

№168 ОКТЯБРЬ 2023

МОДНЫЙ

Г О Р О Д

Отцы и дети

Фотопроект ко Дню отца

Красота

по-мужски

Косметология
для сильного пола

Приглашённый редактор

Ангелина Чибисова,
«Мать и Дитя»

Александр Римский

ЗАЩИТА ВАШИХ ИНТЕРЕСОВ



Рекламно-информационное
издание

ПУШКИН

КЛУБНЫЙ ДОМ

ДОМ СДАН

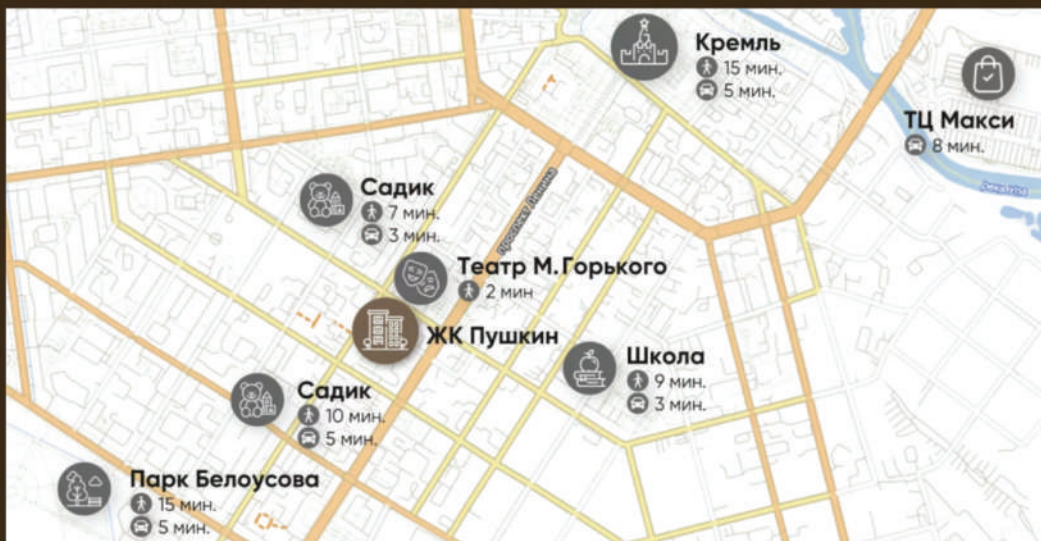




КОЛЛЕКЦИЯ УНИКАЛЬНЫХ КВАРТИР
С ВИДОМ НА ТУЛЬСКИЙ КРЕМЛЬ

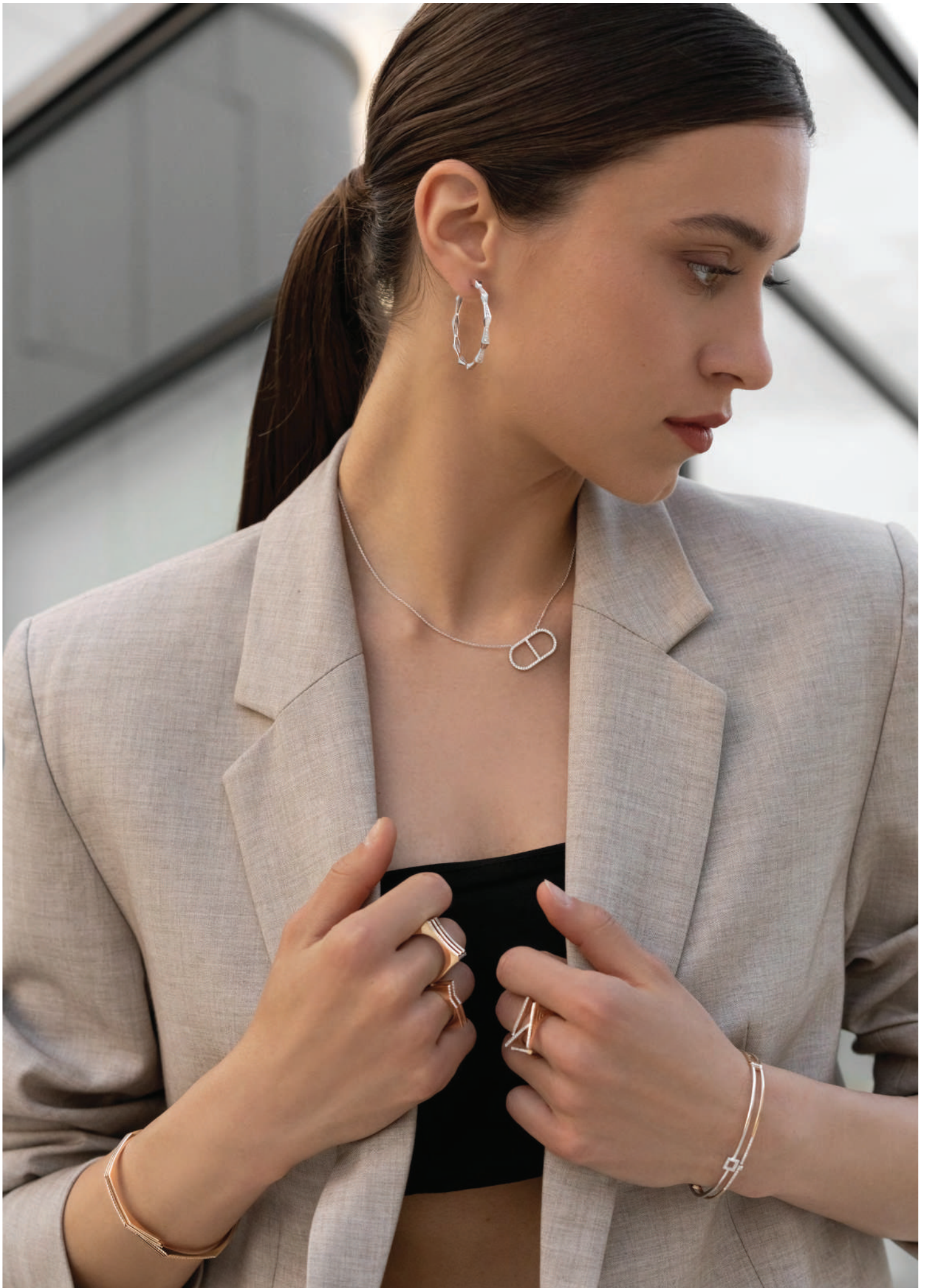


ПРЕМИАЛЬНОЕ НАПОЛНЕНИЕ
ДИЗАЙНЕРСКОЕ ЛОББИ, КОНСЬЕРЖ, ПАРКИНГ



РАСПОЛОЖЕНИЕ В САМОМ СЕРДЦЕ ГОРОДА
ПУШКИНСКИЙ ПРОЕЗД, 4В

KDPushkin.ru 38-47-38





ТУТАНХАМОН

С Е Т Ъ Ю В Е Л И Р Н Ы Х С А Л О Н О В

• г. Тула, ул. Пролетарская, 2,
ТРЦ «Макси»

8 800 700 57 72

• г. Новомосковск, ул. Трудовые
резервы, 336, ТЦ «Первый»

• г. Тула, пр-т Ленина, 19

• г. Тула, ул. Сойфера, 18а,
ГМ «Магнит»

• г. Тула, ул. Путьская, 5
ТУЦ «Сарафан»


JETOUR

— Drive Your Future —



Сергей Новиков, юрист

СТИЛЬ
ТВОЕГО ГОРОДА

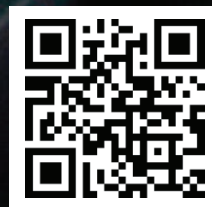


Одна из главных автомобильных премьер этой осени – DASHING от китайского бренда Jetour, городской кроссовер с инновационным дизайном, спортивным характером и впечатляющим набором высоких технологий. Свежий, дерзкий, яркий, он удивляет с первого взгляда – от скрытых ручек дверей до интеллектуального бесключевого салона. Огромный экран мультимедийной системы, качественный интерьер в стиле хайтек, просторный салон, передовая оптика, разные варианты двигателя и трансмиссии, отличная динамика и управляемость. Панорамная крыша, которая вызывает восторг и позволяет любоваться звездным небом. Зимний пакет уже в базовой комплектации – важный и необходимый момент в нашем климате. И ещё один весомый плюс – демократичная цена за модный облик и богатое оснащение. Новый Jetour DASHING уже в наличии у официального дилера в Туле – компании «Автоимпорт».

Организация: Ирина Пшонкина vk.com/irp_miga, Фотограф: Даюбин Дмитрий vk.com/foto_dzyubin


АВТОИМПОРТ
г р у п п а к о м п а н и й

Тула, Октябрьская, 320
+7 4872 57 10 00



17 лет
строим
для туляков



ЛЕВОБЕРЕЖНЫЙ
жилой комплекс

ОТДЕЛ ПРОДАЖ:
г. Тула, ул. Новомосковская, д. 4
sales@ingrupp-online.ru

ЖИТЬ В КОМФОРТЕ – ПРЯМО СЕЙЧАС!



ЛИМИТИРОВАННОЕ КОЛИЧЕСТВО КВАРТИР
С ОКНОМ В ВАННОЙ КОМНАТЕ

+7 (4872) 52-09-09
ingrupp-online.ru

Проектная декларация размещена на сайте наш.дом.рф.
ООО «ИН-ГРУПП ОНЛАЙН»



ПЕРВЫЙ
ЮГО-ВОСТОЧНЫЙ
ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС

мультибрендовые салоны
Валентина





ул. Болдина, 86
тел. 70-28-95

ТРЦ «Макси»
ул. Пролетарская, 2
2-й этаж

ТЦ «Утюг»
ул. Демонстрации, 1Г
1-й этаж



ФРАНЦУЗСКОЕ НАСТРОЕНИЕ



ЕСЛИ ХОЧЕТСЯ СОЗДАТЬ ОСОБУЮ АТМОСФЕРУ И НАСТРОЕНИЕ – ЭТО ПРОСТО, ВЕДЬ ИНСТРУМЕНТЫ У ВАС ВСЕГДА ПОД РУКОЙ. ДУША ПРОСИТ РОМАНТИКИ, НЕЖНОСТИ И ИЗЫСКАННОСТИ? НАДЕВАЕМ ЛЕТАЮЩИЙ ВОЗДУШНЫЙ НАРЯД, ОТПРАВЛЯЕМСЯ В КОФЕЙНЮ И НА НЕСКОЛЬКО ЧАСОВ ПОГРУЖАЕМСЯ В ШИК И ФЛЕР СОЛНЕЧНОЙ ФРАНЦИИ. ЛОКОНЫ, ШЕЛКА, ЛЕГКИЙ ЩЕБЕТ С ПОДРУГАМИ, ВКУСНЕЙШИЙ ДЕСЕРТ С ЧАШЕЧКОЙ КОФЕ – МАЛЕНЬКИЙ ФРАНЦУЗСКИЙ УИК-ЭНД МОЖНО УСТРОИТЬ СЕБЕ ДАЖЕ В БУДНИЙ ДЕНЬ И ДАЖЕ В ЦЕНТРЕ ШУМНОГО ГОРОДА.



Mary Stone

ул. Демонстрации, 1г,
бутик 205, этаж 2
+7 (905) 112-37-73
vk mary_stone71



Тула, ул. Союзная, 1,
+7 (950) 924-45-57
vk entreetula

Модель: Сухова Елизавета /vk.com/licorice_off и lisa.sukhovaaa
Визаж для Лизы: Ксения Симакова kseniya_sima_

УГОЛОК ФРАНЦИИ В ЦЕНТРЕ ТУЛЫ

Кофейня Entrée с порога погрузит вас в парижскую атмосферу, зачарует ароматами кофе, околдует авторскими десертами, от которых не оторвать глаз и с которыми невозможно остановиться, – хочется еще!

Светлый легкий интерьер располагает к приятному отдыху и душевным разговорам, прекрасная кухня – к тому, чтобы приходить сюда и получать гастрономическое удовольствие в любое время дня. В меню – разнообразные завтраки (которые подаются с утра и до вечера!), салаты и горячие блюда, а также большой выбор кофе, авторского чая, коктейлей и других напитков в барной карте.



Тула, ул. Союзная, 1,
+7 (950) 924-45-57
entreetula

ОБРАЗЫ ДЛЯ ВАШИХ ЛИЧНЫХ ИСТОРИЙ

Изысканные, уточненные образы во французском стиле мы нашли в Mary Stone – мультибрендовом пространстве с 18-летней модной историей. Mary Stone – это авторские коллекции российских дизайнеров в разных стилях и под любое настроение. Это про качество, индивидуальность, лоск, уважение к себе, сервис, уверенность в своих инвестициях, эстетическое наслаждение даже от изнанки.

Гардероб женщины – это всегда отражение вашего образа мыслей, ощущения себя и видение этого мира. Вы можете создавать именно то впечатление, которое вам хочется, с помощью того, что на вас надето сегодня. Ткань, крой, фактуры, детали – все это инструменты вашего стиля, который формируется на базе вашей личности. Mary Stone дарит возможность создавать множество образов, быть разной, но при этом всегда оставаться собой!



Mary Stone

ул. Демонстрации, 1г,
бутик 205, этаж 2
+7 (905) 112-37-73
vk mary_stone71

ОКТАБРЬСКИЙ
НОМЕР

Еще не так давно было четкое разделение: женские журналы пишут о модной длине юбки, помадах, цвете волос и о том, как похудеть к лету, а мужские – решают насущные общественные вопросы, рассказывают о бизнес-стратегиях, науке, спорте. Сегодня глянец, как и женщине, тесно в рамках «юбка-помада». Не только в мужских, но и в женских журналах поднимаются «тяжелые» темы. Наш журнал никогда не был чисто женским или чисто мужским. На его страницах каждый может найти для себя что-то интересное: здоровье, бизнес, мода, красота, образование, недвижимость, спорт и пр.

Традиционно каждый год в ноябре мы делаем проект ко Дню матери. В этом году мы посчитали несправедливым не отметить роль второго родителя в воспитании детей и сделали проект ко Дню отца. Российские папы отметят свой официальный день 15 октября. В нашей стране этот праздник появился сравнительно недавно – в 2021 году. Надеемся, наш теплый фотопроjekt вдохновит вас поздравить папу, неожиданно навестить его и вместе с ним пообедать или провести весь день, помочь по дому, подарить папе то, о чем он давно мечтал, или просто сказать спасибо за его любовь и внимание!

В этом номере мы поднимаем такие деликатные темы, как мужское здоровье и мужская косметология. Традиционно, как и в каждом номере, внутри вы найдете статьи по бизнес-тематике. Обязательно обратите внимание на интервью нашего героя с обложки Александра Римского. Все эти темы мы объединили в этом номере с целью помочь современному мужчине быть здоровым, успешным и уверенным в себе!

Прическа и макияж: Анна Бакшеева
vk.com/ann_visage_tula



ИРИНА ПШОНКИНА,
руководитель журнала
«Модный Город»
vk.com/iren_mirra

Фотограф: Полина Сидорова vk.com/polina_forest

МОДНЫЙ
Г О Р О Д

18+

Тула, №168
октябрь 2023 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.

Главный редактор Белова Е. И. Руководитель журнала Пшонкина И. А.
Специалисты по рекламе: Колесова А. А., Бахилина В. А., Золотарева А. В., Казакова Е.И. Дизайнер: Вильгельм А. Е., 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 «Борус-Принт»:
Россия, г. Москва, пер. 1-й Котляковский, 3, 2-й этаж, пом. 7, комн. 5а, 5в (оф. 23)
Время подписания в печать по графику – 15.00. Фактически – 15.00.
Заказ П02620/1 Тираж 5 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 29.09.2023.
Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.



☎ 700-202

 **КЛУМБА**
ЦВЕТЫ & ДЕКОР



ИП Савельев Родион, Александрович ИНН 71107425659831 ОГРН 323710000047894

СВЕРХКЛУМБА НА ЛИКЕРКЕ КЛУ

■ БУКЕТЫ И КОМПОЗИЦИИ

Большой ассортимент на нашем сайте. Закажите доставку или оформите самовывоз из магазина на удобную дату.

■ КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

Для дома и озеленения помещений. Привезём любое растение под заказ. Каждое Воскресенье – скидки до 20%.

■ АРОМАТЫ И КОСМЕТИКА

Уходовая премиум-косметика и ароматы для дома в ассортименте – Zielinski & Rozen, Kaori, Eyfel.

■ ДЕКОР И ПОДАРКИ

Интерьерный декор для дома и любого торжества: фигуры из гипса, кашпо, посуда и многое другое.

Благодарим ресторан Пилот
(ТЦ Куклы, ул. Советская, д. 10)
за предоставленное место съемки

АЛЕКСАНДР РИМСКИЙ

ЮРИСТ, ОСНОВАТЕЛЬ
КОМПАНИИ «РИМСКОЕ
ПРАВО»

РОДИЛСЯ: В Г. АЛЕКСИНЕ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

ВЫСШЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ:
ТУЛЬС-КОЕ ВЫСШЕЕ
АРТИЛЛЕРИЙСКОЕ
УЧИЛИЩЕ (ТВАИУ),
МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ЮРИДИЧЕСКИЙ
ИНСТИТУТ (МЮИ).

СТАЖ В ЮРИСПРУДЕНЦИИ:
17 ЛЕТ

СЕМЬЯ: СУПРУГА
ЕКАТЕРИНА, СЫН, ДОЧЬ

ДОМАШНИЕ ЖИВОТНЫЕ:
СОБАКА – АЛЯСКИНСКИЙ
МАЛАМУТ

ХОББИ: ШАХМАТЫ

ЛЮБИМЫЙ ПАРФЮМ:
MOLECULE 01

ЛЮБИМОЕ БЛЮДО:
ТАРТАР ИЗ ГОВЯДИНЫ
С КРАСНЫМ ВИНОМ

ЛЮБИМЫЕ МЕСТА
В ТУЛЕ: ТУЛЬСКИЙ
КРЕМЛЬ, НАБЕРЕЖНАЯ

ЛУЧШИЙ ОТДЫХ:
ПУТЕШЕСТВИЯ С СЕМЬЕЙ

СЕЙЧАС ЧИТАЕТ: ПЕРЕЧИ-
ТЫВАЕТ МАКСА ФРАЯ

ПРИНЦИПЫ РИМСКОГО



Римское право
+7 (4872) 38-54-81
rim-pravo.ru



Юрист обычно возникает в нашей жизни вместе с проблемой, которую мы не можем решить сами. И это такой важный выбор – найти правильного специалиста, который не обманет, не будет давать пустых обещаний и не возьмет лишнего. Наш сегодняшний герой с обложки, юрист Александр Римский, основатель компании «Римское право», работает с людьми, семьями и корпорациями, имеет кристальную репутацию и уверен, что честность и прозрачность важны так же, как и профессионализм.

– Александр, с какими вопросами к юристу чаще всего обращаются клиенты?

– Услуги юриста востребованы практически во всех сферах жизни – от мелких бытовых сделок до глобальных контрактов и споров корпораций. Больше половины нашей основной работы – это обращения частных лиц: наследственные споры, земельные споры, бракоразводные процессы, жилищные споры... Продолжать можно долго. Лучше обратиться к частностям: у нас есть масса примеров, когда безнадежное на первый взгляд дело в суде оказывалось выигрышным. Вся тонкость в том, что безнадежным оно было по мнению клиента. Когда же за дело берутся профессионалы, все становится с головы на ноги, и результат нашей работы радует наших клиентов.

– А бизнес? Для чего ему нужен «сторонний» юрист? В штате наверняка есть свой...

– Моя компания работает и с частными клиентами, и оказывает юридическое сопровождение бизнеса. Это очень удобно для клиента. Объясню на примере: если в организации есть штатный юрист, ему необходимо платить зарплату, делать страховые и налоговые отчисления, оплачивать отпуск, больничный и т. п. В нашем же случае – организация заключает договор на юридическое сопровождение, согласно которому наши специалисты круглосуточно на связи и готовы оказать юридическую помощь коллегиально. Плюс многолетний опыт сопровождения корпоративных споров, юридического сопровождения деятельности организаций также дает о себе знать. И все это – за фиксированную сумму. То есть выгода для юридических лиц очевидна. А наша судебная практика говорит сама за себя.

– Какие услуги для бизнеса сейчас особенно актуальны?

– Пожалуй, стоит отметить услуги по лицензированию. Есть целый перечень видов деятельности, которые подлежат обязательному лицензированию: образование, медицина, продажа некоторых категорий товаров и другие. Моя компания оказывает помощь в получении лицензии, наработан большой опыт не только в Туле, но и по всему ЦФО. Кстати, мы в целом не ограничены пределами Тульской области – по любым юридическим вопросам организации и частные лица сотрудничают с нами из любых регионов, все вопросы, включая представительство в суде, можно решить дистанционно.

Возвращаясь к лицензированию: когда предприниматель или организация сталкиваются с этим вопросом, они зачастую не знают, как действовать, куда обращаться. Без опыта есть риск не пройти по критериям или затянуть процесс получения лицензии. Обратившись к нам, представитель бизнеса получает услугу под ключ: ему не нужно делать ничего, мы решим все вопросы, включая выездные проверки, получение заключений – и результатом нашей работы станет лицензия. Сделаем все четко и быстро.

– Существует стереотип, что юристы – бездушные, сухие люди, которые говорят заумные речи, берут непонят-

но за что деньги и совершенно непонятно, помогут ли они вообще...

– В своей работе я постоянно пытаюсь разрушить этот стереотип. И всегда – успешно. Во-первых, я всегда объясняю клиенту перспективу его дела, причем предельно честно и прозрачно, не углубляясь в юридические термины или сводя их к минимуму.

Во-вторых, говоря о стоимости услуг, – сумма всегда фиксирована, я прописываю это в договоре. Изменяться от количества судебных заседаний или еще от каких бы то ни было факторов она не будет. Это тоже довольно удобно для клиента.

Ну и в-третьих, даже если проблема, с которой ко мне обратились, не имеет юридических решений, я могу предложить ряд вариантов, которые минимизируют риски клиента. В данном случае я имею в виду услуги медиации, переговоры с контрагентами, ведь всегда можно договориться, а это порой имеет гораздо больший эффект, нежели обращение в суд. Конечно же, все исключительно в рамках правового поля.

По этическим соображениям я не могу освещать конкретные дела своих клиентов, это носит конфиденциальный характер. Однако не без гордости могу озвучить тот факт, что огромная часть обращений ко мне как к юристу происходит из так называемого «сарафанного радио», а это – лучший знак качества оказываемых услуг. И это действительно очень приятно.

На самом деле, видеть благодарность в глазах клиента после выигранного дела – это бесценно. Это наипервейший показатель эффективности нашей работы.

– Правда, что Вы уже стали «семейным юристом» для многих клиентов?

– Да, за последние пять-шесть лет появилась тенденция, когда моими услугами пользуются члены одной и той же семьи. Так называемый «семейный юрист» – причем я работаю с клиентами не только из нашего региона, но и со всей России. На самом деле это тоже очень удобно для клиентов. Они уже обращались ко мне, знакомы с качеством предоставляемых услуг, соответственно, рекомендуют их своим родным.

Опять же, повторюсь, это в очередной раз служит лакмусовой бумажкой моей работы. Если клиенты советуют меня самым близким людям – они полностью во мне уверены. Значит, все правильно делаю.

– Что бы Вы посоветовали нашим читателям?

– Искренне желаю, чтобы у вас никогда не возникало необходимости обращаться к юристам. Но если юридическая помощь необходима – обращайтесь только к профессионалам, имеющим понятие о честности, ответственности, такте и этике.

ГРОМКИЙ ГОЛОС «тихой роскоши»

2023 ГОД ОЗНАМЕНОВАЛСЯ КУЛЬМИНАЦИЕЙ БЛАГОРОДНОГО ТРЕНДА НА «QUIET LUXURY» («ТИХУЮ РОСКОШЬ»), ОДНАКО ТАКЖЕ ОДНИМ ИЗ САМЫХ ЦИТИРУЕМЫХ СТАЛО ПОНЯТИЕ OLD MONEY. МОЖЕТ, ЭТО ОДНО И ТО ЖЕ, ИЛИ РАЗНИЦА ВСЕ ЖЕ ЕСТЬ? В НЮАНСАХ МОДНЫХ ТЕРМИНОВ РАЗБИРАЛСЯ НАШ СТИЛИСТ ГАЯ ПЕТРОСЯН.



ГАЯ ПЕТРОСЯН,
стилист, основатель студии
Стиля и шоу-рума DruGAYA.
Больше материалов автора
в соцсетях @drugaya_style

OLD MONEY

В дословном переводе old money означает «старые деньги». Говоря простым языком, унаследованное от прошлых поколений богатство, помноженное на «породу», — вот самая краткая формула не дающего сегодня всем покоя понятия.

Old money — это не просто, а скорее не только стиль одежды. Это целая философия, образ мысли и бытия. Среди прочего базовыми элементами этого стиля жизни являются искусство, высокая кухня, путешествия, гольф, конное поло, яхтинг. Для людей, исповедующих эту веру, «завтрак у Тиффани» — ежедневный ритуал, а пальто от Chanel — не предмет гордости и изюминка гардероба, а стандартный и повседневный его элемент.

Однако усилиями медиа и инфлюенсеров в этом году стиль old money превратился из привилегии давно и очень богатых людей в большую мечту для многих девушек и парней разных возрастов. Теперь все, кто грезит и стремится к семизначному долларовому счету в банке, или даже согласен на меньшее, сегодня хотят выглядеть так, будто их семья на протяжении не менее трех поколений перманентно поглощает «Дом Персионьон», закусывая алмазной икрой, и все это в собственном лимузине на пути в бутик Ralph Lauren.

Причем эстетика этого аристократичного направления в одежде призвана продемонстрировать высокий статус без ношения огромных бриллиантов, громких лейблов или редких мехов. «Дорого-богато» — прямой антоним стилистики old money.

Все просто, элегантно, со вкусом. Секрет в том, чтобы выглядеть на миллион долларов, не используя стандартную атрибутику демонстрации богатства. Это про «быть», а не «казаться».

Главное преимущество этого стиля — его невозможно сымитировать. Натуральный шёлк и кашемир не купишь в масс-маркете, качественная ткань должна быть дорогой, понимающие люди всегда это оценят. Одежда, обувь и украшения — только самых известных и люксовых домов и брендов, что, по факту, доступно в общей массе не такому большому проценту населения. Поэтому, разобравшись с этим понятием, переходим к другому, более доступному.



ТИХАЯ РОСКОШЬ

Охарактеризовать этот стиль можно словосочетанием «роскошный минимализм». И в отличие от предыдущего понятия, эта роскошь может быть приобретена на деньги, заработанные собственными усилиями, – new money («новые деньги»). Стиль присущ представителям self-made («человек, сделавший себя сам») – людям, добившимся основательно-го успеха самостоятельно и не видящим необходимости доказывать свою состоятельность через ношение одежды, щедро сдобренной логотипами известных домов, и украшений с камнями наперевес. Также этот стиль выбирают те, кто стремится к роскошной жизни, но пока не может себе ее позволить, – и в этом нет ничего плохого. Благородный, взвешенный минималистичный образ вкупе с другими достоинствами поможет произвести правильное впечатление в высшем обществе и откроет перед вами ранее закрытые двери.

Таким образом, мы видим, что еще одним отличием «тихой роскоши» от old money является возможный ценовой сегмент. Эта одежда может быть приобретена как в люксовом бутике, так и на распродаже в Zara, искусство – в умении отобрать нужные вещи и соединить их в изысканном и эстетичном образе.



КАК ЖЕ СОБРАТЬ ОБРАЗ В СТИЛЕ «ТИХАЯ РОСКОШЬ»?

Соблюдайте следующие 6 правил:

- 1.** Выбирайте одежду приглушенных, пастельных оттенков или глубоких тонов – темно-зеленого, темно-синего, бур-гунди, шоколада, черного, а также белого и серого.
- 2.** Отсутствие брендов, логотипов, ярких принтов, чрезмерно акцентной фурнитуры, нарочитого украшения, страз, блесток и пайеток.
- 3.** Используйте только качественные материалы и ухаживайте за одеждой. В условиях отсутствия в образе значительного количества элементов, принтов, украшений, любая погрешность – такая, как зацепки, или того более, катышки, привлечет к себе внимание и вызовет непонимание. Такие вещи нужно уметь правильно носить и ухаживать за ними. Сюда относятся и постоянство в уходе за замшей, и вовремя сданное в химчистку светлое пальто.
- 4.** Идеальная посадка. Часто – индивидуальная подгонка по фигуре. Однако вещи могут быть и оверсайзные, если это предусматривает модель.
- 5.** Соответствие случаю. Если вы желаете одеваться в стилистике «тихой роскоши», то главное здесь не следование своим собственным представлениям и вкусам, а уважение к обществу, ведь роскошная женщина никогда не поставит в неудобное положение хозяев, появившись в гостях в неподобающем туалете.
- 6.** Проверьте свой образ на соответствие главным 5 принципам: спокойствие, элегантность, аристократичность, минимализм, визуальная чистота.

КАЖЕТСЯ, ОДНИ ИЗ САМЫХ
ЭЛЕГАНТНЫХ УКРАШЕНИЙ
2023 ГОДА НАЙДЕНЫ!
СЛЕДУЙТЕ ЗА НАМИ, И МЫ
ПРИВЕДЕМ ВАС В ОАЗИС
КРАСОТЫ И СТИЛЯ
ЮВЕЛИРНОЙ МОДЫ!
ПРО АКТУАЛЬНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ
И ИДЕИ, КАК КРАСИВО НОСИТЬ
ИЗДЕЛИЯ, НАМ ПО СЕКРЕТУ
РАССКАЗАЛА ЕКАТЕРИНА
ПОЛИВАЕВА.

«Тутанхамон»: изысканность во всем

Фотограф: Елена Черкасова

ТУТАНХАМОН
СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ

• г. Тула, ул. Пролетарская, 2, ТРЦ «Макси»

• г. Тула, пр-т Ленина, 19

• г. Тула, ул. Сойфера, 18а, ГМ «Магнит»

• г. Новомосковск, ул. Трудовые резервы, 336, ТЦ «Первый»

• г. Тула, ул. Путейская, 5, ТРЦ «Сарафан»

– Каковы последние тенденции в дизайне ювелирных украшений?

– Актуальны **геометрические формы** в разных сочетаниях. «Геометрия» стала новым прочтением классики, где благородный минимализм в сочетании с многослойностью позволяет создать тот самый личный образ.

Идеально работают в тренде на многослойность **кольца-пружинки и спиральки**.

Для смелых любителей ювелирных украшений – **оригинальные объемные изделия** с использованием цветной эмали, барочного жемчуга, крупные серьги «Конго», а также украшения в виде солнца или монет.

Мультипирсинг – огромное поле для ювелирных экспериментов. Комплект пусет в одно ухо или две серьги, одинаковые по размеру и близкие по дизайну, сделают образ сложнее и интереснее.

Броши давно завоевали свое место на олимпе ювелирной моды. Приколите к одежде одновременно две, и тогда именно на вас будут останавливаться восхищенные взгляды.

Серебро сейчас – самое «живое», эффектное и стремительное направление в ювелирной индустрии. Эти украшения охватывают все любимые стили и направления в моде и подходят представителям всех возрастов и настроений.

Актуальные ювелирные образы часто строятся на деталях и нюансах, и самый верный вариант – это экспериментировать с трендами так, как хочется только вам!



– О чем нужно подумать перед покупкой ювелирных изделий?

– Обратитесь к украшениям, которые у вас уже есть. Что в них нравится – золото или серебро, какие цвета золота или вставок вам по душе? Украшения не могут существовать отдельно от вашего стиля и от вас, они – ваше дополнение и продолжение.

Есть ли у вас ювелирная мечта? Может, без какого-то украшения ваша шкатулка кажется неполной, в таком случае во время ювелирного шоппинга, сделайте акцент на его поиски.

– Все это можно приобрести в магазине «Тутанхамон»?

– Да, конечно. Мы более 20 лет принимаем участие во всех профильных мероприятиях и ювелирных выставках в России и за рубежом и выбираем для наших клиентов качественные, стильные и особенные ювелирные украшения! А также имеем возможность доставлять изделия клиентам прямо с выставок и абсолютно уверены, что в нашей сети любой может найти себе изделие по душе!



ВМЕСТЕ К МЕЧТЕ

Хотите начать регулярно заниматься фитнесом? Вот инструкция: представляем свою идеальную фигуру и идем с этой мечтой в «Фитнес-Парк»! Здесь всегда рядом будут люди, которые с вами на одной волне, и тренеры, которые помогут и направят на пути к цели, поддержат, когда сложно, и мотивируют не останавливаться. Вместе идти к мечте проще и веселее!



ФИТНЕС парк

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



«Фитнес-Парк» – это крутые тренажеры, кроссфит, бокс, бассейн, а также целый спектр групповых программ – танцевальные и силовые, динамичные и медитативные. Классическая аэробика, степ, тренировки с миништангами и фитболами, занятия на выносливость, стремительный сайкл на велотренажерах, йога, стретч, мфр – для гибкости, снятия напряжения и стресса... Есть групповые тренировки в бассейне (обучение плаванию, аквааэробика, высокоинтенсивный аквакросс для мужчин), групповые занятия по боксу – для тех, кому проще идти к своей цели в компании. И конечно, индивидуальные тренировки, когда под постоянным контролем профессионала вы до идеала оттачиваете технику упражнений, с каждым разом повышаете и разнообразите нагрузки, и каждое занятие становится открытием – новых движений и ваших возможностей.



5 ЛЕТ ДАРИМ СЧАСТЬЕ

В ОКТЯБРЕ ТУЛЬСКАЯ КЛИНИКА «МАТЬ И ДИТЯ», БЛАГОДАРЯ КОТОРОЙ СОТНИ СЕМЕЙНЫХ ПАР СТАЛИ РОДИТЕЛЯМИ, ОТМЕЧАЕТ СВОЙ ПЯТЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ. О ТЕХНОЛОГИЯХ, КОТОРЫЕ ДАРЯТ СЧАСТЬЕ МАТЕРИНСТВА, РАССКАЗЫВАЕТ ГЛАВНЫЙ ВРАЧ КЛИНИКИ АНГЕЛИНА НИКОЛАЕВНА ЧИБИСОВА, ПРИГЛАШЕННЫЙ РЕДАКТОР ЭТОГО НОМЕРА ЖУРНАЛА.

Пять лет назад в Туле открылась клиника федеральной сети, которая на тот момент уже была известна по всей России как передовой центр женского здоровья. Вместе с «Мать и Дитя» тульским пациенткам стали доступны последние разработки и достижения в области гинекологии и репродуктологии. И это было только началом большого пути.



АНГЕЛИНА ЧИБИСОВА,
врач акушер-гинеколог,
репродуктолог

Сегодня «Мать и Дитя» – ключевой оператор ЭКО в регионе, благодаря нашей клинике 450 женщин стали мамами. У нас высокий процент успешных протоколов ЭКО – в этом заслуга и наших врачей, и высокотехнологичного оборудования. Закуплен планшетный инкубатор, который позволяет выращивать эмбрионы каждой пациентки в индивидуальных отсеках. Проводится генетическое тестирование эмбрионов, что повышает эффективность программ ЭКО. Мы помогаем пациентам пройти весь путь получения квоты и сделать ЭКО по полису ОМС бесплатно. Успешно реализуем донорские программы (донорство ооцитов, спермы) для тех женщин, которым по разным причинам не подходят стандартные программы. В регионе мы работаем с сурrogатным материнством, и у нас уже есть счастливые пары, которые стали родителями с помощью этой программы.

Два года назад у нас открылся центр ведения беременности, потому что это важно – готовиться к беременности и наблюдать ее под постоянным контролем врача. У нас созданы все условия, в которых будущая мама окружена максимальным комфортом и заботой.

Мы гордимся тем, как выросла клиника за 5 лет. Гордимся теми решениями, которые делают лечение у нас еще эффективнее, а атмосферу для наших пациентов – еще комфортнее. Но главный повод для гордости – счастье в глазах молодых мам и пап и осознание того, что мы причастны к их радости. Дороже этого нет ничего.

Желаю читателям журнала здоровья и исполнения мечты. Если вы мечтаете стать родителями – действуйте! Современная медицина дает много возможностей обрести счастье материнства – только не упускайте время!



АНГЕЛИНА ЧИБИСОВА И ЕЕ ПАЦИЕНТКА АЛЕКСАНДРА
с детьми Евой и Мироном (7 месяцев). Во время беременности Александра наблюдалась в клинике «Мать и Дитя».



мать и дитя

КЛИНИКА ТУЛА

Тула, ул. Пушкинская, 58а
Тел. 8-800-700-700-1
tula.mamadeti.ru



Организация: Ирина Пшонкина iren_miga, Фотограф: Инна Хан vk.com/ian_inna

ИМЕНАТОСЯПРОТИВПОКАЗАНИЯ.ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬСВРАЧОМ

Беременность БЕЗ ВЫХОДНЫХ И ОЧЕРЕДЕЙ



МАТЬ И ДИТЯ

КЛИНИКА ТУЛА

**950 БУДУЩИХ МАМ ВЫБРАЛИ ВЕДЕНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ
В ДОМАШНЕЙ АТМОСФЕРЕ КЛИНИКИ «МАТЬ И ДИТЯ»**

Ведение беременности в клинике «Мать и дитя» Тула – это:

- Контроль 24/7 за течением беременности врачей акушеров-гинекологов, включая выходные
- Полноценная женская консультация: 8 врачей акушеров-гинекологов с опытом работы более 10 лет
- Ранняя постановка на учет для контроля протекания беременности и спокойствия мамы
- Полноценное обследование мамы и будущего малыша, включая обследование на генетические заболевания
- Персональные обследования и приемы пациенток проходят по индивидуальному графику, без длительного ожидания и очередей
- Ведение многоплодной беременности, после ЭКО, длительного невынашивания
- Реальная помощь в выборе роддома
- Комфортные условия и приятные мелочи

Клиника «Мать и дитя» Тула
Тула, ул. Пушкинская, 58а
Тел. 8-800-700-700-1
tula.mamadeti.ru





Мать и Дитя
КЛИНИКА ТУЛА

ул. Пушкинская, 58а
Тел. 8-800-700-700-1
tula.mamadeti.ru

Сычёва

Ирина Вячеславовна

акушер-гинеколог, маммолог,
консультант по грудному вскарм-
ливанию клиники «Мать и Дитя»

Людмила Чмыхова, мама Ани (1 год 8 месяцев), вела беременность в клинике «Мать и Дитя» в 2021 году:

– Во время беременности мне был очень важен комфорт: когда ты и так вся на гормонах, на нервах, визит к врачу должен успокаивать, вселять уверенность в том, что всё будет хорошо. Я хотела приходить в клинику, где тихо, спокойно, где тебя принимают вовремя, обращаются с заботой, в одном месте проводят все анализы и обследования, заряжают бодростью и хорошим настроением. И в любое время суток готовы выслушать твои страхи и тревоги и успокоить. Считаю, что контракт на ведение беременности был моим самым правильным решением.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



*Сеничук
Мария Вячеславовна*

акушер-гинеколог, репродуктолог
клиники «Мать и Дитя»



Сарвара Ибрагимова, сейчас находится на программе ведения беременности в «Мать и Дитя»:

– Это моя первая беременность, жду девочку. Конечно, очень волнуюсь, хочу, чтобы ребенок родился здоровым, поэтому сейчас стараюсь создать для себя максимально комфортные условия. Так, чтобы приходиться к врачу без нервов и очередей, чтобы было внимательное отношение, грамотные советы, приятная обстановка. Все это дает будущим мамам спокойствие и уверенность.

Малафеева
Ольга Евгеньевна

акушер-гинеколог клиники
«Мать и Дитя»



МАТЬ И ДИТЯ

КЛИНИКА ТУЛА

ул. Пушкинская, 58а
Тел. 8-800-700-700-1
tula.mamadeti.ru



**Юлия Кудрявцева, мама Коли (2 года 10 месяцев),
вела беременность в клинике «Мать и Дитя»:**

– Беременность – всегда очень волнительный период. Тем более, когда есть нюансы по здоровью, особенно хочется уверенности в клинике, врачах, оборудовании. Когда будущая мама тревожится, впадает в панику, очень важно, чтобы она могла всегда выйти на связь с врачом – позвонить, написать и услышать нужные слова, получить поддержку. А когда женщина в положении приходит на прием, ей тоже крайне важны положительные эмоции – уютная обстановка, заботливое отношение, возможность получить все услуги в одном месте. Контракт на ведение беременности дает именно такой высокий уровень комфорта и всестороннюю заботу будущим мамам.



ИМЕНАЮТЯ ПРОТИВ ВОЛПОКА ЗАНЯТЯ. ПРОКОМСУЛЬТИКУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

КЛИНИКА ПРОТИВ ВОЛОКАЗАННЯ. ПРОКОНСУЛЬТУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



Юдина
Татьяна Ильинична

акушер-гинеколог,
репродуктолог клиники
«Мать и Дитя»



Юлия Тараненко, мама Даши и Никиты (3 года). До и во время беременности Юля наблюдалась в клинике «Мать и Дитя»:

– Когда я планировала беременность и ждала ее, четко осознала, как это важно – найти своего доктора, который поддержит в трудные моменты, даст правильные назначения, подскажет, что делать, не даст опустить руки. Благодаря таким отзывчивым и грамотным врачам в жизни женщины и происходит самое настоящее чудо.





FORTNING

ГОРОДУ НУЖНЫ НОВЫЕ ГЕРОИ!

ГК «АВТОКЛАСС» СТАЛА ДИЛЕРОМ АВТОМОБИЛЬНОГО БРЕНДА, В КОТОРЫЙ ВЛЮБЯТСЯ ВСЕ, КТО ЦЕНИТ КОМФОРТ, ДИНАМИКУ И ПРОСТОР. НА ТУЛЬСКОМ АВТОРЫНКЕ НОВОЕ ИМЯ – FORTNING. БРЕНД ПРОСЛАВИЛСЯ ТЕМ, ЧТО ВЫПУСКАЕТ КАЧЕСТВЕННЫЕ СЕМЕЙНЫЕ ВНЕДОРОЖНИКИ. АВТОМОБИЛИ FORTNING БУКВАЛЬНО СОЗДАНЫ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ВЫ ОТКРЫЛИ ДЛЯ СЕБЯ ПРОСТОР, КОМФОРТ И ВЫСОКИЕ ТЕХНОЛОГИИ АВТОМОБИЛЯ.

Авто бренда уже завоевали китайский рынок и сейчас появились в России. Официальным дилером FORTNING в Туле стала ГК «Автокласс». Сейчас в дилерских центрах компании уже доступна одна из моделей бренда – FORTNING YACHT. Это вместительный и удобный автомобиль, в котором будет комфортно и водителю, и пассажирам. Он идеально подойдет для путешествий и деловых поездок.

ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ:

- переднеприводный автомобиль с мотором от бренда Mitsubishi;
- рабочий объем двигателя – 1,5 л;
- мощность двигателя – 197 л. с.;
- максимальная развиваемая скорость – 180 км/ч.;
- расход топлива в городе – 6-7 литров на 100 км; на трассе, как заявляет производитель, расход падает до 5,8 литра на 100 км;
- вместительность бака – 55 литров;
- колесная база – 2900 мм;
- 18-й радиус колес, датчики давления в шинах, дисковые тормоза впереди и сзади;
- длина автомобиля – 4850 мм, ширина – 1900 мм, высота – 1700 мм.





FORTHING YACHT – семиместный минивэн. В нем доступен третий ряд сидений на троих человек. Салон выполнен из качественной экокожи, внутри сразу бросается в глаза цветной ЖК-дисплей 10,25 дюйма. Автомобиль оснащен multifункциональным рулем, который регулируется как по высоте, так и по вылету, что делает управление автомобилем максимально комфортным.


Первый и второй ряд сидений оборудованы обогревом и системой вентиляции. Для первого ряда сидений доступен электропривод, для водителя предусмотрена специальная функция массажа. Второй ряд сидений имеет встроенные подголовники и электрическую регулировку сидений в четырех направлениях. Это позволит сделать комфортной поездку на любые расстояния. Третий ряд сидений регулируется по углу наклона либо складывается, если вам необходимо перевезти крупногабаритный груз. Для пассажиров на задних креслах расположен откидной столик, подстаканник, специальный кармашек для мобильного телефона. Также для всех рядов сидений доступны USB-порты с функцией зарядки для мобильных устройств.

Любителей эстетики порадует стеклянная панорамная крыша с функцией «от заземления», как и у боковых стекол. В комплектации есть электрический ручник. Доступна функция открытия двери багажника по высоте, отрегулировать ее можно через мультимедиа в салоне автомобиля. Автомобиль оснащен системой климат-контроля, а также системой ионизации воздуха.

FORTHING YACHT оснащен автоматической трансмиссией от компании Magna с двойным мокрым сцеплением, что обеспечивает максимальный комфорт при вождении, высочайшую экономичность и динамику вождения автомобиля. Трансмиссия работает в трех режимах (стандартный, экономичный и режим «спорт»).

FORTHING YACHT – отличный выбор для семейных путешествий и деловых поездок. И он уже ждет вас в ГК «Автокласс»!





12 ПРИЧИН КУПИТЬ КВАРТИРУ СЕГОДНЯ

В нестабильных условиях лучшее решение – действовать, опираясь на рекомендации экспертов. Хотите сохранить сбережения, выгодно инвестировать, повысить жизненный комфорт – спросите, как это сделать, у топовых специалистов «Этажей». Представляем вам группу экспертов под руководством Евгения Ачкасова – лучшую в компании по итогам августа. Каждый из них точно знает, как вложить ваши деньги в недвижимость с наибольшей отдачей, как правильно выбрать квартиру для жизни и провести сделку быстро, безопасно и с удовольствием для клиента.

Группа экспертов по недвижимости под руководством Евгения Ачкасова в августе стала лучшей в тульской компании «Этажи». Эти специалисты заключили максимальное количество сделок, потому что они точно знают: сейчас не время ждать, подходящий момент для покупки – именно сегодня! И вот почему.

НАДЕЖНОСТЬ

На тульском рынке есть крупные компании, которые гарантируют вам максимум комфорта при покупке и продаже недвижимости. Одну из ведущих позиций занимают «Этажи» – это федеральная компания, высокотехнологичная, постоянно развивающая новые подходы к работе. У «Этажей» есть крутые сервисы, через которые можно провести сделку в рекордно короткие сроки – быстро, безопасно, прозрачно и выгодно для вас.

УДАЛЕННЫЕ СДЕЛКИ

Онлайн-сервис от «Этажей» – бесценная находка для межрегиональных и международных сделок. Купить квартиру на севере или юге, жилье в столице, домик в деревне, виллу на море, даже Средиземном, можно, не выезжая из Тулы. К сделке подключаются эксперты компании в других городах и проводят ее так же быстро, профессионально и безопасно.



ПОКУПКА БЕЗ ПЕРВОГО ВЗНОСА

В новостях мы слышим о повышении первоначального взноса по ипотеке, но мы в «Этажах» знаем, как купить квартиру вообще без него. Это не фантастика. Такие условия до сих пор еще действуют в некоторых строящихся жилых комплексах Тулы. В городе много интересных ЖК на любой вкус и бюджет – будем рады подсказать и помочь с выбором.

СКОРОСТЬ

Через личный кабинет все процессы проходят быстрее, чем в офлайне. Например, регистрация в Росреестре занимает не две недели, а всего 2-3 дня. Собственно, это всё, что нужно знать о скорости сделок в «Этажах»: купить квартиру за два дня – это реальность.

ВЫГОДА

Помощь с покупкой новостроек в «Этажах» всегда бесплатна для покупателя. Выезды, показы, ипотека, оформление документов, сопровождение сделки – всё это не будет стоить вам ровным счетом ничего.

КОМФОРТ В ОНЛАЙНЕ.

С «Этажами» вы можете купить или продать квартиру, не выходя из дома – через личный кабинет на сайте tula.etagi.com. Всё максимально просто – нужно лишь зарегистрироваться, сделать это можно сразу на сайте или через Госуслуги (такая опция предоставляется лишь крупным надежным сервисам).

А дальше вам открываются широкие возможности: выложить свое объявление о продаже объекта, изучить аналитику по аналогичным объектам и определить оптимальную цену, посмотреть интересные вам квартиры и забронировать понравившуюся. Всё происходит онлайн – заключение договора с агентством, загрузка документов, оформление задатка, заявка на ипотеку, договор купли-продажи. Пользователь видит все этапы сделки и то, какую работу проводит для него специалист, всегда можно задать вопрос и получить ответ за несколько минут. Идеальное решение для тех, кто бережет свое время, а еще для тех, кто предпочитает решать вопросы дистанционно.

УДОБНЫЕ УСЛОВИЯ

Покупка квартиры в новостройке – со всех сторон выгодная покупка и для инвесторов, и для жизни. Новое качественное жилье, которое постоянно растет в цене и которое пока еще можно купить с помощью различных программ поддержки от государства и застройщиков. Одно из классных предложений – траншевая ипотека, кредит с минимальным ежемесячным платежом до момента сдачи дома. Пока ваша квартира строится, вы почти ничего на нее не тратите.

НИЗКИЕ СТАВКИ

Проценты по ипотеке растут, но на новостройки они в любом случае будут ниже, чем на вторичное жилье, и специальные программы тоже действуют в основном только на объекты от застройщиков. Низкими ставками и специальными программами могут воспользоваться сотрудники IT-сферы, семьи с детьми – есть целый ряд категорий заемщиков, для которых ипотека может быть очень дешевой. А ипотека с господдержкой доступна всем покупателям.

ОБЪЕКТИВНОСТЬ

«Этажи» сотрудничают со всеми застройщиками, у специалистов компании нет заинтересованности в каких-то отдельных объектах. Главный критерий для нас – потребности покупателя. Мы выясняем, чего вы хотите, и подбираем лучший для вас вариант. Такой, который вы называете квартирой мечты.



ЕВГЕНИЙ АЧКАСОВ,
+7 (906) 624-10-85

Руководитель группы. Мы работаем в двух направлениях: помогаем найти квартиру мечты, а также научим, как зарабатывать более 300 тысяч рублей в месяц!



ЮЛИЯ ПЕТРУХИНА,
+7 (963) 225-28-42

Топ-специалист. Более 12 сделок ежемесячно на протяжении нескольких лет! Профессионализм, скорость работы! Ваша сделка в надёжных руках.



РОМАН ПЕТРУХИН,
+7 (961) 147-75-77

Топ-специалист компании «Этажи». Большой опыт, рекорды компании, успехи в разных направлениях. Более 300 сделок! Если вам нужна качественная услуга, вы обратились по адресу!



НАТАЛИЯ КУКУТЬ,
+7 (920) 759-88-60

Обожаю продавать новостройки. Обращайтесь ко мне, если желаете улучшить условия вашего проживания.



НИКИТА АЛЕКСАНДРОВ,
+7 (960) 610-82-23

Специалист по новостройкам, более 15 лет помогаю людям найти свой дом.



ИЛЬЯ МЕЛИХОВ,
+7 (909) 261-35-07

Продаю недвижимость разного уровня, от квартир-студий до мега заводов! Честный подбор недвижимости!

ПОМОЩЬ С РЕМОНТОМ

Новостройку сейчас покупать удобно еще и потому, что даже с ремонтом вам помогут! У ряда застройщиков есть программы, позволяющие включить затраты на отделку в сумму ипотечного кредита. Если вам интересен этот вариант – в «Этажах» подскажут, в каких ЖК доступна такая возможность. Вам не придется дополнительно искать крупную сумму на ремонт и делать его своими силами – вы просто заедете в уже готовую для жизни квартиру.

ПОДАРКИ И БОНУСЫ

В «Этажах» разработана выгодная бонусная программа для новоселов: каждый клиент после сделки получает карту «Этажи Бонус» со скидками в магазинах-партнерах. Товары для ремонта, интерьера, мебель, декор и все необходимое для дома по этой карте можно купить в крупных магазинах и на маркетплейсах со скидками до 20%.* Весомая экономия в таком затратном деле, как ремонт!

ПОМОЩЬ С БАНКАМИ

В компании работают очень сильные ипотечные специалисты: они помогают клиентам получить ипотеку даже в самых безнадежных случаях. Кстати, отправить заявку на ипотеку тоже можно через личный кабинет на сайте «Этажей», подгрузить нужные документы, а дальше за дело возьмутся эксперты.



ТАИСИЯ ВАГИНА,
+7 (920) 278-02-29

Работаю в недвижимости с 2009 года. Подберу самый лучший вариант и не только в России.



ДАНИЛА ТЮТЮННИКОВ,
+7 (905) 189-48-23

Амбассадор по новостройкам нашего города! Я знаю о недвижимости всё и даже немного больше.



ВИОЛЕТТА МЕРКУЛОВА,
+7 (960) 610-81-45

В сфере недвижимости работаю более 3 лет во всех категориях. Умею зарабатывать более 600 т. р.



ДМИТРИЙ ЗАВГОРОДНИЙ,
+7 (960) 613-76-39

В компании более 5 лет. Клиенты для меня всегда с большой буквы! На связи 24/7. Решим все вопросы по недвижимости!



НАТАЛЬЯ ЧЕПУЛЯНИС,
+7 (920) 759-88-48

Более 20 лет в продажах. Умею слышать и понимать запросы клиента. Поэтому всегда найду для Вас правильное решение при сделках с недвижимостью!



АРТЁМ СЕНКИН,
+7 (909) 261-14-69

Являюсь успешным специалистом по недвижимости, знаю ситуацию на современном рынке. Имею высшее образование и опыт работы руководителем на оборонном предприятии.



BIG LOVE BAND: ЛЮБОВЬ, ДРАЙВ И ЧУВСТВО СТИЛЯ

ВЫСТУПЛЕНИЕ ТАТЫ РЕБРОВОЙ И ГРУППЫ BIG LOVE BAND – ЭТО ВСЕГДА МОРЕ ЭМОЦИЙ И БЕСКОНЕЧНЫЙ ЗАРЯД ПОЗИТИВА! В ИХ РЕПЕРТУАРЕ ЕСТЬ ВСЕ: ОТ СПОКОЙНОЙ ЛАУНЖ-МУЗЫКИ ДО ЗАЖИГАТЕЛЬНЫХ ПОП-РОК-КОМПОЗИЦИЙ, И ДАЖЕ ДЖАЗ И ЛАТИНО. МУЗЫКАНТЫ РАССКАЗАЛИ, С ЧЕГО ВСЕ НАЧИНАЛОСЬ.

– Как образовалась группа? Почему Big Love Band? Есть ли связь с Big Love Show?

– Однажды мы встретились с моим хорошим другом на одной площадке и поняли, что хочется масштаба, движения, высокого уровня профессионализма, и решили собрать группу, где реализуются все эти хотелки. Так родился проект для людей, которые ценят качество и профессионализм, а не гонятся за низкой ценой, которые любят хорошую музыку и живой звук.

Мы долго думали, как представить себя публике. Хотели отразить в названии наше отношение к миру, к музыке, к заказчикам – вот и получилось по факту «большая любовь».

– Музыканты, которые играют с вами – это друзья или коллеги? Вас так много: расскажите подробнее про состав группы.

– Начинали мы работать как коллеги. При этом репетиции, концерты, общие планы определённо сближают. Один мой друг (не устану его цитировать) сказал: «Группа – это больше, чем семья». И это правда.

Конечный состав сформировался не сразу, но сейчас всё суперточно и очень мне нравится! Естественно, ритм-секция – барабаны и бас-гитара, за-

дающие темп, рисунок и ритм; гитара, куда же без неё – это и заполнение, и фееричные соло. При этом с тремя инструментами всё равно звучало пусто-вато. Мы добавили клавиши, и картинка стала полноценной. Сначала я пробовала сама закрыть все вокальные партии, потом подключились музыканты, но всё было не то. И вот у нас появился вокалист. Теперь в составе мужской и женский вокал и 4 музыканта, которые ещё и бэки подпевают – получается практически ВИА.

– В каком стиле играете?

– Мне нравится и спокойная лаунж-музыка, и весёлые танцевальные композиции, поэтому играем и то и другое. Наша программа зависит от формата мероприятия и пожеланий заказчика. Можем исполнить и лаунж для сопровождения спокойного ужина или встречи гостей, а можем и завести народ зажигательными поп-рок-композициями, джаз и латино тоже имеются в репертуаре.

– На каких площадках вас можно услышать? Где больше нравится выступать?

– Время от времени выступаем в тульских ресторанах (в соцсетях всегда делаем анонсы), но чаще работаем на

закрытых мероприятиях. Конечно, приятней выступать на крупных площадках с хорошим звуком и организацией.

– У вас есть определённый райдер или вы можете играть в любых условиях?

– При желании можно сыграть и на коленке, но качественное выступление требует качественной подготовки. Это касается и технических, и бытовых условий. Чтобы был хороший плотный звук и музыка «качала», есть определённые требования к оборудованию, которые обсуждаются с заказчиком заранее, и либо он обеспечивает их, либо мы берём эту обязанность на себя. Кроме того, надо понимать, что пока мы ждём своего выхода, семи людям нужно где-то находиться, привести себя в порядок и подготовиться к выступлению.

– Выступление на корпоративе, свадьбе – насколько это ответственно? Как-то готовитесь заранее или смотрите на эмоции гостей и на месте определяете программу?

– Конечно, ответственно! Качественное выступление – это своего рода реклама. Мы репетируем каждую неделю, вычищаем и нарабатываем репертуар, продумываем внешний вид и костюмы, запрашиваем у заказчика максимум информации по мероприятию, чтоб идеально вписаться в общую канву.

Мы заранее составляем ориентировочный репертуар совместно с заказчиком, а на месте уже ориентируемся, что заходит гостям, а что нет, и можем немного изменить курс.

– Что самое сложное в работе музыканта?

– Человек, который занимается любимым делом, наслаждается процессом. Сложнее всего, пожалуй, выбрать репертуар, чтобы и нам нравился, и гостей зажигал. Вообще я склонна рассматривать сложности=возможностям. Так что у нас прекрасная возможность донести до слушателя наши любимые песни в новом прочтении так, чтобы «горел» танцпол.

– Какие планы строите на будущее? Каких сюрпризов ждать вашим поклонникам?

– По планам – «захватить» соседние регионы, так как в некоторых действительно мало развита музыкальная event-структура. Что касается сюрпризов: есть мысли по поводу большого концерта по билетам.



Центр духовного
и физического роста
Mind Flow
ул. Федора Смирнова, 7
+7 (999) 775-33-74

Заряжаемся энергией

ПОСТРОИТЬ СВОЮ
ЖИЗНЬ ТАК, ЧТОБЫ
ОНА ПРИНОСИЛА
КАК МОЖНО БОЛЬШЕ
УДОВОЛЬСТВИЯ,
ГАРМОНИИ И
ДОСТИЖЕНИЙ, – НЕ
МЕЧТА, А РЕАЛЬНОСТЬ.
КАК ВЫСТРОИТЬ
МИР ВОКРУГ ТАК,
ЧТОБЫ ОН РАБОТАЛ
ВО БЛАГО, ЗНАЮТ
СПЕЦИАЛИСТЫ ЦЕНТРА
ОСОЗНАННОСТИ
MINDFLOW.

14 и 15 октября в JUST
WOOD отель пройдет
сакральный ретрит!
Полную программу
участники смогут по-
лучить после записи
по телефону
+7 (915) 685-08-08.

ЭЛЛА БОРЦОВА,
руководитель центра Mindflow, специалист
по работе с энергией и телесным практикам,
инструктор по аэройоге, специалист по техни-
кам Access:

– Техник для раскрытия собственного потен-
циала и умения чувствовать себя достаточно
много. И одна из них – энергетические оргазмы.
Эта методика учит управлять своим состоянием,
биохимией и гормональным фоном, запускает
правильные отделы мозга. Это про суперсекс,
страсть и новые возможности.

Энергетические оргазмы – обязательная и
эффективная практика для тех, у кого есть бло-
ки и зажимы, кто хочет прокачать чувстви-
тельность и сексуальность и научиться испытывать
удовольствие каждой клеткой своего тела.

И это все касается не только интимной сферы.
Раскрытие потенциала позволяет найти новые
пути развития в работе и бизнесе. Вы буквально
будете считывать мысли других людей, выйде-
те на новый уровень дохода и сможете быстро
создавать коммуникации с людьми.

Я провожу сеансы энергетических оргазмов
и обучаю технике желающих, поэтому вижу, как
это работает. Те, кто позволил себе научиться
чувствовать больше, получают наслаждение от
жизни во всех ее проявлениях.

📍 @ellaextraenergy
@ella_extra (запрещен на территории РФ)





**АННА ПОРТНЯГИНА,
энергoprактик и представитель
высоочастотной парфюмерии**

Ароматы нового уровня.

Живая парфюмерия с золотом и кристаллическими эссенциями драгоценных и полудрагоценных камней.

Редчайшие ингредиенты со всего мира: амбра, ладан, мандрагора, шафран, уд, лотос, кровь драконьего дерева и т. д.

Выдержка до 35 лет.

Попробуй особую роскошь!

☎ 📞 📍 +7 (905) 119-36-76

Центр духовного и физического
роста Mind Flow
ул. Федора Смирнова, 7
+7 (999) 775-33-74



Mindflow



**ЕЛЕНА АБРОСИМОВА,
гвоздетерапевт, ведущая женских кругов:**

– Единство женщин – большая сила, и я знаю, как его создать. Женские круги помогают уйти от инфошума и себе вернуться в тело и в ощущения.

Единство с близкими по духу и ощущение своего племени – это естественная потребность каждого человека, которую мы часто подавляем, живя в современном мире. В ежедневных делах и заботах мы забываем про свою нерациональную, природную, внутреннюю силу, которая порой ощущает себя взаперти. Ничто не наполняет женщин так, как сборы в женском кругу, в которых можно дать свободу своей дикой природе.

Еще один способ скинуть стресс от окружающей действительности – гвоздетерапия. Она позволяет выдохнуть и почувствовать свободу после сильной нагрузки, которую испытывает наш организм от повседневных забот, работы и тренировок. Только представьте, как вас отблагодарит тело, когда вы в один момент скинете эмоции, стресс, напряжение, страхи!

Гвозди активируют тело на каждом уровне, доставая все тревожное. После сеансов все чувствуют себя легче и ощущают внутри место для чего-то нового, яркого и счастливого.

☎ +7 (953) 972-45-67 📄 id183003118

**ВАСИЛИСА ЛОБОДА,
специалист телесных практик, проводник в
новую реальность:**

– Глубоко внутри нас скрыты бесконечные возможности для самоисцеления и саморазвития. Способность к изменению, росту и раскрытию наших внутренних потенциалов – неотъемлемая часть человеческого существования. Я как эксперт и проводник в новую реальность посвящаю свою жизнь помощи другим людям, помогаю им обнаружить и осознать внутреннюю силу.

Я сливаю воедино несколько методик, в том числе йогу и телесные практики, чтобы создать уникальные и глубокие встречи с телом, разумом и энергией.

Эта работа начинается с устранения барьеров из тела и головы – блоков и паттернов, которые мешают нам проживать жизнь по максимуму.

Моя работа – это дорога осознания и преобразования. Клиенты приходят ко мне, чтобы испытать тотальное расслабление и восстановление. Но это не просто физическое и энергетическое исцеление. Работа основана на глубоком понимании человеческой природы и связи тела, разума и духа. Я помогаю своим клиентам открыть новые проявления своей сущности и осознать внутренние ресурсы.

Вы можете стать авторами своей счастливой истории. Я приглашаю вас в новый мир!


☎ +7 (915) 783-73-03 📄 vati98



Центр духовного и физического
роста Mind Flow
ул. Федора Смирнова, 7
+7 (999) 775-33-74



MindFlow



ЮЛИЯ ГЕНЕРАЛОВА,
духовное имя PremAtma,
регрессолог-энергоцелитель:

Регрессивная гипнотерапия позволяет найти первое звено проблемы, переработать и пережить сложную ситуацию в прошлом с другой эмоцией и полностью избавиться от застарелых проблем.

Благодаря этой технике мы можем попасть в подсознание – в архивы памяти нашей души – найти и проработать различные программы, которые были сформированы в этой жизни, в прошлом воплощении, в роду, а также избавиться от энергопаразитов/подселенцев.

А так же это одна из лучших и безопасных методик личностного роста, которая помогает раскрыть свой скрытый потенциал и изменить старые стереотипы реагирования на новые гармоничные модели поведения.

Регрессивная гипнотерапия помогает в умственном, эмоциональном и духовном исцелении.

📍 @prematma
@yulia_generalova_prematma
(запрещен на территории РФ)



Mindflow

Центр духовного и физического
роста Mind Flow
ул. Федора Смирнова, 7
+7 (999) 775-33-74

**ЮЛИЯ ПЕЛИПЕНКО,
сертифицированный астролог:**

– Мир астрологии уникален и увлекателен, и я могу об этом рассказать. Астрология помогает узнать ваши уникальные возможности, прописанные в натальной карте, познакомиться с методами расшевеления финансовых возможностей, увеличения финансового потока и др.

Натальная карта может показать даже, как лучше вам продвигаться в соцсетях. Астроразбор блога поможет определить вашу целевую аудиторию, найти подписчиков, подскажет, как рассказать о себе и оформить контент.

У каждого из нас есть свои уникальные способы привлечения денег в жизнь. Для того, чтобы вырасти в доходе, нужно внедрить в свою жизнь определенные действия, которые повлияют на финансовую составляющую вашей натальной карты.

Это не универсальный совет всем, а индивидуальные действия для приумножения финансов.

Также популярностью пользуются детские астроразборы. Они помогают родителям понять, как лучше и гармоничнее развивать своего ребенка.

Из детского разбора можно узнать особенности личности, слабые и сильные стороны ребенка, его восприятие семьи, мамы и папы, страхи и потребности, подходящие принципы воспитания и т. д.

Хочешь понять своего ребёнка, научиться взаимодействовать без криков и истерик, найти подход и наладить доверительные отношения? У меня есть решение – закажи детский разбор и найдешь все ответы на вопросы!

☎ +7 (953) 427-71-05

@astrologyulya (запрещен на территории РФ)

ТАТЬЯНА АГАФОНОВА,
сертифицированный фасилитатор
системы Access consciousness, на-
правления «Быть собой», фасилита-
тор класса Access bars, Основы, ма-
стер состояний, генератор лёгкости:

— Оригинальность и уникальность системы Access consciousness (от англ. «Доступ к Осознанности» – Прим. авт.) заключается в прагматичности простых инструментов, при использовании которых можно менять энергию и, тем самым, событийность в своей жизни.

Естественное состояние наших ще-
рых душ – смотреть на окружающий
мир, на потребности и желания других
людей. Мы привыкаем смотреть, как
наши действия, наши выборы и наши ре-
акции создают ответный отклик в мире.

Часто мы ограничиваем себя, смотря
на то, как кого-то сделать счастливым,
как кому-то доставить радость. В по-
стоянной погоне удовлетворить кого-
то мы теряем ощущение того, что же-
лаем сами. Так, даже при внешнем
благополучии мы можем прийти к со-
стоянию, когда нет искреннего интере-
са продолжать жить.

Это похоже на попытки найти дорогу
в тёмном дремучем лесу. Но что, если
бы в этом походе у вас был бы фона-
рик, компас и резиновые сапоги? С та-
ким снаряжением экстремальный по-
ход превратился бы в увлекательное
путешествие.

Обучение «Как стать счастливым и
оставаться таким», которое я прово-
жу, позволяет получить свой набор
снаряжения. После обучения жизнь
становится легким и радостным при-
ключением. Выбрали бы для себя та-
кое? Звоните!

+7 (910) 942-03-87



НАТАЛИЯ ШЕВЯКОВА,
энергопрактик и дипломированный мастер-учитель
целительной системы Рэйки, участник Глобального сообщества
профессионалов Рэйки.

– Меня часто спрашивают: что такое Рэйки? И чем я могу быть полезна, как мастер-учитель этой системы? Я бы ответила так:
– Во вселенной существует универсальная жизненная энергия, которая пока не регистрируется физическими приборами. Человек – биологический объект, поэтому может чувствовать и даже в некоторых пределах управлять этой энергией. Японец Микао Усуи открыл метод такого управления и дал его людям.

Я переняла опыт, получила образование и инициацию, много практикую, стала мастером-учителем этой системы, обучаю и иницирую в Рэйки от новичка до Мастера. Провожу целительные и энергетические сеансы дистанционно и при личном контакте.

Приглашаю вас на сеансы, если вы хотите:

- Исцелить тело, ум и душу;
- Улучшить состояние организма и самочувствие;
- Повысить уровень энергии и выровнять эмоциональное состояние;
- Привести в гармонию отношения с родными и близкими;
- Ускорить исполнение заветных желаний, семейных или деловых проектов;
- Повысить удачу и притягивать подарки от Вселенной.

После работы со мной у вас не будет вопросов, где взять энергию.

☎ +7 (962) 278-45-88 📄 id307850544





Организация, идея, стиль: Ирина Пшонкина iren_miga, Фотограф: Инна Ханжикова inna_hanjikova

ЛЮБОВЬ В КАЖДОМ КУСОЧКЕ!

ИДЕАЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ ОСЕННЕГО ВЕЧЕРА – ДОМАШНЕЕ ТЕПЛО, БЛИЗКИЕ ЛЮДИ РЯДОМ, АРОМАТНЫЙ ЧАЙ И БЕЛЕВСКИЕ СЛАДОСТИ! НАТУРАЛЬНЫЕ, ПОЛЕЗНЫЕ, ВКУСНЫЕ, ОНИ СОЗДАНЫ, ЧТОБЫ ВЫ НАСЛАЖДАЛИСЬ КАЖДЫМ МОМЕНТОМ, ПРОВЕДЕННЫМ ВМЕСТЕ!

«Белевские сладости» – это лакомства, любимые и детьми, и взрослыми. Приготовленные из природных ингредиентов, они сохраняют ароматы спелых летних фруктов, не содержат ничего лишнего, богаты витаминами и другими ценными ингредиентами. Легкие – для тех, кто следит за фигурой; сладкие без вреда – потому что исключительно натуральные. Такие сладости можно давать детям на перекус в школу, чтобы сохранить баланс калорий и заряд бодрости в тяжёлые дни умственных нагрузок. Пастила, хрустила, мармелад, зефир, конфеты – с белевскими сладостями ничто не помешает быть сладкоежкой!

СОЗДАНЫ С ДУШОЙ И ЛЮБОВЬЮ

Белевская пастила – уникальный продукт с долгой историей, и бренд «Белевские сладости» производит его в точности по старинному рецепту – причем делает исключительно из натуральных компонентов и только вручную. Осваивая новые технологии и расширяя ассортимент, производитель бережно относится к кулинарным традициям, поэтому все продукты хранят тепло рук, души и природную пользу ингредиентов, из которых они сделаны.



С ПОЛЬЗОЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

В продуктах под маркой «Белевские сладости» нет ГМО и глютена, зато много яблочного пектина – вещества с уникальными свойствами, крайне важного для нашего организма. Пектин способствует снижению веса, он полезен для работы сердца, пищеварения и других систем и рекомендуется для обязательного включения в ежедневный рацион. Есть сладости и при этом становиться более здоровым и стройным – уже не фантастика, а доступное всем удовольствие!



НА ЛЮБОЙ ВКУС

Ассортимент «Белевских сладостей» – настоящее искушение для сладкоежек. И можно ни в чем себе не отказывать – ведь это полезно! Ароматная белевская пастила с неповторимым ароматом яблок – традиционная, заварная и даже без сахара. Тающий во рту мармелад, сморква с насыщенным вкусом фруктов, нежный рахат-лукум и воздушный зефир. Хрустила – миниатюрные снеки из яблочной пастилы, полностью натуральные, с приятной хрустинкой. Яблочные чипсы – полезная альтернатива обычным и полезный перекус для детей и взрослых. Нежнейшие конфеты-суфле «Белевская птичка». Любой продукт от «Белевских сладостей» – желанное угощение для всей семьи и отличный подарок в красивой упаковке. Ешьте на здоровье! Дарите с удовольствием!



- 📍 ул. Марата, 47/1, ост. «Детская поликлиника»
- 📍 ул. Арсенальная, 2а, ТЦ «Арсенал», 1-й этаж
- 📍 ул. Октябрьская, 184
- 📍 ул. Metallургов, 47Д
- 📍 ул. Metallистов, 20
- 📍 ул. Вильямса, 32, ТЦ «Континент»
- 📍 ул. Академика Павлова, 2, рынок «Салют», центральная аллея

- 📍 Тульский кремль, торговые ряды, пав. 19
- 📍 г. Щекино, ул. Советская, 12г
- 📍 г. Белев, ул. Революции, 2
- 📍 г. Белев, ул. Советская, 23
- 📍 г. Белев, ул. Рабочая, 130
- 📍 Белевский р-н, д. Богданово, пер. Придорожный, 3
- 📍 Одоевский р-н, Северо-Одоевское лесничество, ул. Шосейная, 18

Благодарим модельное агентство Sigma Kids Тула
за предоставленных моделей:
Кузнецова Злата, Коновалов Арсений
Коноваловы Дмитрий, Наталья
Руководитель Sigma Быковская Ольга
8-953-439-72-99
vk sigmakids_tula



НИКОЛАЙ ПРОНИН

руководитель IT-компании
«БайтПром», мастер спорта
России по легкой атлетике

Я ответственный отец, у меня есть свой круг обязанностей, которые я безоговорочно выполняю. Это логистические услуги внутри семьи, обеспечение финансового благополучия, спортивная подготовка и образование детей, организация досуга и развлечений.

Самое главное и радостное для меня в отцовстве – видеть, как растут и развиваются мои дети. А самое сложное – всё, что связано с неприятными запахами. Поэтому я ни разу не менял детям подгузники:).



СЫН НИКОЛАЙ

4 года



ХОРОШИЙ ОТЕЦ – ДОБРЫЙ ОТЕЦ. ДОБРЫЙ, ОТКРЫТЫЙ, ТОТ, С КЕМ МОЖНО ПОДЕЛИТЬСЯ РАДОСТЬЮ И ПОПРОСИТЬ СОВЕТА.

АНДРЕЙ АНТОНЕНКОВ

Руководитель
«ЕСН Премьер»

ДОЧЬ ВАРВАРА

7 лет

В воспитание детей я вовлечен на 200%. Состою в родительских чатах – и школьном, и по футболу Васи, и в танцах Вари, в IT-академии. У меня есть контакты всех преподавателей, учителей, репетиторов, врачей – всех, кого нужно, и даже больше)). Мои обязанности – это полный круг, от сбора в школу и приготовления завтрака до укладывания детей спать и сказок на ночь. Супруга тоже много работает, поэтому я готов ко всему. По-другому просто нельзя: я отец, я хотел детей, и я несу за них ответственность, как и мама. И еще я хочу своим примером показывать детям, как нужно себя вести, чтобы они потом в своих семьях делали так же.

Самое радостное для меня в отцовстве – довольные и счастливые глаза детей, когда они говорят: «Спасибо, папа». То, как они взахлёб рассказывают о своих впечатлениях от поездок, о чём-то увиденном, о том, что у них получилось в первый раз. И спокойная мама, которая знает, что на меня можно положиться.

Хочу научить своих детей быть уверенными в себе и не бояться делать и говорить то, что они думают. Делать всё это честно и со 100% отдачей. Как говорил мой отец: «Не старайся делать плохо, оно само получится».

СЫН ВАСИЛИЙ

7 лет

» ХОРОШИЙ ОТЕЦ – ТОТ, КТО НЕ ЖАЛЕЕТ ВРЕМЕНИ И СИЛ ДЛЯ СВОИХ ДЕТЕЙ И ПРИСЛУШИВАЕТСЯ К ЖЕЛАНИЯМ САМЫХ РОДНЫХ И БЛИЗКИХ ЕМУ ЛЮДЕЙ.

НИКИТА
ГЕРАСИМОВуправляющий партнер
компании «Клумба»

СЫН ЛЕВ

6 лет

Я успешно решаю любые «детские» задачи – поход к врачу, перемещение между школой и секциями, шопинг и даже совместные путешествия в формате «отец-сын». Каждое такое, казалось бы, рутинное дело я стараюсь представить ребенку как общую задачу или даже мини-квест. Во время такого взаимодействия между нами устанавливается особая связь. Мне не нравится, когда детей куда-то тащат насильно, везут, как нечто неодушевленное. Всегда обращаю на это внимание: сразу видно, с кем пришли, а кого привели.

В отцовстве самое классное то, что зачастую отпадает необходимость планировать свое личное время: его просто нет)). А если серьезно, общение с детьми помогает переключиться и разгрузить голову.



ЕСТЬ ОДНА АНГЛИЙСКАЯ ПОСЛОВИЦА: «НЕ ВОСПИТЫВАЙТЕ ДЕТЕЙ, ВСЁ РАВНО ОНИ БУДУТ ПОХОЖИ НА ВАС. ВОСПИТЫВАЙТЕ СЕБЯ». ЭТО, ПОЖАЛУЙ, И ЕСТЬ САМОЕ СЛОЖНОЕ. БЫЛО БЫ КЛАССНО НАУЧИТЬ СЫНА РАЗБИРАТЬСЯ В ЛЮДЯХ, НО СНАЧАЛА ПРИДЁТСЯ СДЕЛАТЬ ЭТО САМОМУ)).

МЕХА

АВТОРСКИЕ РАБОТЫ ОТ МАСТЕРА
ВЕРЫ БЕЛЯЕВОЙ

В НАЛИЧИИ (по запросу)

Моделирование
Пошив
Перекрой
Ремонт
**МЕХОВЫХ
ИЗДЕЛИЙ**



Фотограф: Колескова Светлана vk.com/svetlanakoloskova

Модель: Елена Попова
vk.com/miss_porova818

г. Тула, Красноармейский пр-т, д. 23
www.mastervera.ru
+7 (960) 600-60-70



СЕЙЧАС ВРЕМЯ БЫСТРЫХ РЕШЕНИЙ

КАК ПОКАЗЫВАЕТ ПРАКТИКА, ЕСЛИ ВЫ ПЛАНИРУЕТЕ КУПИТЬ НЕДВИЖИМОСТЬ, ЭТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС, ЧТОБЫ ПОТОМ НЕ ЖАЛЕТЬ ОБ УПУЩЕННЫХ ВОЗМОЖНОСТЯХ. «СЕГОДНЯ ЖДАТЬ ТЕМ БОЛЕЕ НЕ СТОИТ – ВСЁ СЛИШКОМ БЫСТРО МЕНЯЕТСЯ», – ГОВОРИТ ЮЛИЯ ЛИТОВКИНА, РУКОВОДИТЕЛЬ ГРУППЫ ТОПОВЫХ РИЕЛТОРОВ АГЕНТСТВА «АСТОРИЯ». ОБСУЖДАЕМ С НИМИ ТЕНДЕНЦИИ РЫНКА И РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПОКУПАТЕЛЕЙ.

– В очередной раз повысилась ключевая ставка – чем это грозит рынку недвижимости? Какие изменения из-за этого уже произошли или произойдут в ближайшее время?

– С начала года цены на жилую недвижимость в секторе новостроек поднялись на 15%. На вторичном рынке за последние семь месяцев рост составил около 10%. Когда ипотека дорожает, цены замедляют рост. Однако у покупателей остаются на руках действующие одобрения, и в последние два месяца на рынке сохраняется стабильно высокий спрос.

Цены на первичном рынке, скорее всего, будут удерживать занятые позиции, удорожание кредитных средств и инфляция будут тормозить их снижение, вторичный же рынок будет

традиционно придерживаться первичного, но спрос упадет, и будут в плюсе только клиенты с наличкой, и они, конечно, смогут найти отличное предложение.

– Правда, что вырос размер первоначального взноса по ипотеке?

– Да, первоначальный взнос повысился до 20%. Но ни для кого не секрет, что на вторичном рынке есть возможность приобрести недвижимость без него. А сегодня такая возможность есть и на рынке новостроек. У целого ряда застройщиков можно купить новостройку без первоначального взноса, что также удерживает внимание на их стороне.

– Какое жилье – вторичное или новостройка – сегодня является наиболее целесообразным выбором?

– Конечно, новостройка. Самое главное ее преимущество на сегодняшний день – льготная ставка по ипотеке с господдержкой: она в два раза ниже ставки на вторичную недвижимость! И конечно, очень важен тот факт, что новостройки строятся с использованием современных технологий и материалов. Это, во-первых, обеспечивает высокое качество строительства. Во-вторых, новые дома обычно имеют более эффективную систему отопления, кондиционирования и вентиляции. В-третьих, в новых ЖК – удобные ухоженные территории. Многие застройщики продумывают инфраструктуру до мелочей: обустраивают прогулочные зоны, лавочки, детские площадки, строят парковки, на которых количество машиномест рассчитано, исходя из количества квартир в комплексе. Плюс большой выбор современных, удобных для жизни планировок. Всего этого нет на вторичном рынке, особенно в старом жилом фонде. А кроме того, квартиры в новостройке на ранних этапах строительства дешевле. Это позволяет сэкономить около 20% от стоимости, а порой и до 50% на этапе «котлована».

Если вы рассматриваете покупку новой недвижимости, то новостройки могут быть отличным выбором. Однако не забывайте о том, что выбор зависит от ваших личных потребностей и предпочтений, а также от вашего бюджета.

Не стесняйтесь задавать вопросы и проводить тщательный анализ, чтобы сделать правильный выбор и получить максимальную пользу от покупки недвижимости.

– Льготные программы ипотеки, акции от застройщиков – они еще действуют, несмотря на повышение ключевой ставки? Как купить жилье с максимальной выгодой?

– Несмотря на изменение ключевой ставки, ставка по господдержке на первичном рынке поднялась незначительно, чего не скажешь о ставках на вторичную недвижимость. Кроме того, для выгоды покупателей застройщики могут предоставить различные бонусы: рассрочку без процентов до сдачи квартиры, скидку на ряд объектов или сертификаты на ремонт и покупку мебели, субсидирование. Отмечу, что ипотечные ставки на покупку квартиры в новостройке всегда ниже, и именно на новые квартиры часто действуют специальные льготные программы кредитования.

– Насколько разнообразные решения сейчас предлагает тульский рынок новостроек? Любой человек может найти жилье под свои интересы?

– Выбор велик, покупатель может найти объект в соответствии со всеми своими потребностями, начиная с локации и заканчивая ценой. Есть огромный выбор планировочных решений, вариантов отделки. Есть ЖК на любой уровень дохода, от бюджетного жилья до роскошных премиальных вариантов как в сданных ЖК, так и в строящихся. Обращайтесь, поможем вам выбрать наилучший вариант для жизни или инвестиций. Эта услуга у нас абсолютно бесплатна.

– Наверное, вечный вопрос – покупать или подождать? – Однозначно покупать! Мы живем в динамичное время, все очень быстро меняется – нужно только действовать и ни-

чего не ждать. Как показывает практика и опыт, те, кто ждал несколько лет, копил на квартиру и думал, что жилье станет дешевле, – в настоящее время столкнулись с реальностью цен. Растут ставки по ипотеке, растут цены у застройщиков, поэтому в недвижимости надо действовать быстро, не раздумывая и не дожидаясь снижения цен. Инфляция обесценивает сбережения, а квадратные метры – отличный способ их сохранить и приумножить.

Если вы задаетесь вопросом, как выгодно приобрести новую квартиру или продать свою недвижимость – будем рады помочь.

В моей группе работают топовые риелторы, профессионалы своего дела, эксперты с уникальным набором компетенций. Мы экономим людям время, упрощаем задачу, даем гарантии. Продавец недвижимости понимает, что мы продадим быстрее и максимально выгодно для него. А покупатель сразу получает большой выбор подходящих вариантов, плюс финансовую и юридическую поддержку. Кстати, риелтор еще и поделится экспертным мнением – на что обратить внимание при покупке, какая квартира будет ликвидной завтра и через год.



ЮЛИЯ ЛИТОВКИНА,
руководитель группы
топовых риелторов
агентства «Астория»



г. Тула,
ул. Жаворонкова, 1
+7 (4872) 79-11-79,
+7 (953) 953-33-88
astoria-tula.ru



PRINT 71

ПОЛИГРАФИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

КОРПОРАТИВНЫЕ ПОДАРКИ,
МЕРЧ И СУВЕНИРЫ! 



Более 60 типов продукции – от визитки до входной группы!



печатаем
на всём



отвечаем
везде



любой
вид оплаты

Не дайте потенциальным клиентам пройти мимо, не заметив вас!



+7 (4872) 79-49-39



Тула, ул. Пионерская, д.1



info@print71.biz



+7 (952) 186-11-22





С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ, СЧЕК IN!

30 СЕНТЯБРЯ БАР СЧЕК-IN ОТМЕТИЛ СВОЙ 9-Й ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ ЯРКИМ ПРАЗДНИКОМ С ГАСТРОНОМИЧЕСКИМИ И МУЗЫКАЛЬНЫМИ УДОВОЛЬСТВИЯМИ.

Гостей ждала насыщенная программа. Всех порадовала дегустация новых блюд, которые представил шеф-повар заведения Артем Шустик. В меню вечера было сразу несколько интересных позиций и необычных сочетаний – например, утиная грудка с соусом из тульского пряника. Какие напитки подходят к таким оригинальным кулинарным решениям, рассказал бар-менеджер Андрей Осипов: он презентовал новые позиции из барного меню и поделился секретами приготовления. Праздничную атмосферу идеально дополнили музыкальные композиции в исполнении Лилии на электроконтрабасе, конкурсы и розыгрыши призов.





ВАШЕ ГАСТРОНОМИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

Новое меню



Закажи два напитка
собственного производства
и получи третий в подарок*

При составлении нового меню преследовалась только одна, но глобальная цель — оно должно подходить каждому гостю. Поэтому том ям здесь может соседствовать с борщом, а командорский кальмар совершенно не смущать цыпленка. Мы собрали самые трендовые мировые вкусы и неизменные классические блюда. И к каждой позиции добавили изюминку. Например, утиная грудка с соусом из тульского пряника, рецепт которого — секрет нашего заведения. Пусть с любым блюдом Ваше время здесь будет вкусным!

Артём Шустик
шеф-повар

По будням с 12.00 до 16.00
БИЗНЕС-ЛАНЧИ

Скидка на всю барную
карту 15%

Приходите: ул. Советская, 29
1-й этаж, SK ROYAL HOTEL
checkinbar.com | 25-55-11



*Подробности у официанта



КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Елены Черных

г. Тула, ул. Шевченко, дом 5

www.chernykh.clinic

+7-960-602-85-13



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

СИЛЬНЫЕ РЕШЕНИЯ ДЛЯ ПЕРФЕКЦИОНИСТОВ

Презентабельный внешний вид – одно из слагаемых мужского успеха в делах и в жизни. Поэтому все востребованнее становятся технологии красоты для мужчин. Здоровая ухоженная кожа транслирует окружающим ваше отношение ко всему, что вы делаете: внимание к деталям, тщательность, умение видеть наперед и просчитывать будущее.

В клинике Елены Черных разработаны протоколы решения любых эстетических проблем – для мужчин, которые стремятся к идеалу во всем.

В КЛИНИКЕ РАЗРАБОТАН ШИРОКИЙ СПЕКТР ПРОГРАММ СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛЬНОГО ПОЛА



УСТРАНЕНИЕ НЕСОВЕРШЕНСТВ

Удаление рубцов, шрамов, акне, пигментации, сосудистых звездочек и других недостатков кожи с помощью различных технологий – инъекций, лазера, RF. Мы применяем методики и протоколы, которые позволяют справиться с локальными несовершенствами и улучшить внешний вид.



КОМПЛЕКСНЫЙ УХОД ЗА КОЖЕЙ

HydraFacial – это 5 полноценных процедур в одной для здоровья кожи: микрошлифовка, химический пилинг, глубокое очищение и лечение, интенсивное увлажнение и антиоксидантная терапия, лимфодренажный массаж



ANTI-AGE ТЕРАПИЯ

В клинике разработаны протоколы для мужчин любого возраста, это сочетание различных методик – от пилингов до smas-лифтинга. Деликатное устранение морщин, повышение упругости кожи, подтяжка – так, чтобы вы выглядели естественно, свежо и молодо.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

*Мужчины
носят наших
врачей на руках!*



ДАРЯ ПРОНИНА,
врач-косметолог

ЕВГЕНИЙ КОНОВАЛОВ,
учредитель и руководитель
ООО «Консалтинговая
Компания «ТРИБУТУМ»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



ВСЕ ХОТЯТ БЫТЬ КРАСИВЫМИ, НЕЗАВИСИМО ОТ ПОЛА. ДАВАЙТЕ НАЧИСТОТУ: НЕТ ЧЕЛОВЕКА, КОТОРЫЙ ХОТЕЛ БЫ ВЫГЛЯДЕТЬ ХУЖЕ ИЛИ СТАРШЕ СВОЕГО ВОЗРАСТА. ВНУТРЕННИЙ МИР МОЖЕТ БЫТЬ ПРЕКРАСНЫМ, НО ПРИЯТНАЯ ВНЕШНОСТЬ И СВЕЖИЙ ВИД НЕСУТ ЭНЕРГИЮ УСПЕХА В ЖИЗНИ, – УВЕРЕНА ДАРИЯ ПРОНИНА, ВРАЧ-КОСМЕТОЛОГ КЛИНИКИ КОСМЕТОЛОГИИ «СОНАВИ».

Случай из практики: мой пациент после косметологической процедуры обмолвился об этом в кругу своих друзей. Мол, поражён таким классным опытом с шикарным результатом и жалеет, что не сделал этого раньше. На что друзья сказали, что давно пользуются услугами косметолога по полной программе.

Как правило, мужчины не хотят стать моложе на 20 лет – скорее, выглядеть отдохнувшими, ухоженными либо устранить определенные эстетические несовершенства. Кожа у мужчин и женщин имеет различия по качеству – более плотная мужская меньше подвержена старению и позже сминается, нежели у женщин, зато склонность к акне (из-за выделения кожного сала) у мужчин гораздо ярче выражена в силу гормонального фона.

Частая проблема – яркие сосуды на крыльях носа, папилломы, высыпания. Это изрядно портит имидж и настроение. Повышенная потливость – бич сильной половины человечества, ведь в рабочем ритме приходится постоянно контактировать с подчиненными и партнерами. Зачем напрягаться при рукопожатии из-за влажных ладоней? Ведь можно легко и комфортно это устранить за пару посещений квалифицированного врача-косметолога.

В нашей клинике у мужчин популярны такие процедуры, как ботулинотерапия, моделирование контуров лица, пилинги и чистки, лазерное удаление сосудов и новообразований. А вот дополнительного увлажнения (например, биоревитализации) мужская кожа, как правило, не требует либо оно применяется уже в солидном возрасте.

Дорогие наши мужчины, мы ценим ваше время и уважаем личное пространство.

В комфортной дружественной атмосфере наши косметологи сделают все в лучшем виде, и это не лишит вас мужественности, зато позволит укрепить чувство уверенности в себе и соответствовать требованиям современной жизни. И если вы немножко побаиваетесь вначале, то в финале поймете, что заблуждались, и с радостью вернётесь к нам вновь.



г. Тула, ул. Тульского Рабочего полка, дом 96, корпус 1
+7 (4872) 55-91-18,
+7 (910) 588-33-30
sonavi.clinic

МУЖСКАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ: мифы и правда



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

МУЖЧИНА ДОЛЖЕН БЫТЬ ЧУТЬ КРАСИВЕЕ... – ПРОДОЛЖЕНИЕ ВЫ ЗНАЕТЕ. НО НАСКОЛЬКО АКТУАЛЬНА СЕГОДНЯ ЭТА ПОГОВОРКА? УЗНАЛИ У ВРАЧА-ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГА ВЕРЫ НИКОЛАЕВНЫ КОМАРОВОЙ, ЧТО СЕЙЧАС В ТРЕНДЕ У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ СИЛЬНОГО ПОЛА И ПОЧЕМУ ТАК ВАЖНО ПОДОБРАТЬ ПОДХОДЯЩИЙ УХОД ЗА МУЖСКОЙ КОЖЕЙ. СОБРАЛИ ПОПУЛЯРНЫЕ МИФЫ – И УСЛЫШАЛИ МНЕНИЕ ЭКСПЕРТА.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



**Вера Николаевна
Комарова,
врач-дермато-
косметолог**

МУЖЧИНЫ К КОСМЕТОЛОГУ НЕ ХОДЯТ

– Для многих женщин посещать косметолога – вопрос не только красоты и здоровья, но и в определенной мере – статуса: они улучшают свою внешность и хотят, чтобы окружающие это видели. Для мужчин, напротив, важно, чтобы следы от косметологических процедур были не видны, а сами процедуры были быстрыми и безболезненными. Они отдают предпочтение таким методикам, как SMAS-лифтинг Ulthera для подтяжки лица, криолиполиз для коррекции жировых отложений, нити, контурная пластика, ботокс – для устранения возрастных изменений и восстановления молодых контуров лица.

Есть мужчины, которым важно заботиться о себе и получать удовольствие от процедур. Им нравится ухаживать за собой, потому что это приятно. Такие пациенты приходят к нам на массаж лица и тела, уходовые программы, которые разработаны для мужской кожи.

Еще одна популярная у мужчин процедура – лазерная эпиляция. К нашим специалистам мужчины обращаются, чтобы удалить волосы на лице полностью или создать красивый контур бороды, чтобы не заморачиваться с ежедневным бритьем. Другие востребованные зоны – спина, где гладкая кожа – вопрос эстетики, и подмышечные впадины: волосы после лазерной эпиляции этой зоны уходят быстро, что обеспечивает не только эстетику, но и комфорт, и гигиену.

МУЖСКАЯ КОЖА ТРЕБУЕТ ДРУГОГО ПОДХОДА, ЧЕМ ЖЕНСКАЯ

– Это правда: у мужчин кожа более плотная и более жирная. Еще одна частая мужская особенность – алопеция, и кожа в тех областях, где волос уже нет, тоже требует ухода. Мы не разделяем процедуры на женские и мужские, а применяем индивидуальный подход к пациентам, действуем в зависимости от конкретной ситуации. Например, при контурной пластике у мужчин есть особенности техники введения препаратов, то есть свои нюансы работы, которые в каждом случае выбирает врач.

ДЛЯ ЧИСТОЙ КОЖИ МУЖЧИНЕ ХВАТАЕТ ОБЫЧНОГО УМЫВАНИЯ

– Не всегда. Разумеется, умываться – обязательно, но без мыла, а с очищающим средством, которое нужно подобрать для вашей кожи. В ряде случаев стоит посетить косметолога – например, есть беспокоят черные точки, высыпания, забитые поры. При таких проблемах важно регулярно проводить чистки и пилинги. Чистки полезны для тех мужчин, у которых есть вопросы с воспалениями на лице: такое бывает не только в подростковом возрасте и влияет на внешний вид и самооощущение человека.

БОТОКС И ДРУГИЕ УКОЛЫ – ТОЛЬКО ДЛЯ ЖЕНЩИН

– Нет, эти процедуры нужны и мужчинам, особенно это касается инъекций ботулотоксина. У мужчин часто наблюда-

ется повышенная мимическая активность и, как следствие, появление морщин на лбу, в межбровье и других зонах. Особенно этим страдают спортсмены: сильное мышечное напряжение, в том числе в мышцах лица, приводит к ранним признакам возрастных изменений даже у молодых людей. В этих случаях применяются инъекции ботулотоксина, один раз в несколько месяцев. Эта же процедура применяется при еще одной распространенной мужской проблеме – повышенной потливости в области подмышек, ладоней, ступней. В мужском мире рукопожатия имеют большое значение, и ботокс позволяет перестать стесняться влажных ладоней.

МУЖЧИНА – КАК ХОРОШИЙ КОНЬЯК, С ВОЗРАСТОМ ТОЛЬКО ЛУЧШЕ. ОМОЛОЖЕНИЕ ЕМУ НИ К ЧЕМУ

– Не сказала бы, что, старея, мужчина становится красивее: просто в нашем социуме к нему предъявляется меньше требований. Но это не работает в сфере бизнеса, топ-менеджмента, где, к сожалению, еще встречается эйджизм. И даже крутых, но возрастных специалистов, руководителей готовы сменить на молодых. Когда у мужчины на лице не читается его возраст, ему проще строить карьеру, быть успешным, выстраивать социальные связи и оставаться востребованным. Когда у тебя свежее подтянутое лицо, тебя автоматически «считывают» как молодого, активного, современного человека.

У пациентов-мужчин мы с успехом применяем такие антивозрастные процедуры, как контурная пластика для заполнения морщин-заломов, инъекции ботулотоксина (расслабление мышц и тем самым коррекция морщин), нити, SMAS-лифтинг Ulthera. Они позволяют восстановить утраченные объемы. С возрастом овал лица «стекает» вниз, а эти процедуры возвращают его на место без эффекта «накачанного» лица. Ты выглядишь так, как в молодости.

СВОЯ КОСМЕТИКА ДЛЯ МУЖЧИН – НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО, МОЖНО ПОЛЬЗОВАТЬСЯ КРЕМОМ ЖЕНЫ

– Не совсем так. Да, косметика сейчас стремится быть гендерно нейтральной, но есть особенности. Первое – это ароматы: если мужчина будет пахнуть розами – это не ко-милфо. Профессиональные линейки имеют нейтральные ароматы, но если покупать средства в масс-маркете, лучше выбирать мужские коллекции, чтобы пахнуть не цветочками, а например, запахом табака.

Второе «за» в пользу мужской косметики – комплексное воздействие. Например, женский дневной крем увлажняет и питает кожу, а мужской – одновременно оказывает противовоспалительный эффект, и это важно, потому что мужчина бреется и на коже появляются порезы и раздражения. В мужские средства могут входить кислоты и другие компоненты, которые помимо ежедневного ухода уменьшают ороговение и склонность к появлению вросших волос.

ЕСЛИ НАЧАЛИ ВЫПАДАТЬ ВОЛОСЫ – ЭТО НЕ ОСТАНОВИШЬ, НАДО СМИРИТЬСЯ

– Кто-то может смириться и побриться налысо, а кто-то к этому не готов. Тогда нужно действовать: если речь идет о гормональном выпадении волос, его можно остановить. У нас в клинике работают трихологи, которые выявляют причину проблемы и назначают лечение. Но нужно быть готовым к тому, что начиная борьбу за сохранение волос, нельзя останавливаться – это должно стать обязательной ежедневной процедурой, как чистка зубов. И при таком уровне вполне реально сохранить густую шевелюру в любом возрасте.



О РИСКАХ И ЛЕЧЕНИИ ТРОМБОЗА

Образование тромбов и варикоз очень опасны. Поговорили с хирургом-флебологом Тульского центра диагностики и лечения на ул. Metallургов, 108 о том, кто в группе риска, и как можно решить проблему за пару приемов.

Осень – время подумать о здоровье ног. Все лето мы напрягали их, нагружали долгой дорогой в путешествиях, меняли часовые пояса и климат. Теперь желательно записаться на прием к флебологу, чтобы точно знать, как вены перенесли летний стресс. На самые волнующие вопросы ответил врач высшей категории, хирург-флеболог, врач УЗ-диагностики Тульского центра диагностики и лечения Василий Курносов:

– На здоровье вен негативно может сказаться множество факторов: долгая дорога, питание, вода, стресс. Осенью все эти факторы сходятся вместе, но, по сути, проблема остается актуальной в любое время года.

Все очень серьезно: негативные факторы могут привести к определенному каскаду патологических изменений, в том числе к тромбообразованию. Эта болезнь может коснуться каждого: все мои пациенты ухаживают за собой, имеют хороший социальный статус, но проблемы с венами не дают им нормально жить, заставляют стесняться, а иногда и лишают работы.

– Кто в группе риска?

– В первую очередь, люди, страдающие варикозной болезнью. Также столкнуться с тромбообразованием могут:

- женщины в возрасте пред- и постменопаузы,
- люди с лишним весом,
- курильщики,
- люди с нарушением сердечного ритма,
- страдающие сахарным диабетом,
- те, кто по долгу службы подвергается длительным статическим нагрузкам – водители, учителя, продавцы, повара и т. д.,
- женщины, принимающие гормональные препараты и контрацептивы, в том числе в лечебных целях.

– Что делать, если оказался в зоне риска?

– Держать состояние здоровья на контроле. Варикоз – не безобидная болезнь. Многие ходят с ней десятилетиями и запускают себя. Потом появляются тромбы и трофические язвы. Не дожидайтесь тяжелых осложнений, приходите на прием к флебологу и сделайте УЗИ. Специалист даст оценку вашему здоровью и, при необходимости, составит план лечения.

– Лечить вены не страшно?

– Страх в большинстве случаев и останавливает пациентов. А между тем у нас прием проходит в комфортной обстановке. Варикозное расширение вен лечится современным методом. Под ультразвуковым контролем выполняется чрескожная пункция сосуда, в просвет вводится лазерный световод с последующей облитерацией (склеиванием) варикозно-измененной вены. При таком эндоваскулярном (внутрисосудистом) воздействии риск повреждения окружающих тканей исключается. Все операции выполняются амбулаторно, под местной анестезией, при этом пациент во время операции находится в полном сознании. В послеоперационном периоде серьезной реабилитации тоже не требуется. Пациент от двух до четырех недель носит компрессионные чулки, а затем наслаждается жизнью без боли в ногах. Операции проводят врачи с большим опытом. Риск осложнений минимальный, но если пациента что-то тревожит, мы сразу же запишем его на прием в любое удобное время.

– Нужно ли готовиться к операции и есть ли противопоказания?

– Противопоказаний мало: острые состояния, температура, обострение хронических заболеваний, заболевания крови. Подробности можно узнать на приеме у врача.

Перед операцией нужно сдать стандартные анализы и пройти обследование. Это можно сделать в стенах Тульского центра диагностики и лечения на ул. Metallургов, 108 в удобное время.

– Что должно стать первым звоночком для того, чтобы записаться на прием к флебологу?

– Если у вас созрела мысль проконсультироваться с флебологом – сделайте это. Какой-то дискомфорт явно вас на нее натолкнул. Знаком, что откладывать прием точно нельзя, могут стать отеки ног и болевые ощущения. Столкнулись с этим – бегите к врачу как можно быстрее!



г. Тула,
ул. Metallургов, д. 108
+7 (4872) 33-83-03,
+7 (953) 953-41-17
tula.phlebocentr.ru

БУДУЩИМ ОТЦАМ

ПРИ ПЛАНИРОВАНИИ БЕРЕМЕННОСТИ МУЖЧИНЫ ЧАЩЕ ВСЕГО УПОМИНАЮТСЯ ВСКОЛЬЗЬ. ОДНАКО ГОТОВНОСТЬ БУДУЩЕГО ОТЦА ИМЕЕТ ТАКОЕ ЖЕ ЗНАЧЕНИЕ, КАК И МАТЕРИ: ГЕНЕТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ ПЕРЕДАЕТСЯ МАЛЫШУ ПОРОВНУ ОТ ОБОИХ РОДИТЕЛЕЙ. КАК МУЖЧИНЕ ПОДГОТОВИТЬСЯ К ОТЦОВСТВУ, РАССКАЗЫВАЕТ АЛИНА ЛАМБРОЗОВА, ВРАЧ-ГИНЕКОЛОГ, РЕПРОДУКТОЛОГ.

Процесс образования и созревания сперматозоидов (сперматогенез) сложен и многокомпонентен, он длится около трех месяцев и легко подвергается негативному влиянию. То есть сперматозид, который оплодотворяет сегодня, созрел 3 месяца, и любые негативные факторы могли повлиять на его ДНК. Поэтому готовиться к отцовству нужно обязательно.

ДЛЯ ЭТОГО НЕОБХОДИМО:

1 **Исключить продукты с тератогенными и мутагенными свойствами.** Это фаст-фуд, газированные напитки, консервы, продукты с красителями, консервантами, ароматизаторами, «нездоровые» жиры. Сладкое тоже негативно влияет на сперматозоиды: у сладкоежек сперматозоиды передвигаются в разы медленнее.

2 **Добавить в свой рацион больше свежей, здоровой пищи,** богатой фоллатами, цинком, йодом, витамином Д и полезными жирными кислотами.

3 **Отказаться от вредных привычек.** Поскольку сперматозоиды крайне чувствительны к внешним влияниям, улучшить качество спермы можно, просто отказавшись от курения и спиртного. Курение снижает подвижность сперматозоидов, причем парогенераторы намного вреднее сигарет. Поэтому по возможности максимально сократите, а лучше откажитесь. Прием алкоголя – не более 50 г крепких напитков либо одного бокала вина в неделю.

4 **Перепады температур также негативно влияют на качество эякулята.** Лучше воздержаться от посещения бани, сауны, приема горячих ванн, ношения тесного синтетического белья, работы с ноутбуком на коленях.

5 **К сожалению, работающий мобильный телефон также снижает подвижность сперматозоидов.** Не носите его в карманах брюк.

6 **Регулярный спорт или хотя бы разминка** во время долгого сидения необходимы для профилактики застойных состояний в малом тазу.

7 **Частота половой жизни для зачатия очень важна.** Больше шансов зачать у здоровой супружеской пары, занимающейся сексом 3–5 раз в неделю. При этом ежедневный многократный секс, увы, не способствует росту мужской фертильности: концентрация сперматозоидов в этом случае падает, уменьшается и вероятность забеременеть. Однако все зависит от конституции, состояния гормонального фона и общего здоровья: есть мужчины с повышенной фертильностью.

8 **Сдать анализы на инфекции.** Многие мужчины являются носителями инфекций, передающихся половым путем. Часто заболевание не доставляет неприятных ощущений, но при этом ухудшает качество спермы. Также существует риск заразить женщину, что может привести к бесплодию, невынашиванию беременности или инфицированию плода.

9 **Сдать спермограмму.** Успешность зачатия, процесс вынашивания беременности и здоровье будущего ребенка, его интеллект зависят от качества спермы. «Неправильные» сперматозоиды чаще всего не могут оплодотворить яйцеклетку. Если же оплодотворение все-таки происходит, то в большинстве случаев заканчивается самопроизвольным прерыванием беременности или генетической патологией у ребенка. Поэтому при выявлении отклонений необходимо сразу обратиться к андрологу либо репродуктологу. Для сдачи спермограммы необходимы 2–4 дня полового воздержания, отказ от алкоголя, бани, сауны в течение 10 дней. После повышения температуры выше 38,5° и приема антибиотиков спермограмма сдается не ранее чем через 6–8 недель.

Рекомендую мужчинам, которые планируют отцовство, пройти все обследования и получить рекомендации докторов. Это существенно повысит шансы на успешное зачатие, а в случае выявления проблем вы не упустите время их решить. Анализы, спермограмма, консультации врачей – все это можно получить в нашем центре в день обращения.

Записаться на прием к Алине Ламбровой можно, отсканировав qr-код:



ОТКРОВЕННО О МУЖСКОМ

СОХРАНЕНИЕ МУЖСКОГО ЗДОРОВЬЯ – ЗАЛОГ ДОЛГОЙ И СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ. В МЕДИЦИНСКОМ ЦЕНТРЕ «СОЗВЕЗДИЕ ЗДОРОВЬЯ» К ЭТОМУ АСПЕКТУ ОТНОСЯТСЯ ОЧЕНЬ СЕРЬЕЗНО. БОЛЬШИНСТВО УРОЛОГИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ КОМАНДА ОПЫТНЫХ ВРАЧЕЙ ЗДЕСЬ ДИАГНОСТИРУЕТ ЗА ОДИН ПРИЕМ БЕЗ БОЛИ И ДИСКОМФОРТА.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Поход к урологу – дело очень сокровенное. Мы решили задать несколько деликатных, но очень важных вопросов врачам-урологам клиники «Созвездие здоровья». И вот что из этого вышло.



**ИГОРЬ ТИМОШКОВ,
ВРАЧ-УРОЛОГ:**

– Лечение у уролога – это больно?

– Урологический осмотр в большинстве случаев абсолютно безболезненная процедура. В клинике «Созвездие здоровья» для диагностики и лечения мы используем современное оборудование, что позволяет проводить диагностику и лечение различных урологических заболеваний в комфортных для пациента условиях.

– Как не пропустить рак предстательной железы?

– Это одно из самых распространенных злокачественных образований у мужчин. Причем, как правило, на ранних стадиях оно протекает бессимптомно. Даже на поздних стадиях заболевания симптомы неспецифичны и во многом схожи с проявлениями доброкачественной гиперплазии.

Но все же насторожиться стоит, если вы столкнулись с затрудненным и учащенным мочеиспусканием в ночное время, слабым напором, чувством неполного опорожнения мочевого пузыря, болевыми ощущениями над лоном и в промежности. При метастатическом раке простаты часто также наблюдаются интенсивные боли в грудном и пояснично-крестцовом отделе позвоночника.

При любых описанных выше проявлениях срочно запишитесь на прием к врачу. Если симптомов нет, не забывайте о регулярном наблюдении: мужчинам старше 45 лет проходить обследование у уролога нужно не реже 1 раза в год.



**АЛЕКСЕЙ КУЗОВЛЕВ,
ВРАЧ-УРОЛОГ:**

– Аденома простаты – это приговор?

– Мужчины с аденомой простаты страдают от частых позывов к мочеиспусканию, особенно в ночное время, мочеиспускания малыми порциями, трудностей с опорожнением мочевого пузыря, вплоть до острой задержки.

Аденома простаты очень распространена, и чем старше мужчина, тем больше риск ее развития. Но это не приговор. Врач назначит анализы, определит стадию заболевания и назначит консервативное или оперативное лечение. После этого вы вернетесь к обычной жизни.

– Как не допустить развития урологических заболеваний?

– Следить за состоянием мужского здоровья. В 50-60 лет мужчинам нужно регулярно проходить обследование, которое включает обязательное определение уровня ПСА, УЗИ предстательной железы и ее осмотр. При необходимости также назначается урофлоуметрия.

– Много ли времени отнимет лечение у уролога?

– Мы понимаем, насколько ценно время при современном ритме жизни. В нашей клинике все устроено так, чтобы пациенты получали помощь быстро и качественно. Все необходимые обследования и рекомендации по лечению в «Созвездии здоровья» можно получить всего за одну консультацию.



**ДМИТРИЙ ДАВЫДЕНКО,
ВРАЧ-УРОЛОГ, АНДРОЛОГ:**

– Как сохранить потенцию?

– Поддержать интимное здоровье поможет сбалансированное питание, регулярные физические нагрузки, отказ от вредных привычек и регулярная половая жизнь. Также для сохранения потенции важен баланс гормонов, потому что именно они регулируют большинство процессов в организме, в том числе потенцию. В нашем медицинском центре проводится полный спектр обследований гормонального фона: анализы на общий и свободный тестостерон, ГСПГ, ЛДГ, ФСГ, пролактин и эстрадиол.

– Когда женщине тоже может понадобиться помощь уролога?

– Уролога несправедливо считают исключительно мужским врачом, порой такой специалист очень нужен и женщинам. В сферу моей работы входит лечение заболеваний мочевого пузыря, почек, мочеточников, мочеиспускательного канала, вне зависимости от пола пациента.

Медицинский центр «Созвездие здоровья» оснащен по международным стандартам. Программы диагностики и лечения, которые мы используем, зарекомендовали себя как наиболее высокоэффективные и доступные.

Созвездие
здоровья и красоты

г. Тула, пр-т Ленина, 66а
(въезд и вход с ул. Ф. Энгельса)
+7 (4872) 52-60-70, +7 (967) 431- 77-41
sozvezdie-tula.ru

КЛИНИКА «ЭКСПЕРТ»: боли больше нет!

Избавиться от боли, понять ее причину и вовремя начать лечение – всё это делают в новом корпусе клиники на ул. Болдина, 76.

Сергей Попов, нейрохирург клиники «Эксперт»

– Я вынашивал эту идею 5 лет. Переписывал проекты, маршрутизации... По сути, идея этого центра – это история, которая должна быть во всех клиниках. Пациенты не должны страдать от боли. Мы должны быстро и эффективно купировать болевой синдром на самом начальном этапе, потом представить пациенту полный цикл лечения. Человек должен быть уверен, что в случае чего вернется именно к этому врачу, этот доктор станет ему партнёром, и пациенту не придется искать, кто ему поможет – он всегда сможет связаться со своим лечащим врачом, которому доверяет, с которым есть контакт, и сможет получить всю необходимую помощь.

Новый двухэтажный корпус клиники «Эксперт» открылся в сентябре 2023 года. Его ядро – «Центр боли», в котором внедрен междисциплинарный и мультифункциональный подход, где пациента ведет целый консилиум врачей. Главный принцип Центра – это оказание разных видов медицинской помощи пациентам под одной крышей.

Центр сможет принимать более 10 тысяч пациентов в год. В нем есть операционная для малоинвазивных операций, мощное диагностическое оборудование, дневной стационар. Подробнее обо всем расскажет Сергей Попов, нейрохирург клиники «Эксперт».

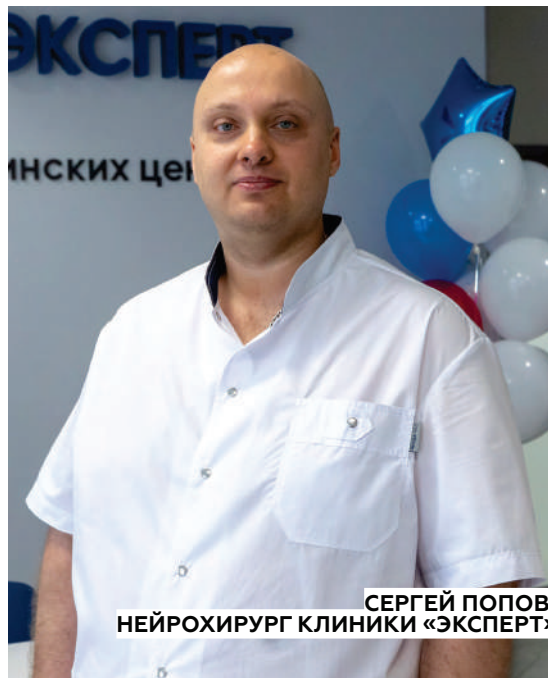
– Сейчас проблема пациентов и в Тульском регионе, и в России в целом, состоит в том, что пациент приходит с болью к терапевту, терапевт отправляет его к неврологу, невролог – к сосудистому хирургу. И это продолжается 2-3 месяца без возвращения пациента к нормальному качеству жизни.

Когда-то, конечно, либо боль закончится сама, либо все-таки пациент дойдет до специалиста и наконец ему окажут помощь. Но скорость жизни сейчас такова, что хочется скорее в нее вернуться, а пациент чаще всего просто теряет время и терпит боль.

В «Центре боли» мы собрали все диагностические, лечебные, реабилитационные мощности.

1 ЭТАЖ

Здесь все посвящено диагностике. Высокопольный МРТ-томограф, КТ-томограф, ультразвуковой аппарат высокого класса для экспертного выполнения всех видов исследований. Кроме того, мы проводим здесь новые совмещенные исследования, например, УЗИ-нейромиографию, чтобы точно дифференцировать функциональное состояние, оценить уровень поражения нервов.



СЕРГЕЙ ПОПОВ,
НЕЙРОХИРУРГ КЛИНИКИ «ЭКСПЕРТ»

2 ЭТАЖ

Здесь все направлено на то, чтобы узнать причину боли и купировать ее. Пациента осмотрят в кабинете первичного приема и сразу сделают ультразвуковое исследование. Врачи знают, что, например, боль в ноге может быть вызвана массой причин. Воспаление седалищного нерва или отраженная боль фасетки, артроз коленного или тазобедренного суставов, тромбоз или фасциальный синдром.

После процедуры УЗИ, на котором сразу верифицируют причину заболевания, пациенту купируют боль. И только после этого принимают решение о дальнейшем лечении, возможно, инвазии. Например, если это фасеточный синдром, делают инъекцию в межпозвоночные суставы; если дисковая грыжа – показана трансформинальная или эпидуральная блокада. Наша задача на этом этапе – определить, требуется ли пациенту хирургическое вмешательство, либо лечение можно вести консервативно.

Есть исследования, которые говорят о том, что через 5 лет после спинальных операций по удалению межпозвоночной грыжи диска частота болевых синдромов у оперированных и неоперированных пациентов сравнивается. Это говорит о том, что мы должны уменьшить количество показаний к операциям, и другими методами улучшить качество жизни пациента и возможности его реабилитации.

...И ГОЛОВА НЕ БОЛИТ!

В новом корпусе клиники «Эксперт» есть отдельный кабинет лечения головной боли.

– Раньше головную боль лечили так: сделали МРТ, не нашли органических поражений, лечат сосудистыми и ноотропными препаратами.

Сейчас доказано влияние на головную боль большого и малого затылочного нерва, дегенеративных явлений в шейном отделе позвоночника, поражения челюстных суставов. Большой процент болевых синдромов связан с мигренями и головной болью напряжения. Мы это тоже лечим!

Опытный нейрохирург поможет найти истинную причину недомогания и облегчит страдания пациентов даже с самыми сложными хроническими болевыми синдромами.

В Центре доступны самые современные методы лечения: терапия моноклональными антителами, ботулинотерапия, коррекция верхнего и нижнего челюстного сустава, работаем вместе с коллегами-стоматологами и т. д.

– Мы окажем весь объём противоболевой помощи. Если пациент нуждается в эндопротезировании, мы маршрутизируем его на наши партнёрские площадки в Москву.

РЕАБИЛИТАЦИЯ

В тульской клинике успешно проводят и реабилитацию спортсменов. В «Эксперте» обслуживаются «Арсенал» и «Тулица», хоккейная академия им. Михайлова.

– Мы выполняем гиалуроновую терапию, коррекцию препаратами, тейпирование, проводим мануальную терапию, физиотерапию – то есть полный спектр лечения от диагностики до реабилитации.

Важно понимать, что если грыжа сформировалась, есть дефект в диске, он никуда не уйдёт. И если пациент вовремя обратится к нам, мы проведем своевременную диагностику и адекватное лечение, он выйдет на адекватную реабилитацию и длительную ремиссию. Пациент приходит, наблюдается и не выпадает из своего ритма жизни.

В клинике применяется ускоренная методика восстановления после вмешательств. Её суть в том, что пациенты встают уже в день операции, испытывают меньше боли, а также проводят меньше времени на стационарном лечении.



ПО ПОСЛЕДНЕМУ СЛОВУ ТЕХНИКИ

Новый центр полностью укомплектован современным диагностическим оборудованием экспертного класса. Аппараты УЗИ и нейрмиографии, 64-срезовые томографы высокого разрешения, аппарат МРТ Philips мощностью 1,5 Тесла, холодноплазменный генератор Cosmo, полный спектр наборов и нитиновых электродов, наборы для нуклеопластики. Не каждая столичная клиника может похвастаться такой оснащённостью!

ЧТО ЕЩЕ?

В клинике есть отделение малоинвазивных операций, таких как лечение геморроя, гинекологических недугов (недержание мочи, выпадение матки), косметических патологий, ортопедии (в частности, исправление вальгусной стопы), отдельное направление – ЛОР.

Также сейчас в клинике начали выполнять исследования синдрома ночного апноэ. Пациенту делают суточное мониторирование, изучают длительность, выраженность синдрома и решают вопрос о записи на хирургические операции по коррекции мягкого нёба. Если раньше проблема решалась с помощью специального аппарата и маски, в которой пациент должен был спать, то теперь небольшое хирургическое вмешательство позволит решить проблему.

КЛИНИКА ЭКСПЕРТ

г. Тула, ул. Болдина, 76 | tul.mrtexpert.ru
+7 (4872) 700-655 | clinic_expert_tula





ОТКРЫТИЕ МЕСЯЦА: ЦЕНТР ЛЕЧЕНИЯ БОЛИ В ТУЛЕ

КЛИНИКА «ЭКСПЕРТ» ОТКРЫЛА ВТОРОЙ КОРПУС РЯДОМ С УЖЕ РАБОТАЮЩИМ НА УЛ. БОЛДИНА. СОБЫТИЕ ПОЛУЧИЛОСЬ ОЧЕНЬ МАСШТАБНЫМ.

Фотограф: Дзюбин Дмитрий vk.com/foto_dzyubin

Поздравить Центр с открытием пришли почетные гости. В их числе – мэр Тулы Ольга Слюсарева, генеральный директор ГК «Эксперт» Владислав Шерстобоев и руководители медицинских центров города.

Площадь нового здания – 980 кв. м. В нем разместилась высокотехнологичная операционная для проведения малоинвазивных вмешательств, дневной стационар, в котором пациенты смогут прийти в себя после процедур, а также кабинеты приема врачей-рентгенологов, врачей ультразвуковой диагностики, невролога, травматолога, терапевта и нейрохирурга.



Рецепт гармонии

Автор проекта Маргарита Некрасова превратила шоу-рум «Даллас Мебель» в стильное, гармоничное, теплое и уютное пространство.

Главные характеристики данного проекта – стиль, гармония и уют. Светлая цветовая гамма, фактуры натуральных материалов, лаконичные прямые формы и минимум декора – все это создает особую атмосферу. Основным акцентом здесь выступает мебель.



Фотограф: Андрей Смирнов

Лейтмотив интерьерной композиции – рейки из шпона натурального американского ореха под полуматовым лаком. Для стен был выбран серо-розовый оттенок краски известного производителя. Двери скрытого монтажа в тон стен – беспроектный стилистический прием, который позволяет оптически приподнять потолок.



tulakitchen



Различные сценарии освещения дают вариативность восприятия интерьера. В качестве основного источника света выступает трековая система.

Подвесные светильники задают настроение, а в вечернее время мягко подсвечивают мебель и стены, придавая пространству дополнительный объем.

Завершающий штрих – текстиль, подобранный в нейтральной цветовой гамме, придает интерьеру уют, красоту и функциональность.

Благодарим за помощь в подготовке материала дизайнера Маргариту Некрасову и салон «Даллас Мебель».

*Фитнес в лучших
традициях!*



ГОГОЛЬ
ФИТНЕС-ЦЕНТР

Фитнес-центр
ул. Гоголевская, 45а
+7 (4872) 52-88-22
www.gogol-fit.ru



Пилатес-студия
пр. Ленина, 31, этаж 2
+7 (4872) 708-708
www.pilatestula.ru





ДЕЛИКАТНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ПИГМЕНТНЫХ ПЯТЕН

на лице

 **клиника комаровой**

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



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ