые цветовые палитры благодаря своей универсальности и способности привносить яркость без излишней агрессии.

КРОШЕ: НЕЖНОСТЬ И ЛЕГКОСТЬ

Французский шик вновь на пике популярности: платья и блузы в стиле кроше идеально подойдут для романтических образов. Ажурные костюмы, платья или пляжные варианты – этот тренд придется по вкусу многим и вызовет ответную мужскую реакцию.

КОРСЕТЫ: ЖЕНСТВЕННОСТЬ И ДЕРЗОСТЬ

Смело включаем корсеты не только в вечерние, но и в повседневные луки. Прислушайтесь к своему настроению и создавайте любой образ – романтический и игривый или дерзкий и гламурный.



Магия СТРЕЛОК

ЕЕ СТРЕЛКИ – ЛЕГЕНДАРНЫЕ, СКОРОСТЬ – ВПЕЧАТЛЯЮЩАЯ, А АВТОРСКИЙ ПОЧЕРК УЗНАЮТ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА. СВЕТЛАНА ШИЛОВА – ВИЗАЖИСТ И СТИЛИСТ ПО ВОЛОСАМ, ЧЬИ РАБОТЫ УКРАШАЮТ СОТНИ СВАДЕБ, ТВОРЧЕСКИХ ФОТОПРОЕКТОВ И ДАЖЕ ЛИЦА МОДЕЛЕЙ НА НЕДЕЛЕ МОДЫ В МОСКВЕ. А СЕЙЧАС СВЕТЛАНА СТАЛА СОЗДАТЕЛЬНИЦЕЙ РОСКОШНЫХ ОБРАЗОВ ДЛЯ ГЕРОИНЬ «МОДНОГО ГОРОДА».

ПОЛНЫЙ ОБРАЗ ЗА 40 МИНУТ

Светлана не просто наносит макияж – она создает гармоничный образ: от безупречного тона до безукоризненной укладки. И все это – всего за 40 минут. Клиенты ценят ее за скорость, профессионализм и умение подчеркнуть их природную красоту.

Высшее художественное образование и опыт работы гримером позволяют Светлане творить настоящие чудеса: скорректировать черты лица, омолодить, создать эффект 3D-скульптурирования или даже изменить образ до неузнаваемости.

САЛОН ИЛИ ВЫЕЗД – ВАМ РЕШАТЬ

У Светланы есть собственный салон, так что клиенты могут выбрать, что им удобнее: приехать в уютное бьюти-пространство или заказать выездную услугу. А для тех, кто хочет освоить искусство макияжа, она проводит курсы «Сам себе визажист» и «Визажист PRO».

СТРЕЛКИ КАК ВИЗИТНАЯ КАРТОЧКА

Графичные, двойные, цветные или едва заметные «кошачьи» – Светлана рисует 18 видов идеальных стрелок за считанные минуты. И теперь она учит этому других. Ее авторский курс «Визажист-PRO» помогает начинающим мастерам овладеть техникой безупречного макияжа глаз и не только.

+7 910 942-58-16

Благодарим Наряд на прокат naryad_naprokat_tula за предоставленный образ

top
КОМПЬЮТЕРНАЯ
АКАДЕМИЯ

57-37-87
Центральный переулок, 18,
кластер «Октава»

КАНИКУЛЫ

в летнем клубе ТОП

Сезон блогеров «Медиа-герои»

Квест-сезон «Цифровые гении»

Сезон-стратегия «Инженеры будущего»

Кибер-сезон «Покорители игр»

для детей 7-14 лет




Описание сезонов на сайте Задай нам вопрос в Whatsapp

6 сезонов
Выбери свой

Удобный график
с 9.00 до 18.00
с 9.00 до 13.00
с 14.00 до 18.00

02.06-22.08



г. Тула, пр. Ленина, 91
+7 (920) 777-98-09

ВЫСОТА
интеллект-клуб

для детей 7-12 лет

Летняя интерактивная площадка

Бассейн
Поездки в соляную пещеру
Мастер-классы в балетной школе
Экскурсии
Творческие мастер-классы
Прогулки и нейрогимнастика
Весёлые конкурсы и викторины

Работает все лето!



УЛЕТНЫЕ КАНИКУЛЫ-2025



MAGIC LAND



СТАРТ В БУДУЩЕЕ ВАШИХ ДЕТЕЙ!

MAGIC LAND – инновационный центр для гармоничного развития детей от 9 месяцев до 14 лет. Дети занимаются с младенчества и поступают в школу полностью подготовленными. Опытные специалисты центра сочетают профессионализм с искренней заботой о каждом ребёнке и акцентом на раннее развитие.

Особое внимание в работе уделяется детям с особенностями в развитии. В этом направлении задействован целый штат специалистов: логопед, нейрологопед, специалист по сенсорной интеграции и АФК, психолог, дефектолог. Комплексный подход позволяет получать прекрасные результаты.

Лето – особая пора в работе центра: разнообразные интенсивы по английскому и русскому языку, математике; занятия для детей на открытом воздухе; танцевальные баттлы, экспресс-курсы подготовки к школе.

Люда, просто приведи детей в БИБИГЕР!



5%# 

тут вся инфа



8 902 695-66-96 - тут ответят на все вопросы
Тургеневская, 69 - тут детский центр БИБИГЕР

Для стрижки ребёнка нужен особый подход! В детской парикмахерской «Кеша хороший!» мастера знают, как общаться с самыми капризными детьми, с особенными малышами и инвалидами, а процесс стрижки мы стараемся превратить в игру.



Парикмахерские услуги 0+



Праздничные причёски и косы



Окрашивание волос и процедуры



Стильные стрижки и фигурные выстриги



Детские кресла-машинки



Мультки и игрушки



Онлайн запись



📍 ТРЦ «Макси»
ул. Пролетарская, д. 2, этаж 1

📍 ТУЦ «Сарафан»
ул. Путьская, д. 5, этаж 1, корпус 2
Предварительная запись:

☎ +7 (4872) 52-16-17 | +7 961 147-47-43 | +7 961 147-97-92

ОНИ САМИ СОЗДАЮТ ТРЕНДЫ!

НОВЫЙ ПРОЕКТ О ЖЕНЩИНАХ, КОТОРЫЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ДЕЛАЮТ НАШУ ЖИЗНЬ ЛУЧШЕ И ИНТЕРЕСНЕЕ: УСПЕШНЫЕ БИЗНЕСВУМЕН, ТАЛАНТЛИВЫЕ ВРАЧИ, ЯРКИЕ ЛИДЕРЫ. ОНИ ПРИВЫКЛИ БЛИСТАТЬ В ДЕЛАХ, А СЕГОДНЯ ИХ ОБРАЗ РАСКРЫВАЕТСЯ ЧЕРЕЗ ИСКУССТВО МОДЫ И ФОТОГРАФИИ. В СТИЛЬНЫХ НАРЯДАХ ОТ САЛОНА MARY STONE, ИЗЫСКАННОЙ ОБУВИ И АКСЕССУАРАХ PAOLO CONTE ОНИ – САМО СОВЕРШЕНСТВО. А ИНТЕРЬЕРЫ РЕСТОРАНА «РЕСПЕКТ» КАК НЕЛЬЗЯ ЛУЧШЕ ПОДЧЕРКИВАЮТ ТАНДЕМ ГЛАМУРА И ДЕЛОВОГО СТИЛЯ БИЗНЕС-ЛЕДИ.



ВИКТОРИЯ СИЛАЕВА,
топ-мастер, наставник, основатель
учебного центра по наращиванию
ресниц SILVI

Я – основатель, преподаватель и методист онлайн-школы по наращиванию ресниц SILVI. Наша школа предлагает информативный и многоформатный базовый курс по наращиванию ресниц в России. Здесь вы официально получите профессию «Мастер по наращиванию ресниц», пройдя обучение очно или онлайн.

У меня высшее педагогическое образование, и я делюсь полученными за годы работы знаниями и опытом со своими ученицами, которые побеждают на международных чемпионатах, выступают на конференциях и успешно работают в своих студиях с клиентами. Сама я – призер международных чемпионатов по наращиванию ресниц России и Белоруссии, почетный спикер всероссийских и международных конференций и судья российских и европейских чемпионатов по наращиванию ресниц. Организовываю конференции и чемпионаты для мастеров по наращиванию ресниц в Туле. У меня более 1000 учеников по всему миру, в том числе в Польше, Мексике, Германии, Франции, Италии, Таиланде, Колумбии.

+7 910 076 33 30

📍 silvi_lash

📍 silaeva_lashes

Фотограф: Егор Конабевцев egorphoto


Mary Stone

ТЦ «Утюгъ»,
Демонстрации, 1г, бутик 205, этаж 2
+7 905 112-37-73 📍 mary_stone71


Paolo Conte
■ ОБУВЬ ■ АКСЕССУАРЫ

Пролетарская, 2, этаж 2,
Советская, 47, этаж 1
+7 (4872) 25-24-88 📍 paoloconte71

РЕСТОРАН

РЕСПЕКТ
УВАЖАЯ ТРАДИЦИИ

Советская, 5,
+7 915 690-02-22
📍 restoranrespect 📍 респект71.рф



ЕЛЕНА ГРИШИНА,
метастилист, владелица
салона женской одежды
Mary Stone

Салон женской одежды Mary Stone представляет уникальные коллекции российских дизайнеров, авторские модели которых ярко подчеркивают вкус и элегантность своей обладательницы. Здесь мода встречается с индивидуальностью, а идеальные наряды помогут вам создать манящие образы на любой случай.

ЕКАТЕРИНА СЕЛИЩЕВА,
руководитель компании «Бухгалтер71»

В современном мире бухгалтерия — это не просто цифры и отчёты, а искусство управления финансами, которое требует не только профессионализма, но и искренней увлечённости. Я уверена, что в бухгалтерию приходят «по любви». Уже более 12 лет мы с моей командой помогаем малому и среднему бизнесу составлять налоговые отчёты, вести деловой документооборот и увеличивать прибыль. Мы ведем бухгалтерский учёт, производим его восстановление при необходимости, осуществляем регистрацию и перерегистрацию различных организаций и ИП. Наши клиенты ценят не только безупречную точность, но и человеческое отношение. У нас не просто работают с цифрами, а понимают, что за каждой строкой отчёта стоит чей-то труд, мечта и будущее.

Нас рекомендуют друзьям и знакомым, потому что мы помогаем решить их проблемы и задачи, минимизировать издержки, обеспечить финансовое процветание бизнеса, вовремя сдать отчеты в налоговую и другие контролирующие органы.

Между работой и личной жизнью важно находить баланс, и я думаю, что мне это отлично удается. Я — мама двоих сыновей, и все свободное время стараюсь посвящать любимым детям.

+7 960 596-91-91
www.buhgalter71.ru
✉ 71buhgalter@gmail.com



Paolo Conte — воплощение итальянского шика в мире обуви и аксессуаров. Здесь собраны лучшие бренды Италии, каждый из которых — символ безупречного вкуса и многовековых традиций мастерства. Выбирая Paolo Conte, вы приобретаете не просто пару обуви или стильную сумку — вы получаете произведение искусства, созданное для тех, кто ценит безукоризненное качество, комфорт и утончённый дизайн.


Mary Stone

ТЦ «Утюг»,
Демонстрации, 1г, бутик 205, этаж 2
+7 905 112-37-73 ✉ mary_stone71


Paolo Conte
■ ОБУВЬ ■ АКСЕССУАРЫ

Пролетарская, 2, этаж 2,
Советская, 47, этаж 1
+7 (4872) 25-24-88 ↗ paoloconte71

РЕСТОРАН

РЕСПЕКТ
УВАЖАЯ ТРАДИЦИИ

Советская, 5,
+7 915 690-02-22
📍 restoranrespect ✉ респект71.рф



▲
ВАСИЛИСА БОГОРОДИЦКАЯ,
стоматолог-ортодонт

Я родилась в семье врачей, поэтому с самого детства знала, чему посвящу свою жизнь. Сейчас я – стоматолог-ортодонт клиники «Правильная стоматология» с 17-летним стажем и воплощаю мечты своих пациентов о красивой улыбке в реальность: обрести не только идеальный прикус, но и уверенность в своей улыбке. Специализируюсь на функциональном лечении, подготовке к ортопедическим работам и ортогнатической хирургии.

Веду как взрослый, так и детский прием. Уверена, красивые и здоровые зубы – это инвестиция в будущее с самого юного возраста. Мир стоматологии не стоит на месте, я – активный участник профессиональных конференций и курсов. Мои пациенты могут быть уверены: их лечение строится на самых современных и проверенных методиках.

За их белоснежными улыбками стоит не только профессионализм, но и вдохновение, которое я черпаю в семье. Как счастливая жена и многодетная мама, я знаю точно: красота начинается с гармонии. И я с удовольствием создаю ее для своих пациентов!

«Правильная стоматология»
г. Тула, пр-т Ленина, 52/83
✉ pravstom71@mail.ru
🌐 pravstom71.ru

+7 991 414 96 66
+7 (487) 226 96 66


Mary Stone

ТЦ «Утюг»,
Демонстрации, 1г, бутик 205, этаж 2
+7 905 112-37-73 🐾 mary_stone71


Paolo Conte
■ ОБУВЬ ■ АКСЕССУАРЫ

Пролетарская, 2, этаж 2,
Советская, 47, этаж 1
+7 (4872) 25-24-88 🐾 paoloconte71

РЕСТОРАН

РЕСПЕКТ
УВАЖАЯ ТРАДИЦИИ

Советская, 5,
+7 915 690-02-22
🌐 restoranrespect 🐾 респект71.рф

ЕЛЕНА ЛУКЬЯНОВА,
главный врач клиники «Стоматология Тульская»

Белоснежная улыбка – это не только признак здоровья, но и визитная карточка успешного человека. Более 20 лет я дарю жителям нашего города не просто красивые, а по-настоящему ослепительные улыбки. Мой подход – это гармония высокого профессионализма и безупречного чувства прекрасного. Красивая улыбка – это здоровые зубы, а значит, уверенность в себе. Моя задача – сделать так, чтобы пациенты не только чувствовали себя комфортно, но и гордились своей улыбкой. В клинике «Стоматология Тульская» для этого есть все: передовые технологии, индивидуальный подход и внимание к деталям.

«Стоматология Тульская»
Октябрьская улица, 217, к. 3 +7 (4872) 26 92 77
✉ info@stomvtule.ru +7 939 859 92 77
🌐 stomvtule.ru



ИМЕНЮТСЯ ПРОТКВОВОПОКАЗАННЯ ПРОКОНСУЛТЫКРУКТЕСЬ С ВРАЧОМ

ЕКАТЕРИНА ГНАТЮК,
стоматолог-ортопед

Я – стоматолог-ортопед клиники «Правильная Стоматология» с 16-летним стажем. Для меня важно не только безупречное качество работы, но и психологическое состояние пациента. Современные технологии, деликатная анестезия и индивидуальный подход позволяют мне проводить лечение максимально бережно. Происходит самое настоящее сотрудничество, где врач и пациент работают вместе для идеального результата. Со мной даже самые тревожные пациенты расслабляются, страхи развеиваются, а улыбки после лечения – лучшее подтверждение мастерства.

«Правильная стоматология»

г. Тула, пр-т Ленина, 52/83

✉ pravstom71@mail.ru

🌐 pravstom71.ru

+7 991 414 96 66

+7 (487) 226 96 66



▲
МАРИЯ КИРШ,
стоматолог-ортопед

Красивая улыбка – это не просто здоровые зубы. Это уверенность, харизма и отражение внутренней гармонии. Я стоматолог-ортопед клиник «Правильная стоматология» и «Стоматология Тульская», создаю улыбки, которые меняют жизни.

В моей профессии нет места стандартам, каждый миллиметр, каждый оттенок эмали должен быть идеальным, я – самый настоящий перфекционист. Ведь улыбка – не «голливудский шаблон», а индивидуальность, усиленная мастерством.

Моя семья – мой главный вдохновитель. Свободное время с удовольствием посвящаю своим близким и воспитанию троих детей.

«Правильная стоматология»

г. Тула, пр-т Ленина, 52/83

+7 991 414 96 66

+7 (487) 226 96 66

✉ pravstom71@mail.ru

🌐 pravstom71.ru

«Стоматология Тульская»

Октябрьская улица, 217, к. 3

+7 (4872) 26 92 77

+7 939 859 92 77

✉ info@stomvtule.ru

🌐 stomvtule.ru


Mary Stone

ТЦ «Утюг»,
Демонстрации, 1г, бутик 205, этаж 2
+7 905 112-37-73 📞 mary_stone71

 Paolo Conte
■ ОБУВЬ ■ АКСЕССУАРЫ

Пролетарская, 2, этаж 2,
Советская, 47, этаж 1
+7 (4872) 25-24-88 📍 paolconte71

РЕСТОРАН
 РЕСПЕКТ
УВАЖАЯ ТРАДИЦИИ

Советская, 5,
+7 915 690-02-22
🌐 restoranrespect 📞 respект71.pф

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ПАРАДОКС СОВРЕМЕННОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

ИНДУСТРИЯ ANTI-AGE КОСМЕТОЛОГИИ, ОБРЕТЕНИЕ ВЕЧНОЙ МОЛОДОСТИ И СОЗДАНИЕ БЕЗУПРЕЧНОЙ КОЖИ... ВЕРА НИКОЛАЕВНА КОМАРОВА РАЗВЕНЧИВАЕТ ГЛАВНЫЙ МИФ ИНДУСТРИИ И ДЕЛИТСЯ СЕКРЕТОМ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ. РАЗБИРАЕМСЯ, ПОЧЕМУ ПРОФИЛАКТИКА В КОСМЕТОЛОГИИ — ЭТО ИНВЕСТИЦИЯ В БУДУЩЕЕ.

*Вера
Николаевна
Комарова*

врач-дерматолог, специалист
по антивозрастной косметологии

Фотограф: Инна Хан

* анти-возрастная

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

— Когда ко мне на консультацию приходит 35-летняя женщина, часто слышу: «Я пока не готова к серьезным процедурам». В то же время 50-летние пациентки с грустью признаются: «Если бы я начала ухаживать за кожей раньше...» За более чем три десятилетия практики я убедилась: пациенты, начинающие профессиональный уход в 35-40 лет, к 50 годам сохраняют 70-80% коллагенового каркаса, в то время как те, кто откладывает визит к косметологу «на потом», сталкиваются с необходимостью сложных коррекционных программ, вплоть до операций.

Этот парадокс прекрасно иллюстрирует главное заблуждение anti-age медицины: большинство воспринимает косметологию как «скорую помощь» при уже появившихся возрастных изменениях, тогда как ее истинная ценность — в профилактике.

БИОЛОГИЯ СТАРЕНИЯ: ПОЧЕМУ ВАЖНО ОПЕРЕЖАТЬ ВРЕМЯ

Современные исследования в области дерматогеронтологии доказали: старение кожи начинается не тогда, когда появляются первые морщины, а гораздо раньше — в промежутке между 25 и 30 годами.

Именно в этот период:

- фибробласты замедляют выработку коллагена (потеря 1-1,5% в год);
- уменьшается количество гиалуроновой кислоты в дерме;
- нарушается микроциркуляция крови.

Однако коварство этих процессов в их неочевидности. В отличие от морщин, которые видны невооруженным глазом, деградация структурных белков происходит незаметно. Как показывает практика, когда пациентка наконец замечает изменения, кожа уже теряет 30-40% своего каркаса.

Если одна женщина начинает ухаживать за кожей, например, в 35 лет, а вторая в 40-42, то разница плотности дермы в цифровом анализе кожи составит почти 40% — это почти десятилетняя разница в биологическом возрасте.

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ ПРЕВЕНТИВНОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

1 Биоревитализация: не просто увлажнение

Вопреки распространенному мнению, современные препараты гиалуроновой кислоты работают не только как «губка», удерживающая влагу. Последние поколения биоактивированных ревитализантов стимулируют собственные фибробласты к выработке коллагена. Оптимальный возраст для начала курса — 30-35 лет с периодичностью 1-2 раза в год.

2 Ботулинотерапия нового поколения

Современные препараты (такие как Ксеомин и Dysport) в профилактических дозировках в лобную зону позволяют:

- предотвратить формирование статических морщин;
- сохранить естественную мимику;
- улучшить лимфодренаж.

Важный нюанс: при начале терапии до 40 лет требуется в 2-3 раза меньше препарата, чем при коррекции глубоких заломов.

3 Аппаратные методики

RF-лифтинг и ультразвуковой SMAS-лифтинг демонстрируют наибольшую эффективность именно при раннем начале (35-45 лет), когда собственный коллагеновый каркас еще сохраняет способность к ремоделированию.

ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД: ГДЕ ЗАКАНЧИВАЮТСЯ ВОЗМОЖНОСТИ КОСМЕТОЛОГИИ

Ни одна, даже самая совершенная процедура не даст устойчивого результата без:

1. Домашнего ухода с доказанной эффективностью (ретинол, пептиды, антиоксиданты).
2. Нутритивной поддержки (коллагеновые пептиды, омега-3, витамин D).
3. Коррекции образа жизни (сон, управление стрессом, физическая активность).

Особого внимания заслуживает вопрос фотозащиты. Всего 15 минут пребывания на солнце без SPF-защиты сводит на нет эффект от месячного курса профессионального ухода.

КОСМЕТОЛОГИЯ КАК ФИЛОСОФИЯ ПРЕДВИДЕНИЯ

Секрет прекрасно выглядящей в 60 лет женщины не в дорогих инъекциях или радикальных методиках, а в системном подходе, который должен включать:

- Ежегодные курсы биостимуляции
- Несколько сеансов ботулинотерапии в 40-50 лет
- Постоянный домашний уход

Результат? Кожа однозначно сохранит большой процент плотности, и в 60 лет женщина может выглядеть на 40.

ЭТО И ЕСТЬ ИСТИННАЯ ЦЕЛЬ СОВРЕМЕННОЙ КОСМЕТОЛОГИИ — НЕ ГОНКА ЗА МОЛОДОСТЬЮ, А ГРАМОТНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ВОЗРАСТНЫМИ ИЗМЕНЕНИЯМИ. КАК ФИНАНСОВЫЕ ИНВЕСТИЦИИ ПРИНОСЯТ НАИБОЛЬШУЮ ПРИБЫЛЬ ПРИ РАННЕМ СТАРТЕ, ТАК И ВЛОЖЕНИЯ В КОЖУ ДАЮТ МАКСИМАЛЬНУЮ ОТДАЧУ, КОГДА НАЧИНАЮТСЯ СВОЕВРЕМЕННО.

клиника комаровой

ул. Демонстрации, 137
проспект Ленина, 81, этаж 2
+7 (4872) 57-30-07
komarova.clinic



В ЛЕТО С ТЕЛОМ МЕЧТЫ

ЛЕТО ВСЕ БЛИЖЕ, А ЗНАЧИТ, САМОЕ ВРЕМЯ ПРИВЕСТИ ТЕЛО В ИДЕАЛЬНУЮ ФОРМУ. ЕСЛИ ВЫ ХОТИТЕ ВСТРЕТИТЬ ЖАРКИЙ СЕЗОН С ПОДЪЯНУТОЙ КОЖЕЙ, РЕЛЬЕФНЫМ ПРЕССОМ И ПРЕКРАСНЫМ НАСТРОЕНИЕМ, ПОРА УЖЕ СЕЙЧАС ВКЛЮЧИТЬ В СВОЙ УХОД ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРОЦЕДУРЫ И СТАТЬ ЕЩЕ ПРЕКРАСНЕЕ ВМЕСТЕ С КЛИНИКОЙ ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ!



Елена Черных,
врач косметолог

BODY fx

БЕЗОПЕРАЦИОННАЯ ЛИПОСАКЦИЯ BODY FX

Революционная методика коррекции жировых отложений без операции, которая устраняет локальные жировые скопления в области плеч, рук, бедер, ягодиц, живота. В ходе процедуры присутствует только ощущение приятного тепла, а за параметрами следит встроенный датчик. Первые результаты будут заметны уже через 10-14 дней. Жировая прослойка уменьшится, кожа подтянется и станет более плотной.

РЕЗУЛЬТАТЫ КОРРЕКЦИИ ФИГУРЫ

- Уменьшение объема жировой ткани и, как следствие, – снижение объема тела на 3-5 см.
- Укрепление и подтяжка тела.
- Уменьшение проявлений целлюлита.
- Решение проблемы дряблости иптоза.
- Более скульптурный и эстетически привлекательный вид фигуры.
- Улучшение общего состояния кожных покровов.

TRANSFORM НА АППАРАТЕ EVOLVE – АЛЬТЕРНАТИВА МЕСЯЦУ ТРЕНИРОВОК В ЗАЛЕ!

Оставаться привлекательной и иметь идеальную форму как можно дольше поможет Transform на аппарате Evolve, который обеспечивает совершенный силуэт тела и подтянутую фигуру без изнуряющих нагрузок. Аппликатор оказывает тройной эффект: ремоделирование кожи, уменьшение объема жировых отложений и повышение тонуса мышц.

- Непревзойденный лифтинг, кожа более подтянутая и упругая.
- Укрепление мышечного каркаса за счет 280 000 сокращений за 30 минут (а это 2 года тренировок в зале!).
- Корректировка контуров фигуры.
- Реконструкция тканей, оптимизация работы клеток кожи.
- Стимулирование выработки коллагена и эластина.
- Уменьшение объемов проблемных зон.
- Для всех типов телосложения.

EVOLVE X



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

УДАРНО-ВОЛНОВАЯ ТЕРАПИЯ НА АППАРАТЕ BTL X-WAVE

В основе целлюлита лежит не только отек, но и фиброз, который разбивают только акустические волны низких частот, а именно ударно-волновая терапия. Это уникальный метод для улучшения текстуры кожи и настоящее решение в борьбе с целлюлитом.

BTL X-WAVE – эксклюзивный аппарат для неинвазивного улучшения текстуры кожи всего тела. Основное воздействие на организм человека оказывают акустические волны низких частот. Сгенерированная аппаратом волна проникает вглубь подкожно-жировой клетчатки и механически воздействует на нее. При этом внешний кожный покров остается невредимым, а под ним происходят интенсивные преобразования.

ЧТО МОЖЕТ BTL X-WAVE?

- Устраняет дряблость кожи рук, ног, бедер, живота, ягодиц, отечность, снижение эластичности.
- Борется с целлюлитом 1-4 степени.
- Сглаживает стрии (растяжки), неровности и рубцы.
- Восстанавливает тонус мышц.
- Корректирует фигуру.
- Позволяет улучшить и ускорить эффективность других процедур по коррекции тела, после процедур липосакции.



ПРЕССОТЕРАПИЯ BTL-6000 LIMPASTIM

Прессотерапия – это аппаратный лимфодренажный массаж, который выводит лишнюю жидкость из организма, уменьшает объемы, формирует подтянутую фигуру мечты, хорошо избавляет от целлюлита. Сжатый воздух подается в выбранные камеры, создавая волнообразные колебания по поверхности кожи, которые имитируют сокращение мышц. Такое воздействие усиливает микроциркуляцию и лимфоотток, обеспечивая мощный дренажный массаж, а жидкость выводится из организма естественным путем.

ЧТО ПРОИСХОДИТ С ОРГАНИЗМОМ?

- Мышцы: миорелаксация, удаление продуктов метаболизма.
- Кожа: насыщение кислородом, улучшение тонуса, восстановление, уменьшение объема на проблемных участках.
- Желудочно-кишечный тракт: релаксация и стимуляция кишечника.
- Кровеносная система: насыщение крови кислородом, венозный отток, улучшение кровообращения.
- Лимфатическая система: уменьшение отека, усиление иммунореакции, отток межклеточной жидкости.



МЕЧТА О КРАСИВОМ УПРУГОМ ТЕЛЕ СТАНОВИТСЯ РЕАЛЬНОСТЬЮ В ЦЕНТРЕ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ. ДОВЕРЯЙТЕ ТОЛЬКО ПРОВЕРЕННЫМ СПЕЦИАЛИСТАМ!



КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Елены Черных

Г. ТУЛА, УЛ. ШЕВЧЕНКО, ДОМ 5

WWW.CHERNYKH.CLINIC

+7-960-602-85-13

ИМЕНАЮТСЯ ПРОТИВ ПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Косметика – это не просто средства, а инвестиция в здоровье кожи. Представьте, что ваш ежедневный уход работает так же эффективно, как профессиональные процедуры в клинике. Именно такую задачу решает «Талисия Проф» – косметика нового поколения, созданная основателем сети клиник «Талисия», врачом-дерматологом Пришой Евгеньевной Гридасовой. В основе бренда – 20 лет клинической практики и глубокое понимание потребностей кожи.



Талисия Проф:

НАУКА КРАСОТЫ

В ДОМАШНЕМ УХОДЕ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



ИРИНА ГРИДАСОВА,
врач-дерматолог, косметолог,
руководитель центра эстетической
медицины «Талисия»

ПОЧЕМУ «ТАЛИСИЯ ПРОФ» – ЭТО БОЛЬШЕ, ЧЕМ КОСМЕТИКА?

1. **Натуральные и активные компоненты:**
гидролаты, витамины, природные комплексы.
2. **Принцип «лечить, а не маскировать»:**
воздействие на причину проблем, а не на симптомы.
3. **Синергия с процедурами:**
усиливает и продлевает результаты профессиональных методик.

ЛИНЕЙКИ ДЛЯ РЕШЕНИЯ КОНКРЕТНЫХ ПРОБЛЕМ

1 ПИГМЕНТАЦИЯ

Уменьшает проявления на 20% за месяц благодаря:

- Ретинолу и витаминному комплексу – блокируют выработку меланина.
- Азелаиновой кислоте – осветляет существующие пятна.
- Солнцезащите SPF 50+ – обязательное дополнение для закрепления эффекта.

СОСТАВ ЛИНЕЙКИ:

1. Мицеллярная вода и пенка с молочной кислотой – выравнивают тон с первого применения.
2. Тоник с янтарной кислотой – увлажняет и тормозит пигментацию.
3. Сыворотка для области вокруг глаз – борется с темными кругами и отеками.
4. Крем с витамином С – придает коже сияние.

2 ПРОБЛЕМНАЯ КОЖА (АКНЕ, ВОСПАЛЕНИЯ)

Нормализует pH, сокращает высыпания за 4 недели:

- Азелаиновая кислота – противовоспалительный эффект, как в аптечных препаратах.
- Пептиды – предотвращают постакне.

КЛЮЧЕВЫЕ ПРОДУКТЫ:

1. Лечебный тоник – восстанавливает баланс кожи.
2. Сыворотка с усиленной проницаемостью активных компонентов.
3. Ночной крем «Матовая кожа» – контролирует жирный блеск.

3 КУПЕРОЗ И ЧУВСТВИТЕЛЬНАЯ КОЖА

- Укрепляет сосуды.
- Снимает покраснения.
- Защищает от УФ-излучения и перепадов температур.

4 СОЛНЦЕЗАЩИТНАЯ ЛИНИЯ SPF 50+

- Комбинированные фильтры (минеральные + химические).
- Защита от UVA/UVB и HEV-излучения (синий свет).
- Легкая текстура без белых разводов.

«ТАЛИСИЯ ПРОФ» – ЭТО МОСТ МЕЖДУ ДОМАШНИМ УХОДОМ И КЛИНИЧЕСКИМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ. КАЖДОЕ СРЕДСТВО – ЧАСТЬ ПРОДУМАННОЙ СИСТЕМЫ, СОЗДАННОЙ ДЕРМАТОЛОГОМ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ КОЖИ.

*Попробуйте и убедитесь:
наука может быть доступной!*



ТАЛИСИЯ
центр эстетической медицины

г. Тула, ул. Вересаева, д. 10, корп. А
(вход со стороны Красноармейского пр-та)

+7 967 431-75-53

www.talisiya-tula.ru
talisiya_tula

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ИНТИМНЫЕ ТЕМЫ *без табу*



ГИНЕКОЛОГ-СЕКСОЛОГ НАТАЛИЯ ГРЫЗЛОВА ПОМОГАЕТ ЖЕНЩИНАМ НЕ ТОЛЬКО БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ, НО И НАЙТИ ГАРМОНИЮ В СЕКСУАЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЯХ. МЫ ПОГОВОРИЛИ ОБ ОДНОМ ИЗ САМЫХ ДЕЛИКАТНЫХ ВОПРОСОВ.

– С момента вашего последнего интервью в «Модном городе» прошел год. Что нового?

– Говорят, что хороший врач учится всю жизнь, и я с этим согласна. Так что я окончила аспирантуру по специальности «Акушерство и гинекология», опубликовала несколько статей в научных медицинских журналах и получила высшую квалификационную категорию.

– В момент первых интервью вы были в начале профессионального пути. Какие успехи есть у пациенток сейчас?

– Мои первые пациентки уже завершили лечение и наслаждаются жизнью. У нескольких сейчас финальный этап пути к выздоровлению.

– Почему, на ваш взгляд, у одних людей в сексуальной жизни всё складывается идеально, а у других – постоянные проблемы?

– Зачастую проблемы происходят из-за разной половой конституции партнеров в паре. Поэтому в начале работы с пациенткой, я всегда узнаю ее особенности.

– На что она влияет?

– Половая конституция – это свойства организма, заложенные наследственностью и условиями развития. Она формируется как внутриутробно, так и в раннем детстве. Именно она определяет наш половой темперамент и половую активность.

– Как ее определить?

– Я собираю анамнез пациентки, узнаю об особенностях ее половой жизни и высчитываю ее половую конституцию. Потом дома женщина сама определяет параметры партнера. Проведя анализ полученных данных, можно оценить, будет ли продолжение у этих отношений или нет.

– Можно ли изменить свою половую конституцию?

– К сожалению, нет. Но зная ее, можно понять свои особенности и жить в гармонии с партнером.



Принимаю на базе Центра Восстановительной Медицины по адресу: ул. Фрунзе, д. 7
Записаться на прием к Наталии Грызловой можно, отсканировав qr-код

BBL – ФОТОТЕРАПИЯ, КОТОРУЮ МОЖНО ПРОВОДИТЬ ЛЕТОМ

**ВЕРА КУРОЧКИНА,
врач-косметолог**

ТЕХНОЛОГИЯ BBL (ОТ АНГЛ. BROAD BAND LIGHT – «ШИРОКОПОЛОСНЫЙ СВЕТ») РЕШАЕТ БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ЭСТЕТИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ, СВЯЗАННЫХ С ВОЗРАСТНЫМИ ИЗМЕНЕНИЯМИ КОЖИ. ОНА ЛЮБИМА МИЛЛИОНАМИ ЛЮДЕЙ ВО ВСЁМ МИРЕ. ОДНО ИЗ ЕЕ ПРЕИМУЩЕСТВ – СКОРОСТЬ И РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ УСТРАНЕНИЯ ЭСТЕТИЧЕСКИХ НЕДОСТАТКОВ. ВОЗМОЖНОСТЬ НАСТРОЕК АППАРАТА ПОЗВОЛЯЕТ ИНДИВИДУАЛЬНО ПОДОЙТИ К ОСОБЕННОСТЯМ ЛЮБОЙ КОЖИ, ДАЖЕ ПАЦИЕНТОВ С ТЕМНЫМ ФОТОТИПОМ.

Уже после первой процедуры кожа сразу приобретает свежий, сияющий вид без инъекций. За это BBL называют еще процедурой «выходного дня». Прохождение же курса дает коже мощный заряд энергии, запускается естественный регенеративный механизм. Эффект сохраняется до 1,5 года. Все это время кожа остается свежей и упругой. Процедура любима во всем мире за свою безболезненность и отсутствие выраженного реабилитационного периода.

Лето и период активного солнца для многих является ограничением в применении процедур фотоомоложения. Но только не для BBL. Дело в том, что родиной этой процедуры стала Америка, а если точнее – Лос-Анджелес, где круглый год активное солнце. Уникальная технология BBL позволяет проводить процедуры круглый год. Но есть условие: неукоснительное соблюдение рекомендаций врача по постпроцедурному уходу.

А именно:

- Не выходить на улицу без SPF-защиты ниже 30, даже в городе, даже если пасмурно!
- Обновлять защиту в течение дня – если вы находитесь на улице или сидите в помещении рядом с окнами.

- Не загорать (на солнце или в солярии – неважно) в течение 14 дней.
- В солнечные дни и на курорте носить кепки/шляпы, солнечные очки.

Если планируете после отпуска начать курс BBL, то записываться на процедуру стоит через месяц после загара под южным солнцем. Этого периода будет достаточно, чтобы прошло как минимум четыре цикла кератинизации. Каждый новый цикл начинается раз в 6-7 дней. Это значит, что целиком сменилось одно поколение клеток в эпидермисе. После этого можно безопасно, не подвергая пациента возможным побочным эффектам, работать и сохранять красоту и молодость его кожи.



Hollywood
КЛИНИКА ИННОВАЦИОННОЙ КОСМЕТОЛОГИИ

г. Тула, пр. Ленина, 66-а,



+7 (919) 072-03-77

ТЕКАР-ТЕРАПИЯ – НОВОЕ СЛОВО ПРОТИВ БОЛЕЙ В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ

Центр восстановительной медицины «Феникс» знает, как ускорить реабилитацию при заболеваниях опорно-двигательного аппарата и после спортивных травм.

Медицина развивается, предлагая новые методы лечения, которые помогают пациентам быстрее восстанавливаться и улучшать качество жизни. Одним из таких прогрессивных методов является текар-терапия (от англ. TE-CAR – Transfer of Energy Capacitive and Resistive) – это метод физиотерапии, при котором энергия высокочастотного электромагнитного поля передаётся в ткани организма через специальные электроды.

В результате происходит глубокое прогревание тканей, что стимулирует кровообращение, улучшает обмен веществ и активирует процессы регенерации.

Этот метод активно применяется в травматологии, спортивной медицине, реабилитации и других областях, демонстрируя высокую эффективность при лечении различных заболеваний опорно-двигательного аппарата и мягких тканей.

КАК РАБОТАЕТ ТЕКАР-ТЕРАПИЯ?

Принцип действия аппарата для текар-терапии основан на создании высокочастотных электромагнитных импульсов, которые передаются в ткани через электроды. В зависимости от режима работы аппарата энергия может передаваться двумя способами:

1 Емкостный режим — энергия передаётся через электрод с изолирующим покрытием, воздействуя преимущественно на мягкие ткани с высоким содержанием воды (мышцы, кожу, сосуды).

2 Резистивный режим — энергия передаётся через электрод без изоляции, проникая глубже и воздействуя на более плотные ткани (связки, сухожилия, кости).

Под воздействием электромагнитного поля происходит локальный прогрев тканей, что расширяет сосуды, улучшает микроциркуляцию, активирует лимфатическую систему и ускоряет обменные процессы. В результате снижается воспаление, уменьшается боль, рассасываются отеки, а поврежденные клетки быстрее восстанавливаются.



**Павел Залетов,
врач-травматолог, ортопед**

КОМУ ПОКАЗАНА ТЕКАР-ТЕРАПИЯ?

Текар-терапия применяется при широком спектре заболеваний и травм, особенно связанных с опорно-двигательным аппаратом и мягкими тканями. Основные показания включают:

- травмы мышц, связок и сухожилий: растяжения, ушибы, разрывы, воспаления;
- воспалительные заболевания суставов: артриты, бурситы, тендиниты;
- дегенеративные заболевания: остеоартроз, спондилез, остеохондроз;
- посттравматические и послеоперационные состояния: реабилитация после переломов, операций на суставах и мягких тканях;
- хронические боли в спине, шее, суставах;

- мышечные спазмы и контрактуры;
- отёки и воспаления различного происхождения;
- профилактика травм у спортсменов и активных людей.

Кроме того, текар-терапия часто используется в комплексной реабилитации для ускорения восстановления после интенсивных физических нагрузок и спортивных травм.

Текар-терапия обладает рядом преимуществ, которые делают её востребованной в современной медицине:

- 1. Глубокое и точечное воздействие:** энергия проникает в глубокие слои тканей, что позволяет эффективно лечить даже хронические и сложные патологии.
- 2. Безболезненность и комфорт:** пациенты ощущают лишь приятное тепло, процедура не вызывает дискомфорта.
- 3. Быстрый эффект:** уменьшение боли и воспаления часто наступает уже после первых сеансов.
- 4. Безопасность:** метод не вызывает повреждения здоровых тканей и практически не имеет противопоказаний.
- 5. Универсальность:** подходит для лечения различных заболеваний и травм, может сочетаться с другими методами терапии.
- 6. Отсутствие медикаментозной нагрузки:** особенно важно для пациентов с противопоказаниями к лекарствам.
- 7. Сокращение сроков реабилитации:** ускоряет восстановление после травм и операций.

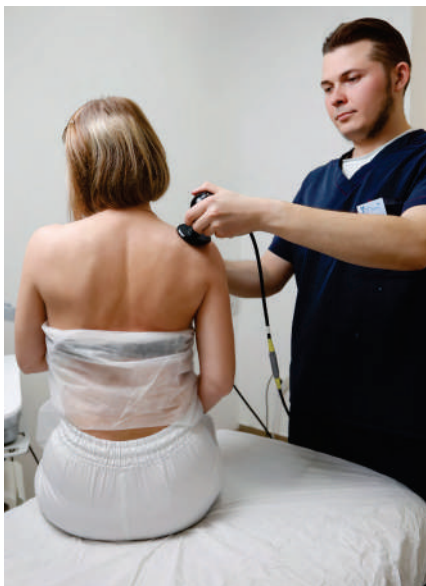
КАК ПРОХОДИТ ПРОЦЕДУРА?

Процедура текар-терапии проводится квалифицированным специалистом. Пациент располагается на удобной кушетке, на кожу в зоне воздействия наносится специальный проводящий гель или крем, который улучшает передачу электромагнитных импульсов.

Врач водит электродом по поверхности кожи, направляя энергию на поражённые участки. В зависимости от задачи и состояния пациента выбирается режим работы аппарата – ёмкостный или резистивный. Продолжительность одного сеанса обычно составляет от 10 до 20 минут. Курс лечения включает от 5 до 10 процедур, которые проводятся с интервалом в 1-2 дня. Количество сеансов и их частота подбираются индивидуально, исходя из характера заболевания и реакции организма.

Несмотря на высокую безопасность, текар-терапия имеет ряд противопоказаний, которые необходимо учитывать:

- наличие кардиостимулятора или других имплантированных электронных устройств;
- острые воспалительные процессы с выраженной температурой;
- злокачественные опухоли;



- тромбофлебит и склонность к тромбозам;
- беременность (особенно в первом триместре);
- кожные заболевания и повреждения в зоне воздействия;
- нарушение чувствительности кожи.

Перед началом лечения обязательно проводится консультация врача и сбор анамнеза для исключения противопоказаний.

Многочисленные клинические исследования подтверждают эффективность текар-терапии при лечении различных заболеваний опорно-двигательного аппарата. В частности, отмечается значительное снижение болевого синдрома, уменьшение воспаления и отёков, улучшение подвижности суставов и ускорение регенерации тканей вследствие активации клеточного метаболизма, улучшение микроциркуляции и лимфотока, что в совокупности обеспечивает комплексное восстановление поражённых тканей.

Текар-терапия часто используется в составе комплексной терапии, дополняя массаж, лечебную физкультуру, мануальную терапию и медикаментозное лечение. Такое сочетание позволяет достичь максимального терапевтического эффекта, ускорить выздоровление и снизить риск осложнений.

Текар-терапия – это инновационный, безопасный и высокоэффективный метод физиотерапии, который помогает быстро и безболезненно справиться с болью, воспалением и повреждениями тканей. Благодаря глубокому прогреву и стимуляции обменных процессов этот метод активно применяется в травматологии, спортивной медицине и реабилитации.

Если вы столкнулись с травмой, хронической болью или воспалением, текар-терапия может стать отличным дополнением к вашему лечению, способствуя быстрому восстановлению и улучшению качества жизни. Обязательно проконсультируйтесь со специалистом, чтобы подобрать оптимальный курс и режим процедур.

Тула, ул. Дмитрия Ульянова, 13
Тула, ул. 9 Мая, 8-а, 1-й этаж
+7 (4872) 77-04-97
fenixmed.ru





МИР ТРУД МАЙ!



ПАНСИОНАТ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
«ТУЛЬСКИЙ ДЕДУШКА»

Тульская область, село Иевлево, | +7 (953) 192-78-27
слобода Бодаево, дом 189 | 8 (800) 201-45-66

★★★★
**ТУЛЬСКИЙ
ДЕДУШКА**

СОЗДАЁМ АТМОСФЕРУ

Посетители точно не заскучают на Вашем мероприятии — **неон, фото-зоны, баблсы, кубы** сделают своё дело:

Создадут настроение, вовлекут и вдохновят делиться этим в соцсетях.

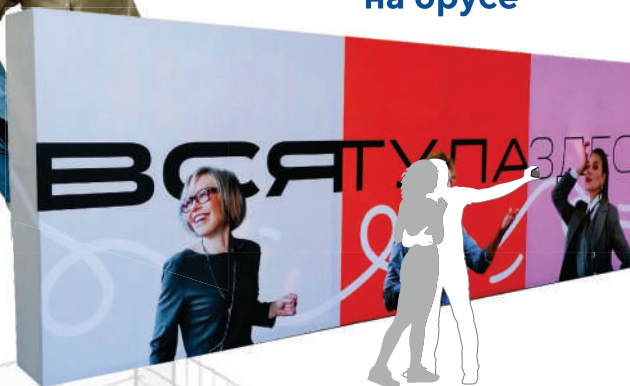
Флагштоки



Бабблы для ярких фотографий



Пресс-волл на брус



Промо-стойка



Брендовые кубы



Фото-зона



Каждая зона — повод для фото и эмоций, каждая деталь работает на вовлечённость.

Мы готовы взяться за Ваш проект и превратить его в событие, о котором будут говорить в городе.

Время для новых
открытий и счастливой
жизни
уже наступило!



В НЕМ
ВСЁ ПРОДУМАНО
ДО МЕЛОЧЕЙ

В последнее время очень изменилось понимание комфорта. Растет число людей, которые ценят время и удобство, хотят больше внимания уделять себе, семье и близким, пользоваться качественными вещами и быть свободными. Многие стремятся дать своим детям больше, чем сами получали в детстве. Современные люди сильнее чувствуют скоротечность времени и не готовы прожить несчастливую жизнь.

Комфорт, удобство, безопасность, мобильность – главные критерии при выборе нового жилья. И это касается не только квартиры, но и территории всего жилого комплекса. Поэтому заботливые девелоперы изменили подход к работе и создают комплексные проекты с учетом всех пожеланий будущих жителей.

Один из таких проектов от **тульского девелопера «Стройкомплект» – активный квартал «Авиатор»**, расположенный в Привокзальном районе по улице Чумова. В нем все продумано до мелочей.

Удобная транспортная развязка.

До Тульского кремля, Казанской набережной, Центрального парка им. Белоусова или Московского вокзала можно добраться за 10 минут на машине. Остановка общественного транспорта находится в двух минутах ходьбы от квартала.

Развитая инфраструктура района.

Рядом есть все: школы, детские сады, поликлиника, супермаркеты, спортивные центры, а также аэроклуб. На первых этажах 1-го и 4-го домов откроются мини-маркеты, аптека, кафе, пункты выдачи заказов и другие полезные сервисы. Такая инфраструктура не только удобна и комфортна для городской жизни, но и дает возможность рационально использовать самый ценный человеческий ресурс – время.

Квартал состоит из шести 15-этажных домов комфорт-класса и рассчитан на 1046 квартир. **Дома объединены общей концепцией и благоустроенной территорией.** Закрытая дворовая территория, оснащенная системой круглосуточного видеонаблюдения, станет безопасным пространством для жителей.



СТРОЙКОМПЛЕКТ

ООО СЗ «АВИАТОР». Проектная декларация на сайте наш.дом.рф.

АВИАТОР

активный квартал

Для удобства площадки зонированы по возрасту и назначению, чтобы каждый – малыш, подросток и взрослый – нашел занятие по душе. Здесь будут созданы **детские игровые площадки для физического и когнитивного развития, зона для активных занятий спортом, зона воркаута, пространство для отдыха и релакса.** Мама с колясками и маломобильные жители смогут легко передвигаться по территории благодаря безбарьерной среде. Изюминкой двора станет **дизайнерское озеленение**, которое сделает квартал «Авиатор» приятным для вечерних прогулок на открытом воздухе

Энергией и движением пронизано все в активном квартале «Авиатор» – от дизайна архитектуры и прозрачных, словно воздушных, входных групп до внутренних пространств и бесшумных скоростных лифтов. В подъезде вас ждет лобби с эксклюзивным оформлением и мягкой мебелью. Также предусмотрены отдельные места для хранения велосипедов, самокатов, колясок и детская игровая. Удобная навигация квартала позволяет легко передвигаться внутри, в том числе благодаря сквозным подъездам.

ГК «Стройкомплект» представила широкий выбор планировочных решений: от компактных студий и однокомнатных квартир до просторных четырехкомнатных вариантов евроформата. Благодаря оптимальной и практичной планировке, наличию гардеробных комнат и мастер-спален, угловым панорамным окнам, а также квартирам с лоджиями и без, любой желающий сможет подобрать жилье по своему вкусу.

Анализируя рынок за последние два десятилетия, можно с уверенностью утверждать: **одна из лучших инвестиций в будущее – это вложение в недвижимость.**

Именно так поступили самые целеустремленные, амбициозные и инициативные **клиенты** ГК «Стройкомплект». Уже **в этом году** они **получат ключи от своих новых квартир в активном квартале «Авиатор».** Первая очередь домов готовится к сдаче к концу года.

Пока ваш ребёнок собирает пирамидки, вы можете заложить фундамент его будущего

+7 (4872) 51-61-27



Авиатор71.рф

АКТУАЛЬНЫЕ ИНТЕРЬЕРЫ

2025-Й ДЕЛАЕТ СТАВКУ НА БАЛАНС: ТЕХНОЛОГИИ НЕ ПРОТИВОРЕЧАТ ЭКОЛОГИИ, А ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ СОЧЕТАЕТСЯ С КОМФОРТОМ. ПОГОВОРИМ О ГЛАВНЫХ ИНТЕРЬЕРНЫХ СОБЛАЗНАХ.

1 ТЁМНЫЕ И ГЛУБОКИЕ ОТТЕНКИ

Палитра 2025 года – драматичная и уютная:

- «Глубокий космос» – тёмно-синий, угольно-чёрный, изумрудный.
- Металлические акценты – бронза, медь, матовое золото.



2 АРТ-ОБЪЕКТЫ И ПРИРОДНЫЕ АКЦЕНТЫ

Вместо картин и постеров в интерьере все больше преобладают арт-объекты, скульптуры, фотографии и другие элементы искусства.

А связь с природой выходит на новый уровень:

- **Натуральные материалы:** дерево, камень, глина, лён и пробка в грубоватой текстуре.
- **«Зелёные» стены и потолки:** вертикальные сады, фитопанно и вьющиеся растения как часть архитектуры.
- **Имитация природных форм:** волнообразная мебель, декор в виде кристаллов и «органические» светильники.



3 ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ И СМЕЛЫЕ СОЧЕТАНИЯ

Времена стандартных решений прошли, в 2025 году дизайн интерьера становится все более индивидуализированным. Выражаем свою уникальность через интерьер дома и используем смелые сочетания цветов, текстур и стилей. Главное – не бояться экспериментировать!

4 УМНЫЙ ДОМ БЕЗ ВИДИМОЙ ТЕХНИКИ

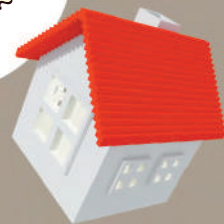
С развитием технологий в дизайне интерьера все больше становится популярным использование современных технологических решений: «умные» дома, домашние кинотеатры, системы управления освещением и климатом. Технологии становятся невидимыми, но более функциональными:

- **Встроенные экраны** – проекционные панели, скрытые в мебели или стенах.
- **Эко-гаджеты** – системы очистки воздуха с фитофильтрами, «умные» окна с регулируемой прозрачностью.
- **Голосовое и тактильное управление** – интерфейсы без кнопок, активируемые жестами.



ЖИЛФОНД

АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ



ЭКОСИСТЕМА ДЛЯ ВАШЕЙ НЕДВИЖИМОСТИ

АН «ЖИЛФОНД» —

не просто агентство,
а полный сервис под ключ
в форме единого окна.

- ✓ КАДАСТРОВЫЕ
ИНЖЕНЕРЫ
- ✓ АТТЕСТОВАННЫЕ
ОЦЕНЩИКИ
- ✓ ЮРИДИЧЕСКОЕ
СОПРОВОЖДЕНИЕ
- ✓ СТРОИТЕЛЬНО-
ТЕХНИЧЕСКИЕ
ЭКСПЕРТЫ
- ✓ СДЕЛКИ ЛЮБОЙ
СЛОЖНОСТИ



ул. Фридриха Энгельса, 73
+7 (4872) 38-48-60



BRAER



**ТРОТУАРНАЯ
ПЛИТКА BRAER**



braer.ru

ЗОЛОТАЯ ИНВЕСТИЦИЯ в будущее

ДУБАЙ УЖЕ ДАВНО ПЕРЕСТАЛ БЫТЬ ПРОСТО СТОЛИЦЕЙ РОСКОШИ И МЕСТОМ ОТДЫХА. ТЕПЕРЬ ЭТО ОДНА ИЗ САМЫХ ПЕРСПЕКТИВНЫХ ПЛОЩАДОК ДЛЯ ИНВЕСТИЦИЙ В НЕДВИЖИМОСТЬ. СТАБИЛЬНАЯ ЭКОНОМИКА, ЛЬГОТНОЕ НАЛОГООБЛОЖЕНИЕ, ВЫСОКИЙ СПРОС НА АРЕНДУ И СТРЕМИТЕЛЬНЫЙ РОСТ СТОИМОСТИ ОБЪЕКТОВ ДЕЛАЮТ ЭМИРАТЫ ИДЕАЛЬНЫМ ВЫБОРОМ ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ СОХРАНИТЬ И ПРИУМНОЖИТЬ КАПИТАЛ. НОННА КАРАКОВА, ЭКСПЕРТ ПО НЕДВИЖИМОСТИ, ПРЕДЛАГАЕТ ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ОТ ЗАСТРОЙЩИКОВ ДУБАЯ С МАКСИМАЛЬНОЙ ДОХОДНОСТЬЮ И ОБЕСПЕЧИВАЕТ ПОЛНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СДЕЛКИ БЕЗ РИСКОВ.

– Нонна, как вы считаете, почему Дубай стал таким востребованным?

– Секрет успешной инвестиции – не просто купить недвижимость, а выбрать правильный объект в правильном месте. Дубай привлекает миллионы туристов, экспатов и бизнесменов,

а значит, ваша недвижимость никогда не останется без арендаторов или выгодных предложений о перепродаже, поэтому обзавестись жильем в Дубае – новый тренд. Цена 1 м² местами даже дешевле, чем в Москве. На сегодняшний день там можно приобрести в собственность жилье, оплатив земельный налог, и это очень хорошая инвестиция.

– Как сейчас обстоят дела на рынке недвижимости Дубая? Есть ли тенденции к росту/падению цен?

– Падения нет, а вот тенденция к росту есть. Потому что очень большой спрос, иностранцы там массово приобретают недвижимость.

– Какие районы и типы недвижимости сейчас наиболее востребованы?

– Все зависит от цены. В самом Дубае ценник от 60 млн. рублей и выше за 100 м². Кстати, там самая минимальная площадь – 100 м², меньше не бывает. Очень активно застраивается Шарджа, ехать туда всего 20 минут, но концепция очень крутая. Там такие же гостиницы, комплексы, и цены в 3 раза дешевле, чем в Дубае.

– Сотрудничаете ли вы напрямую с застройщиком, или это идет как перепродажа?

– Я не занимаюсь перепродажей, работаю от застройщика. И, соответственно, цены на все лоты только прямые.

– Какого класса там квартиры? И сколько примерно можно заработать на сдаче в аренду?

– Иностранцы могут приобрести собственность, оплатив единовременно земельный налог. Квартиры там полностью готовы к проживанию: сдаются уже с ремонтом, мебелью и техникой. В каждом доме есть рум-сервис, который это все обслуживает. Оформление мест общего пользования там очень крутое: обязательные требования к дому – бассейн, фитнес-центр, паркинг, которые входят в стоимость квартиры. Для них это – норма, и исключений не бывает. Условия очень интересные: единым чеком оплачивается аренда, услуги рум-сервиса собственник оплачивает в районе 200-250 тысяч рублей в год. 100 м² недвижимости можно сдать примерно за 2,5-3 миллиона рублей в год.

ЦЕНЫ ПРОДОЛЖАЮТ РАСТИ, И ЛУЧШИЕ ЛОТЫ РАЗБИРАЮТ БЫСТРО. ПОЭТОМУ ВАЖНО ДЕЙСТВОВАТЬ НА ОПЕРЕЖЕНИЕ. ЕСЛИ ВЫ ДАВНО РАССМАТРИВАЛИ ДУБАЙ КАК ВАРИАНТ ДЛЯ ИНВЕСТИЦИИ – СЕЙЧАС САМОЕ ВРЕМЯ СДЕЛАТЬ ХОД.



+7 910 077-80-95





НОВЫЙ УРОВЕНЬ ЖИЗНИ В ГОРОДЕ

ГРУППА КОМПАНИЙ «ОСТ» ПРЕДСТАВИЛА НОВЫЙ ПРОЕКТ ЭЛИТ-КЛАССА «ПРАЙМ СОВЕТСКАЯ», КОТОРЫЙ ПОЯВИТСЯ В НЕКОЛЬКИХ МИНУТАХ ХОДЬБЫ ОТ ТУЛЬСКОГО КРЕМЛЯ.

Фотограф: Светлана Колосова

Закрытая презентация проекта прошла в ресторане Bottega Italiana. На нее были приглашены лучшие агенты недвижимости и представители СМИ. В рамках этого яркого события были представлены некоторые подробности о доме.





Всех секретов «ОСТ» пока не раскрывает. Ясно одно: это станет новым витком в развитии премиального жилья в Туле. Расположение говорит само за себя. Это не стандартные обещания застройщиков про 10 минут езды до центра. «Прайм Советская» построят действительно в самом сердце Тулы, на пересечении улиц Советской и Пионерской.

Гид по Туле Александра Липкан выступила на презентации и рассказала, что на этой локации всегда жили самые уважаемые люди города. Прошло много лет, и по-прежнему ул. Советская считается исторической осью города, которая формирует статус жителей.



ЗДЕСЬ КРАСИВО И УДОБНО. ВСЕ САМЫЕ ЖИВОПИСНЫЕ ЛОКАЦИИ БУДУТ В ПЕШЕЙ ДОСТУПНОСТИ – КРЕМЛЬ, КАЗАНСКАЯ НАБЕРЕЖНАЯ, МУЗЕЙНЫЙ КВАРТАЛ И «ИСКРА». РЯДОМ РАСПОЛОЖЕНЫ РЕСТОРАНЫ, ТОРГОВЫЕ, СПОРТИВНЫЕ И РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ ЦЕНТРЫ, А ТАКЖЕ ГИМНАЗИЯ № 11 С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ЯЗЫКОВ.

Судя по представленной визуализации проекта, каждая деталь дома будет говорить о его статусе и станет украшением ул. Советской. Дом будет каскадным, от трех до десяти этажей, с закрытым двором, подземным паркингом и 146 уникальными планировочными решениями.

Заинтересовались? Оставляйте заявку на сайте и узнайте подробности первыми.

Сейчас – на этапе предбронирования – вы можете выбрать квартиру в доме элит-класса «Прайм Советская» по лучшей цене.

**ПРАЙМ
СОВЕТСКАЯ**

 **545-545**
 **OST71.RU**





НЕДВИЖИМОСТЬ – ТВОЕ ПРИЗВАНИЕ? ТЕБЯ ЖДУТ В ROOMS!

Агентство недвижимости ROOMS – это компания с современным подходом, качественным сервисом и внимательным отношением не только к клиентам, но и к сотрудникам. Агентам не нужно бегать по городу в поисках покупателей, компания сама гарантирует постоянный поток тех, кто точно заинтересован в покупке недвижимости, а специалистам остается только помочь клиенту в выборе квартиры, дома или помещения для бизнеса.

ROOMS – генеральный партнер «Авито» в городе Туле, это приносит заявки на продажи объектов от сервиса, а хорошая репутация у застройщиков позволяет получить для своих клиентов выгодные предложения. Здесь комфортно работать: современный офис находится в стильном Dom Noir, а в коллективе царит вдохновляющая атмосфера. Гибкие и интересные условия работы позволяют хорошо зарабатывать и строить карьеру как уже опытным специалистам, так и новичкам. Обо всем этом мы узнали из первых уст – от специалистов агентства недвижимости Rooms.



ИРИНА НИКИТИНА,
специалист по недвижимости:

– Я никогда не сомневалась в выборе ROOMS. Мне близки ценности коллектива: работать в интересах клиента и при этом постоянно развиваться самим. Приятно быть среди профессионалов, у которых всегда есть чему научиться и с которыми самой приятно делиться опытом.



ЛЮБОВЬ МОРОЗОВА,
специалист по недвижимости:

– ROOMS – это не просто работа, а возможность реализовать себя, получить стабильный доход, научиться новому и быть частью успешной команды. Мне приятно помогать людям, видеть их счастливые лица и слышать слова благодарности.

Отдельный плюс – свободный график работы: я сама планирую неделю. Это позволяет мне зарабатывать и при этом заниматься собой и детьми. Я уверена: если вы не строите свою мечту, кто-то наймет вас и построит свою. Здесь все решают я, и за это говорю спасибо ROOMS.



АННА СЫЧЕВА,
специалист по недвижимости:

– У меня есть опыт работы в тульских агентствах недвижимости, поэтому точно могу сказать: ROOMS отличается от многих других. Мне нравится современный подход к работе и условия труда. Здесь ценится честность и открытость. Тебя не выбрасывают на рынок недвижимости без помощи: у компании много инструментов для работы, которыми приятно пользоваться.

Конечно, такие условия привлекают хороших специалистов и интересных людей, так что коллектив заслуживает отдельной похвалы.



ЕВГЕНИЯ БРАТЧИКОВА,
специалист по недвижимости:

– Я пришла в компанию без опыта работы в сфере недвижимости, меня привлек стильный офис и хорошие условия для агентов. Но потом была приятно удивлена и тем, какие отзывчивые и сильные специалисты здесь работают. Мне удалось вырасти в профессионала благодаря опыту руководства и коллег. Они поддерживали меня во всем.

В ROOMS ценят желание работать, с самого начала специалистам дают много заявок и помогают проводить сделки. Здесь ты знаешь, что не один!



ДАНИИЛ АХМЕРОВ, специалист по недвижимости:

– Выбрал ROOMS, потому что встретил здесь крутую команду опытных специалистов. Я сам не новичок в этой сфере, поэтому, когда пришел, был уже знаком практически со всеми. Здесь прекрасная атмосфера в коллективе – свобода действий и возможность реализации.

Полностью разделяю подход компании к работе: мы ставим клиентский сервис на первое место и строим надежные, доверительные отношения с покупателем на долгое время, а не ради одной сделки! А еще решаем любые вопросы так, как делали бы это для себя.

Стараемся предоставить высокий сервис по любым вопросам недвижимости и в любых сегментах – будь то новостройки, вторичка, ИЖС или коммерция, причем не только в России. Недавно мы запустили продажу объектов на Бали, в Турции и на Северном Кипре. Развитие – залог нашего успеха!

В ROOMS каждый день – это новая возможность, новый вызов и новые достижения. Мы не просто продаем недвижимость, мы создаем комфорт и уют для наших клиентов, помогая им находить свое идеальное пространство. Если ты готов стать частью этой динамичной команды, где ценятся твои идеи и усилия, где ты сможешь развиваться и расти вместе с нами, то ROOMS ждет именно тебя!

Присоединяйся к нам и открой для себя мир возможностей в недвижимости! Вместе мы сможем достичь больших высот и сделать этот рынок еще более доступным и удобным для всех. ROOMS – это не просто работа, это твое призвание!



ROOMS
недвижимость



Фридриха Энгельса, 1
419 офис, этаж 4
+7 (920) 755-87-55

ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ

Руководитель «Клиники эстетической медицины Елены Черных»,
врач-косметолог



24 мая

ЛЕВ

23.07–23.08

Львов в мае ждёт творческий подъём. Карьера принесёт успех – смело заявляйте о своих идеях и беритесь за их реализацию. В любви вас ждут страсть и новые знакомства, а семейные Львы укрепят отношения. Будьте в центре событий и смело наслаждайтесь моментами, которые преподносит жизнь.

ДЕВА

24.08–23.09

Май для Дев – время анализа и планирования. Финансы стабильны, но избегайте рисков. В личной жизни возможны недопонимания – будьте терпеливы и не выходите из себя, постарайтесь больше слушать партнера. Действуйте системно и не переживайте по пустякам.

СТРЕЛЕЦ

23.11–21.12

Стрельцов май вдохновит на путешествия и обучение. Карьера принесёт интересные предложения – не упустите свой шанс и не бойтесь мыслить масштабно. Финансы будут в плюсе, особенно при дальних проектах. В любви ждут приключения – одинокие Стрельцы найдут родственную душу.

КОЗЕРОГ

22.12–20.01

Козероги в мае сосредоточатся на целях и дисциплине. Финансы стабильны – возможна прибыль от долгосрочных вложений. В любви будет мало эмоций, зато надёжность и стабильность, которых ранее не хватало. Здоровье в порядке, но важен отдых. Совет месяца: идите к цели, но не забывайте о радостях жизни.

ОВЕН

21.03–20.04

Май принесёт Овнам энергию для новых начинаний. Карьера будет в приоритете – возможно повышение. Финансы улучшатся, но важно избегать импульсивных трат. В личной жизни яркие эмоции: одинокие Овны встретят страстного партнёра, а семейные укрепят отношения. Здоровье в норме, но избегайте перегрузок.

БЛИЗНЕЦЫ

22.05–21.06

Май для Близнецов – время общения и перемен. В карьере появятся новые возможности, но будьте осторожнее и доверяйте интуиции. Личная жизнь наладится, вас ждут яркие знакомства или романтические примирения. Здоровье уязвимо – берегите нервы и не забывайте про отдых.

ТЕЛЕЦ

21.04–21.05

Для Тельцов май станет месяцем стабильности и удовольствий. Финансовая удача на вашей стороне – возможны премии или выгодные сделки. В любви полная гармония: партнёры станут ближе, наступает отличное время для признания или откровенного диалога. Карьера потребует терпения – не торопите события.

РАК

22.06–22.07

Раков май порадует семейным теплом и душевным комфортом. Карьера будет стабильной, но без резких взлётов. Финансы улучшатся, особенно при поддержке близких. В любви царит гармония – идеальное время для признаний. Здоровье в порядке, но избегайте стрессов.

ВЕСЫ

24.09–23.10

Весы в мае почувствуют прилив вдохновения и социальной активности. Карьера порадует новыми связями и проектами. В любви наступит романтический период – идеальное время для свиданий или путешествий. Избегайте перегрузок и ищите баланс между работой и личной жизнью.

СКОРПИОН

24.10–22.11

Май для Скорпионов – время трансформации и глубоких перемен. Карьера может преподнести сюрпризы – будьте готовы к борьбе. Финансы потребуют осторожности. В личной жизни возможны страсть и конфликты – контролируйте эмоции. Совет месяца: меняйтесь, но не разрушайте себя.

ВОДОЛЕЙ

21.01–19.02

Май для Водолеев – время друзей и нестандартных идей. Карьера удивит неожиданными возможностями – будьте открыты новому. В любви возможны яркие события, но без обязательств. Здоровье требует внимания – берегите иммунитет, не забывайте про спорт и правильное питание.

РЫБЫ

20.02–20.03

Рыб в мае ждёт период мечтаний и духовного роста. Карьера потребует интуиции – доверяйте внутреннему голосу. Финансы нестабильны – избегайте долгов. В любви будет много романтики, но возможны иллюзии. Здоровье уязвимо – не забывайте про сон и постарайтесь наладить режим.

Новые грани красоты

ВАЖНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ, ДЕЛОВАЯ ВСТРЕЧА, РОМАНТИЧЕСКИЙ УИКЕНД ИЛИ ПРОСТО МОМЕНТ, КОГДА ХОЧЕТСЯ ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ ОСОБЕННОЙ, – В ЛЮБОМ ИЗ ЭТИХ СЛУЧАЕВ ИДЕАЛЬНЫЙ ОБРАЗ СОЗДАСТ СТУДИЯ ВИЗАЖИСТОВ: ЮЛИАНА БУКАЛОВА, КРИСТИНА ФАДЕЕВА И ЕВГЕНИЯ ШАЦКИХ – ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ МЕЙК-АП МАСТЕРА И СТИЛИСТЫ ПО ПРИЧЕСКАМ. ИХ РАБОТЫ – ЭТО СОТНИ ВОЛШЕБНЫХ ТРАНСФОРМАЦИЙ, ВКЛЮЧАЯ ЗАВОРАЖИВАЮЩИЕ ОБРАЗЫ, УКРАШАЮЩИЕ СТРАНИЦЫ «МОДНОГО ГОРОДА».

Для этих мастеров каждая клиентка – особенная. Они не просто наносят макияж или укладывают волосы, а создают гармонию, подчеркивая природные достоинства и индивидуальность каждой девушки. Их цель – чтобы вы не только выглядели безупречно, но и чувствовали себя уверенно, ловя восхищенные взгляды.

Роскошный макияж – не просто косметика на лице, а настоящее обрамление вашей красоты. Он задаст настроение на весь вечер и сделает вас звездой любого мероприятия. А кадры с события? Они будут безупречны.

Завершит образ идеальная укладка: от нежных волн до элегантных пучков. Здесь мастерски работают с любым типом волос, создавая прически, которые остаются роскошными с утра до позднего вечера.

Доверьтесь профессионалам – откройте для себя новые грани собственной красоты!

julibu_muah
+7 919 074-70-64





ИСПОЛНЯЙ СВОИ ЖЕЛАНИЯ!

ТАТЬЯНА УСАЧЕВА, ЭКСПЕРТ ПО СВИДАНИЯМ, УВЕРЕНА, ЧТО САМОЕ ГЛАВНОЕ В ЖИЗНИ – БЫТЬ СОБОЙ И ПРИСЛУШИВАТЬСЯ К СЕБЕ И СВОИМ ЖЕЛАНИЯМ. ПОЭТОМУ ТАК ВАЖНО БАЛОВАТЬ СЕБЯ И ИСПОЛНЯТЬ СВОИ МЕЧТЫ. ЧТО, В ОБЩЕМ-ТО, И ДЕЛАЕТ ДЕВУШКА, И ВЫ ТОЖЕ МОЖЕТЕ!

– Таня, совсем недавно ты была на концерте Coldplay в Абу-Даби. Это была мечта или спонтанное решение?

– Это была мечта! Она была записана в моей книге «100 целей». Я решила ее осуществить за неделю до концерта Coldplay и поехала туда одна, т. к. никто не смог мне составить компанию. И это оказалось моим личным выходом из зоны комфорта.

– Честно, я бы побоялась ехать одна...

– И мне было очень страшно, т. к. я всегда езжу на «все включено», да еще и не владею английским. Как же я буду общаться с незнакомыми людьми в другой стране? Но я ни разу не пожалела, наоборот, оказавшись на концерте, воспарила энергией!

– Все понравилось?

– Концерт безумно понравился, там было много знаменитостей: солист группы Rammstein (как оказалось, он друг солиста Coldplay), Ольга Бузова, Павел Воля с женой Ляйсан Утяшевой. До этого я ни разу не была на таком масштабном мероприятии, и это произвело большое впечатление и простимулировало меня на дальнейшие изменения в своей жизни.

– Какие эмоции ты испытала от поездки?

– Я испытала все эмоции – от отчаяния до восторга. Это был последний, четвертый день концертов группы в Абу-Даби, а меня не хотели пускать. Да, и такое случается. Мне пришлось

заговорить со всеми, кто был, я испытала настоящий стресс, но в итоге прошла и была безумно счастлива!

– Что запомнилось больше всего? Какой момент из выступления был самым трогательным или неожиданным?

– Мне очень понравилась атмосфера в зале, с какой любовью участники группы относятся к своим слушателям. На входе каждому раздавали браслеты, которые светились в такт музыке. А специальные очки позволили ощутить себя, как в сказке: при надевании все вокруг было в сердечках. Вообще, весь концерт был окутан любовью, в конце был бесподобный салют и надпись «Мы верим в любовь». И это настолько грело сердце!

– Были ли какие-то особенные фишки у Coldplay в Абу-Даби?

– Спецэффекты очень красивые и всегда разные к каждой песне. Взаимодействие со зрителем было постоянно. Они выпускали мячики, использовали краски Холи, приглашали людей из толпы петь вместе с солистом. Иногда Крис Мартин останавливал песню и просто шутил. Это было настолько мило и душевно, что невозможно забыть.

– Знаю, что после концерта через некоторое время ты снова полетела в Абу-Даби.

– Я полетела в Абу-Даби конкретно на концерт, поэтому в первый приезд немного повалялась на пляже при отеле, нигде не гуляла, кроме торгового центра, который был рядом с отелем. А когда вернулась в Тулу, мотивировала своим путешествием подругу, и мы с ней поехали вдвоем в очень классный отель при гоночной трассе «Формулы 1». По утрам у нас был легкий завтрак на фоне автодрома с гоночными болидами. Еще над этим отелем всегда пролетали самолеты. Это было очень атмосферно.



– Какие места еще удалось посетить?

– Во второй приезд мы были 4 дня и посетили очень много всего. Впечатлил Лувр в Абу-Даби: мы смотрели картины и разные произведения искусства, купили книги по тематике. Целый день провели в Sea World: увидели множество животных, рыб разных морей и океанов. Находили там, наверное, 20 тысяч шагов. Были в зоопарке Абу-Даби. Там я осуществила свою мечту покормить с руки жирафа. Мы видели фламинго, много различных животных. Они содержатся в классной среде, и видно, что они счастливы. Еще ездили встречать рассвет недалеко от гостиницы Rixos. Ну и, само собой, купались, загорали и занимались шопингом! Его было очень много!

– Таня, что можешь рассказать о путешествиях соло? Это скучно или, наоборот, повод побыть наедине с собой и новой культурой?

– Очень круто, когда для поездки есть определенная цель. Я очень люблю концерты, посетила более 50 за свою жизнь, у меня есть фотографии с Катрин Денев, с Ларой Фабиан, другими известными мировыми звездами. Мне нравится побыть наедине с собой, поразмышлять, чего я хочу в этой жизни. Одна я прихожу в некий ресурс, который дает мне толчок действовать дальше.

Так здорово, оказывается, слушать себя и исполнять свои мечты. Но не у всех это получается. Мешают блоки и ограничения, а зачастую, просто нелюбовь к себе.

Татьяна с удовольствием делится своим опытом и помогает девушкам раскрыть в себе женский потенциал и использовать все ресурсы для достижения самых смелых желаний. Подписывайтесь на ее страничку «ВКонтакте», там вы познакомитесь с ней и найдете много полезной информации!



КОМПЛЕКСНЫЙ УХОД 45+

После 40 лет
коже требуется
особый подход –
мы разработали
его для вас!

Индивидуальная
диагностика

Программа
омоложения

Долгосрочный
результат

 клиника комаровой

ЗАПИШИТЕСЬ
НА КОНСУЛЬТАЦИЮ

57-30-07

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ