

МОДНЫЙ ГОРОД

16+

№ 130 ИЮЛЬ 2020



Карина
Никифорова



Татьяна
Филатова



Полина
Корнилова

ОТДЫХ | СВАДЬБЫ | ТРЕНДЫ



Валерия
Степанова



Татьяна
Вербицкая



Ирина
Гридасова

SOFT GOLD

Разрабатываем в Туле ПО с мировым именем

- ▶ Создаем программные продукты для удобной работы с промышленными и строительными чертежами.
- ▶ Нашим ПО пользуются 22000 компаний в 120 странах мира. Среди них – гиганты в своих отраслях: LG, Samsung, Hitachi, Boeing. Продукты CadSoftTools работают на всех основных популярных платформах.
- ▶ Обеспечиваем гибкость, оперативность и персональный подход: учтем детали ваших бизнес-процессов, поможем внедрить в систему, предоставим техподдержку.

www.cadsofttools.ru



Компания Soft Gold
Тула, ул. Морозова, 22,
тел. 70-11-25.



*Слюбова
Елизавета*

актриса театра и кино, пациентка клиники

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.



SMILE SPA

КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ И
ФУНКЦИОНАЛЬНОЙ СТОМАТОЛОГИИ

*Создаём улыбки,
достойные звёзд!*

Сайт: www.smilespa.ru

г. Тула, ул. Демонстрации, 141,

г. Москва, Ленинский проспект, 103,

Одинцовский р-н, ул. Триумфальная, 8,

 [smilespa_tula](https://www.instagram.com/smilespa_tula)

тел. 8(4872)70-45-34

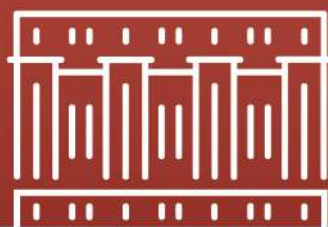
тел. 8(499)239-72-45

тел. 8(495)640-21-36

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.



СНОВА



ГОСТИНЫЙ ДВОР

торгово-развлекательный центр

 gd_tula  gd_tula www.tulagd.ru

ТРЦ «Гостиный Двор», ул. Советская, 47



вместе с вами!



NIELVA



Валентина
МОДНАЯ ЖЕНСКАЯ ОДЕЖДА

УЛ. БОЛДИНА, 86, ТЕЛ. 70-28-95



marussiakuznecova



Fashion_city_magazinetula

Ph @vika.solodova

Mua @makeisky



Свобода самовыражения заключается в признании. В признании самих себя смелыми, яркими и индивидуальными. Зачастую нам кажется, что наше право быть самим собой разрушают тренды, тенденции, недели мод и лукбуки топовых брендов. Когда наконец мы посмотрим правде глаза и признаем, что это лишь отказ от работы над своими вкусами, предпочтениями и идеями в пользу готового кейса «быть как все».

Лично я считаю, что последние месяцы благотворно способствовали развитию индивидуальности как личности, личного бренда и гардероба в том числе. Мы остановились, выключили прямую трансляцию и прислушались к себе. Выбросили беспочвенные сомнения, ненужные мысли, почистили гардероб и отказались от чрезмерной оценочной зависимости.

За это время многие из нас впервые, разобрав завалы прошлого, встретились и познакомились с главным персонажем своей жизни – самим собой. С таким, какой есть! Без люксовых лодочек, макияжа и фильтров в Инстаграме. Вспоминаете это первое свидание, открывшее не менее, чем новую жизнь? Чувствуете это лёгкое дыхание? Прдержитесь на этой волне как можно дольше, а лучше оставьте этот опыт на всю жизнь. Лодочки все же стоит вернуть на прежнюю позицию, а отсутствие фильтров – это почти моветон. Но украсить всем этим можно только истину – только настоящую, свободную и смелую себя.

Марина Кузнецова
руководитель
журнала

Реклама. Официальный дистрибьютор ООО «Сент-Груп (РУС)». Элегантность как стиль жизни



Elegance is an attitude*

Simon Baker
Саймон Бейкер

LONGINES®



г. Тула Пролетарская д. 2
ТРЦ «МАКСИ»
тел.: +7 (4872) 774-060



HydroConquest

ПУСТЬ БУДЕТ БОЛЬШЕ МОДНЫХ ИСТОРИЙ!

Российские женщины любят и умеют красиво одеваться. У них есть вкус, чувство стиля, а главное – желание выглядеть хорошо при любых обстоятельствах. Мне приятно смотреть на наших покупательниц: они всегда элегантны, любят принарядиться и тем самым создать себе хорошее настроение, потому что удачный образ всегда дарит радость и уверенность в своей привлекательности и неповторимости. А когда женщина довольна, мир вокруг неё становится лучше и добрее.

Мне нравится помогать нашим покупательницам подбирать интересные и стильные образы. Я и сама люблю выглядеть современно и модно. Каждый сезон выбираю для себя оригинальные вещи из новых коллекций, которые в дальнейшем с удовольствием ношу и чувствую себя в них уютно и комфортно.

Ведь очень важно знать, что ты выглядишь достойно и уместно в любой ситуации. Сегодня тебя пригласили в гости, завтра ты идёшь с подружкой выпить кофе, через день едешь отдохнуть на природу – всё это разные истории. И для каждой должна быть подходящая одежда – модная и удобная. А когда у тебя в гардеробе есть готовые образы для каждого случая – тогда жить становится гораздо легче и приятнее.



ВАЛЕНТИНА ЛИТВИНЕНКО,
приглашенный редактор «Модного города»,
владелица сети магазинов «Валентина».

ЭКСКЛЮЗИВ ДЛЯ БУДУЩИХ МОЛОДОЖЕНОВ: ОБРУЧАЛЬНЫЕ КОЛЬЦА СВОИМИ РУКАМИ

В Туле появилось уникальное предложение для влюбленных, будущих женихов и невест: в ювелирной студии Love You Rings можно сделать обручальные кольца своими руками. И этот эксклюзив по цене будет не дороже магазинных аналогов!

Кольца, которые можно купить в ювелирном салоне, стандартны – а в Love You Rings вы сможете создать эксклюзивные символы вашего союза, наполненные любовью, теплом ваших рук и уникальными чертами ручной работы.

Мастер-класс проходит под руководством мастера – ювелира: он будет сопровождать все этапы вашей работы, подскажет, поможет словом и делом, чтобы в итоге вы получили не просто достойный, а великолепный результат. Вы увидите, как из кусочка металла постепенно рождается украшение, которое будет сопровождать вас всю вашу совместную жизнь. Научитесь работать с горелкой, придавать кольцу форму и размер, полировать, наносить текстуру – то есть сможете прочувствовать особенности работы ювелира на себе без долгого и дорогостоящего обучения. При этом никаких специальных навыков от вас не требуется: с задачей справится каждый!

Мастер-класс длится 3-4 часа. Его продолжительность зависит от сложности создаваемых колец – а их дизайн ограничен только вашей фантазией. В Love You Rings помогут сделать как классические кольца, так и кольца с индивидуальным дизайном, гладкие и с текстурой, из любого металла – белого, желтого, розового, лимонного золота или серебра, с любыми камнями – фианитами, бриллиантами, сапфирами, изумрудами, с любой гравировкой, и даже уникальные кольца с помощью 3D-моделирования. Еще одна оригинальная идея, которую можно воплотить в студии, – сделать на кольцах лазерную гравировку ваших отпечатков пальцев. По вашему желанию на кольца можно поставить пробу в пробирной палате. Также вы можете принести свое золото и превратить его в новые кольца, что с финансовой стороны очень выгодно.

На мастер-класс можно пригласить фотографа, чтобы запечатлеть эту необычную лав-стори и получить фотосессию, которой нет больше ни у кого.



Что касается цены вопроса, то стоимость колец, изготовленных своими руками, аналогична, а зачастую и ниже цен на кольца такого же веса в магазинах. А кольца с индивидуальным дизайном и камнями совершенно точно обойдутся дешевле. И совершенно бесценны те эмоции, которые вы получите на мастер-классе. Видеть, как из металла рождается символ вашей любви, знать, что такие кольца будут только у вас и это полностью эксклюзивная работа, ощущать, что они наполнены вашим теплом и любовью, – непередаваемо!



Тула, ул. Станиславского, 43, тел. 8-953-971-90-57.
@loveyourings vk.com/loveyourings

ДЕТСКОЕ ВРЕМЯ

Даже детсадовец сегодня может разобраться в законах, а школьник – изучить возможности мозга и понять, почему ему так ненавистна физика. Три книги в нашей подборке облегчат детям и родителям жизнь и учебу.

ДЕТСКИЙ ПЛАНШЕТ HUAWEI MEDIAPAD, 5999 Р., DNS.



«Буллинг» 16+

Буллинг – нестрашное слово, пока не сталкиваешься с травлей напрямую. Шок, гнев, обида и другие эмоции часто мешают родителям адекватно оценить ситуацию и понять, какие шаги следует предпринять, куда обращаться, что говорить ребенку и как вести себя с обидчиками. Журналист и мама троих детей Наталья Цымбаленко, чья история о пресечении травли сына громко прозвучала в СМИ и была прочитана сотнями тысяч человек, систематизировала свой опыт для книги. И рассказала, как отличить буллинг от рядового конфликта, кто и почему становится жертвой травли, что зависит от школы, а что – от семьи, когда стоит вмешиваться и есть ли юридическая ответственность за травлю.



ДЕТСКОЕ КОМПЬЮТЕРНОЕ КРЕСЛО «БАЙТИ ПИНК», 10950 Р., «ПЕРВЫЙ МЕБЕЛЬНЫЙ».



«Детям о праве» 0+

Знать законы важно с детства, считает автор книги адвокат Павел Астахов. Какими бывают последствия тех или иных поступков, как правильно вести себя на дороге, что такое семья с точки зрения государства, куда обращаться за помощью в случае необходимости – эти и другие темы раскрыты в книге простым языком. В игровой форме дети познакомятся со сложными вопросами и узнают больше о том, как устроена жизнь взрослых.

«Уроки на отлично!» 6+

Научиться учиться можно в любом возрасте, а в детстве сделать это проще. Авторы книги Барбара Оакли и Терренс Сейновски знают целый ряд секретов, которые помогут превратить «нелюбимые» школьные предметы в простые и понятные, чтобы ребенок (и родители вместе с ним) не тратили все вечера на «домашку». Главный секрет в том, чтобы выяснить, как работает мозг и использовать его возможности. Ваш школьник научится решать сложные задачи и находить свежие идеи, не откладывая уроки «на потом», отвлекаться – это полезно и важно для учебы, тренировать мозг и обращать недостатки, например, плохую память, в достоинства.



КОНСТРУКТОР QUERCETTI, 266 ДЕТАЛЕЙ, 2875 Р., «ДОЧКИ-СЫНОЧКИ».



СЧАСТЬЕ В КАДРЕ

Говорят, что счастье не зависит от других людей – оно внутри нас. Но все же вряд ли кто-то поспорит с тем, что самое большое счастье – это улыбка ребёнка, его глаза, смех, само его появление в нашей жизни. В кадре нового фотопроекта «Модного города» на этот раз оказалось самое настоящее, неподдельное, безграничное счастье – мамы с детьми.

макияж и укладка – Екатерина Карелова @karelova_katerina салон Montblanc @montblanc.salon



ТАТЬЯНА ЗАЙКИНА И ДОЧКА АРИНА (9 МЕСЯЦЕВ)

«Когда я смотрю в её глаза, ощущаю себя абсолютно счастливым человеком».



Макияж и укладка Екатерина Исаян @gia_karangi

КСЕНИЯ БОРИСОВА
И ДОЧКА
МИЛАСЛАВА (5 ЛЕТ)

«Счастье – это жить здесь и сейчас, улыбаясь каждому новому дню.

LOVEить момент и с благодарностью принимать все то, что происходит в твоей жизни».



АНАСТАСИЯ
ЗАРЕЦКАЯ И ДОЧКА
ТАИСИЯ (6 ЛЕТ)

«Счастье – это совместные завтраки на веранде и детский смех».



ОЛЬГА МЕЛЬНИКОВА И ДОЧКА АНАСТАСИЯ (5 ЛЕТ)

«Счастье есть! Я его знаю – знаю цвет его глаз, его смех. И оно зовет меня мамой!»

Макияж и укладка Елизавета Крутикова @lizavetakrutikova



СВЕТЛАНА АКУЛОВА И ДОЧКА АЛЕКСАНДРА (1 ГОД)

«Не гонитесь за счастьем, не ждите его, просто позвольте себе быть счастливыми каждый день».

MUST HAVE

лета

Блогер Диана Фёдорова рассказывает о знаковых вещах этого лета и о том, как примерить желанья с возможностями.



ДИАНА ФЁДОРОВА,
колонист, блогер



ХОЧУ: FARFETCH
18 639 РУБ



МОГУ:
PULL&BEAR
1 299 РУБ

МАЙКИ С ПОДПЛЕЧНИКАМИ

Если в прошлом году мы осваивали пиджаки с огромными маскулинными плечами, в этом году тренд добрался до маек. Совершенно в любом бюджете можно прикупить себе стильную новинку. Massimo Dutti, Zara, Asos – выбирайте, что угодно! Главное, смотрите на качество ткани – футболка должна быть плотной, не просвечивающей. Также такую футболку «с подплечниками» можно сделать самостоятельно дома из старой оверсайз-майки, просто вшив подплечники и подвернув рукава (наверное, благодаря именно такому решению и родился тренд на майку с подплечниками))) Лайфхак! Также можно попробовать сделать похожую майку с подплечниками, просто подвернув рукава у вашей обычной оверсайз-майки и заправив их в лямки бюстгалтера.

ХОЧУ: BOTTEGA VENETA
84 400 РУБ



МОГУ:
STRADIVARIUS
2 999 РУБ



МЮЛИ-ДУТИКИ

Сумочный тренд перешёл и на обувь. Мюли с пухлым плетением, неважно, с двумя перемычками или с одной, или же даже закрытые мюли. Обязательно выбирайте актуальный квадратный мыс – и вы станете самой модной девушкой на летних променадах! Но будьте осторожны – слишком пухлые перемычки визуально укорачивают ноги. Опять же в примерах у нас Bottega Veneta, яркий законодатель трендов уже не первый сезон, в противовес – бюджетный Stradivarius. Мюли у них мягкие, очень удобные, как домашние тапочки! Каблук не такой высокий, как на боттегах, но, тем не менее, на ножках смотрится просто изумительно и очень изящно!

ПЛЕТЁНЫЕ СУМКИ В СТИЛЕ BOTTEGA VENETA

Известность к бренду Bottega Veneta пришла благодаря уникальной технике плетения из кожи, которую использовали итальянские мастера при изготовлении сумок, и именно она стала неповторимым отличием марки от всех других. В 2020 году сумки Bottega Veneta снова влюбились всех модников и заняли первое место в вишлистах людей, активно следящих за трендами. Ни один стритстайл не обошёлся без плетёной сумочки Bottega Veneta, различия были лишь в цветах и размерах – от микро-сумочек, которые можно повесить на шею или пристегнуть к джинсам в качестве аксессуара, до крупнейших сумок хобо, в которые можно сложить пол своего гардероба. Массмаркет не отстаёт и также выпускает плетёные сумки в стиле боттеги в абсолютно разных формах. Я бы посоветовала выбирать сумку не четкой геометрической формы, а именно мягкую форму – именно такие сейчас на самом пике!

ХОЧУ: BOTTEGA VENETA
234 500 РУБ



МОГУ: MANGO
7 499 РУБ

ХОЧУ: MAISON MARGIELA
38 686 РУБ



МОГУ:
LIME
3 999 РУБ



ДЖИНСЫ С БОКОВЫМИ РАЗРЕЗАМИ

В 2019 году мы попробовали, как нам поначалу казалось, очень странную форму джинсов – бэги. Это достаточно свободные джинсы, сужающиеся к низу. В этом году джинсы расширились ещё сильнее, и теперь они стали совсем свободного широкого кроя, причём длина теперь классическая – можно надеть каблук, и джинсы его прикроют. Если же вам нравится подчеркивать изящность щиколоток, просто подверните ваши джинсы! Обратите внимание, что чем шире отворот – тем получится моднее. Самая трендовая деталь в джинсах – разрезы по бокам. Как-будто джинсы кто-то свернул вдоль и сделал надсечку ножницами. Maison Margiela – бренд, придумавший этот простой разрез, так понравившийся всем стритстайлерам. Все остальные бренды подхватили. Я отмечу бренд Lime – там вы найдёте максимально похожие на Maison Margiela джинсы, а стоит они будут в 10 раз дешевле!

ЖИВУ ЦВЕТАМИ



Макияж — @makesky, студия красоты «Эталон», ул. Липовая, 4, +7 920 767 27 06 @etalontula

Татьяна Вербицкая, владелица магазинов «Мадам Флёр», уверена: цветы могут спасти любую ситуацию и даже в условиях пандемии стать источником радости для ваших любимых людей.

Цветы я обожаю с детства, живу ими, и вот уже более 20 лет моя жизнь и работа с ними неразрывно связаны. Когда у меня спрашивают о любимых цветах, мне сложно ответить: пожалуй, нелюбимых-то у меня и нет. Они все прекрасны! Даже дочку я назвала Маргаритой – другого имени, кроме связанного с цветами, владелица цветочных магазинов выбрать и не могла:).

Мы сейчас лишены многих радостей – путешествий, концертов, ресторанов. Но можно поднять себе и близким настроение с помощью цветов. Даже если ты не можешь выйти из дома, чтобы поздравить дорогого тебе человека, или находишься далеко от него, – ты всегда можешь отправить ему цветы. Поэтому наша работа в этот период, особенно услуга доставки, стала очень востребованной.

«Мадам Флёр» известна с 1997 года, у нас огромный опыт в работе с цветами, надежные поставщики, качественная продукция. У нас много интересных цветов, мы делаем креативные букеты и хотим, чтобы покупатели почаще обращали внимание на другие варианты, кроме классических роз. Вместо них подарите женщине букет из орхидей или что-то такое же необычное – и восхищение в ее глазах станет лучшей благодарностью. А еще все девушки любят плюшевых мишек, это и моя слабость тоже, поэтому в наших магазинах есть большой выбор стильных игрушек, а также керамические фигурки и другие предметы декора интерьера.

Мода меняется, появляются новые тренды в оформлении букетов (например, сейчас это объемная пленка для упаковки), но главное остается неизменным: цветы всегда были и будут идеальным подарком по любому поводу, способом выразить уважение или благодарность, возможность красиво признаться в любви. И магазины «Мадам Флёр» с радостью помогут вам передать любые ваши чувства так красиво, чтобы получатель вашего букета остался в восторге.

Салон цветов «Мадам Флёр»,
Красноармейский пр-т, 11, тел. 30-30-99
@buket.tula

ГЛАВНЫЕ ПРИМЕТЫ МОЕГО ЛЕТА

ПАРТНЕР КОМПАНИИ NANOASIA
В ТУЛЕ, ВИЗАЖИСТ

Екатерина Паршина

о своем ТОП-13 средств косметики



@parshina_make_up
@nanoasiatula



1. NANODESSERT NUTRITIONAL – продукт для поддержания упругости и улучшения регенерации кожи, связок, мышц на уровне молодого организма. Курс рассчитан на 2 месяца, а действие продолжается до полугода! Продукт разработан академиком ЕАЕН М. В. Кутушовым эксклюзивно для Nanoasia group.

2. Ароматическая маска на основе глины Darphin очищает бережно, но активно, подходит даже для чувствительной кожи. Мне нравится ее нежная текстура и цветочный аромат.

3. Пластина из розового кварца для гуаша - массажа, изобретенного в Китае. 15 минут гуаша в день избавляют от усталости и дискомфорта.

4. Флюид для сияния кожи от Giorgio Armani. Его можно смешивать с тональной основой или наносить отдельно.

5. Средство для автозагара Tan Organic Self-Tan. Если еще не успел загореть на солнце, этот органический лосьон придаст коже красивый оттенок и сияние.

6. База для губ M.A.C идеально подготавливает губы к макияжу, мгновенно убирает сухость и шелушения.

7. Скраб для губ PROMAKEUP LABORATORY SOFT LIPS. Идеальное средство ухода за губами – смягчает, заживляет трещинки, готовит к макияжу.

8. Щетка Wet Brush Liquid Glitter Detangler расчесывает волосы с легкостью: благодаря специальным щетинкам: она скользит по волосам, не причиняя дискомфорта.

9. Масло-гель для душа от французского бренда Jeanne en Provence на основе 95% натуральных ингредиентов.

10. Свечи REMEDY CANDLES с натуральными эфирными маслами – для релаксации в течение дня. Отличный способ снять напряжение, подзарядиться и с новыми силами вернуться к делам.

11. Инновационный ежедневный уход Nanodessert Air bubbles Serum для лица и шеи дает коже питание, увлажнение, антиоксидантную защиту и лифтинг-эффект.

12. Scalp Care от Nanoasia – идеальный крем-пилинг для кожи головы с наноиглами, экстрактами растений, гиалуроновой кислотой и аминокислотами.

13. Nanodessert Foam Cleanser – превосходная пенка для умывания, деликатная, экономичная, работает как увлажняющая маска, стимулирует обновление клеток.

ПАРФЮМЕРНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Что если ароматом можно решить пару-тройку жизненных задач? Что если это больше, чем каприз, чем подарок, чем аксессуар? Но не возлагайте на парфюмерию слишком много надежд, а воспринимайте ее как инструмент, приносящий удовольствие.

Многолетний опыт в этой прекрасной сфере подвёл Карину Никифорову, одну из героинь с обложки «Модного города», к интересным выводам.

- **Выбирайте аромат для себя в отличном/прекрасном настроении.** Парфюмерия – это эмоции, которые лучше воспринимаются в позитивном расположении духа, а также мозг устанавливает устойчивые нейронные связи. Так, используя тот самый аромат, вы будете «возвращаться» в момент, когда вам было ХО-РО-ШО, что играет на пользу!

- **Ориентируйтесь на себя, своё мироощущение, фантазируйте, когда выбираете аромат.** Фокусироваться лишь на мнении окружающих, инфлюэнсеров, печатных и уважаемых изданий – ловушка. Вы делаете выбор под влиянием! Воспринимайте полученную информацию как первичную, оставьте выбор за собой: как вы себя ощущаете в аромате, что вы испытываете, как он звучит на вашей коже. Ведь эту химию никто не отменял.

- **Экспериментируйте!** Выходите за рамки привычного. Зачем ограничивать себя? Нет плохих парфюмерных композиций, есть лишь только не тот повод! Ароматы создают и несут настроение, оно меняется, мы меняемся. Следуем за ощущениями, говорим «нет» предубеждениям. Помним ещё и об «играх разума»: наш мозг удивительно быстро адаптируется к обстоятельствам. Используя один и тот же аромат три, четыре дня подряд, мы лишаем себя остроты ощущений. Мозг привык, воспринимает не так ярко. И здесь мы начинаем «уличать» производителя в недобросовестности: «Аромат нестойкий, на себе не слышу».

- **Представьте, что в вашей жизни произошло очень важное событие** (выпускной, взлёт по карьерной лестнице, предложение руки и сердца, спортивное достижение), выберите новый аромат как ассоциацию с ним. Так в моменты отсутствия мотивации, раздражения, недовольства, апатии вы нанесёте «аромат успеха» и поспособствуете изменению настроения, вернувшись в моменты счастья!

- **Вам понравился аромат незнакомки/незнакомца? Сделайте комплимент!** Смелее! Жизнь слишком коротка, чтобы сдерживать себя в мелочах, которые вызовут приятные эмоции у другого человека. Кто знает, быть может эта ни к чему не обязывающая фраза совершит что-то важное в вашей жизни или жизни незнакомца человека.

Атмосфера бутика Atelier des Parfums располагает к неспешному, приятному выбору эмоций и ассоциаций. Расслабьтесь, позвольте себе фантазировать и мечтать, заглядывайте внутрь, выстраивайте ассоциации и получайте удовольствие. А мы будем рады проводить вас в удивительный мир без границ!

Бутик Atelier des Parfums, ул. Первомайская, 52,
тел. +7 953 970 53 10
@atelier_des_parfums

Макияж – Екатерина Паршина, тел. +7 910 948 68 86 @parshina_make_up



6 бьюти-средств для жаркого июля

ВЕЩИ, БЕЗ КОТОРЫХ НЕ БЫЛО БЫ МОЕГО ЛЕТА-2020

БЛОГЕР

Анжелика Келина

составила подборку вещей, которые делают ее лето особенно приятным.

6.



1. Сарафан модного дома Dolce&Gabbana. Цветочные принты не оставят вас без внимания окружающих, где бы вы ни находились.

2. Сложно представить городскую модницу без удобных мюли. Для себя я выбрала рыжие мюли от Valentino.

3. Соломенная шляпа не только спасёт лицо от веснушек, но и придаст шарм и загадочность. Моя – от Valentino.

4. Базовая белая футболка и белая рубашка мужского кроя.

5. Какое лето без коротеньких шорт? Никакое. Я остановилась на чёрном дениме от Zara.

6. Прохладные вечера невозможны без идеальных джинсов. Этим летом мои фавориты – от Gucci: мотивируют к занятиям телом и подчеркивают талию.

7. Новинка от Clarins отлично наполняет кожу влагой и спасает от жаркого солнца.

8. Прекрасный спутник на утренних пробежках – часы Apple Watch 5-й серии: не только посчитают активность, но и прекрасно дополняют стильный образ.

9. Губы летом должны быть чувственными и увлажненными. Помада Mac powder kiss в оттенке a little tamed прекрасно с этим справится.

10. Пусеты с бриллиантами – просто незаменимая вещь. Бриллианты как поцелуи, их не может быть много.

11. Каждый сезон я покупаю новый аромат. Этим летом почетное место на полке занял Kilian Rolling in love.

12. Утолять жажду я предпочитаю водой с лимоном.

13. Книга, которая трансформировала мое сознание и сделала мое лето, - Робин Шарма «Клуб 5 часов утра».

14. Курс по финансовой грамотности и инвестициям просто необходим, как глоток свежего воздуха. Можно пройти у разных коучей.

15. Ну и какое лето без яркого и прохладного напитка? Доступен на всех верандах города.



@queen_of_sun18



КАЖДЫЙ МАСТЕР – ХУДОЖНИК

Одна из героинь польской обложки журнала – Полина Коршилова, основательница студии красоты «Фрида». О старте собственного бизнеса, источниках вдохновения в искусстве и самых горячих бьюти-трендах лета Полина рассказала «Модному городу».

Руководитель студии «Фрида»
тел. +7 961 261 81 03
@frida_071

– Как Вы пришли в бьюти-сферу?

– Тогда я была в декрете, но не смогла спокойно сидеть дома, это не моё. После раздумий о сфере деятельности решила поехать в Москву на обучение перманентному макияжу, оставив маленькую дочку с мужем (муж – герой!). Выбрала перманент из-за собственных красных бровей после неудачного татуажа.

– Когда создавали студию, какая была идея, концепция? Что хотели дать людям?

– Идея была собрать крутой коллектив, специалистов в своих областях. Теперь у нас команда из десяти классных специалистов с богатым опытом. Благодаря этому я уверена, что мы предоставляем высокий уровень услуг. Все мои бровисты – мои ученицы, так я спокойна за все, что они делают.

– Чем еще, кроме классных мастеров, «Фрида» привлекает клиентов?

– У нас просторно и светло. Мы не похожи на салоны, где «работает каждый метр», я изначально была против этого. Сейчас, кстати, это актуально как никогда. Социальную дистанцию мы соблюдали задолго до того, как это стало мейнстримом. Мы ценим время и комфорт, поэтому у нас бесплатная большая парковка.

– Название студии вдохновлено Фридой Кало?

– Да. Фрида Кало – бесспорно яркая и творческая личность, запоминающаяся и неординарная. Такое название – хорошая идея для салона красоты: ведь каждый мастер – как художник, со своим видением и творческим подходом.

– Какие самые интересные тренды в красоте в этом сезоне можете отметить?

– В тренде натуральность. Сейчас уже не так актуально наращивать длинные и пышные ресницы, в моде мокрый эффект. Кстати, носится он намного лучше, как отмечают клиенты. Перманентный макияж тоже изменился. Актуально, чтобы никто не догадался, что ты его сделала, как будто от природы у тебя идеальные брови и сочные губы. В оформлении бровей популярна долговременная укладка – естественно и аккуратно.

– Какие процедуры обязательно стоит сделать летом, чтобы выглядеть прекрасно?

– Это наращивание ресниц, оформление или перманентный макияж бровей. Летом пользоваться косметикой не хочется, в жару макияж течет, а с такими ресничками и бровями вы всегда готовы к променаду по набережной, посиделкам с подружками на веранде или уикенду на природе.

Платье – м-н Qui glamstore @qui.glamstore.
Макияж – Татьяна Ставская @stavskaya_makeup,
укладка – Татьяна Умярова @tiana_hairstylist

МОДНЫЕ ФАВОРИТЫ

ОСНОВАТЕЛЬ БРЕНДА ОДЕЖДЫ
LIVENTINI @LIVE_BY_LIVENTINI

Екатерина Захарова

о вещах, которые составили основу ее летнего гардероба в этом году.



1. Одним из самых удобных и универсальных летних платьев является платье-рубашка.

2. Натуральность и комфорт для меня – кожаные сандалии и массивные туфли с перфорацией.

3. Брюки-палаццо – ключевая вещь для создания модного силуэта в этом сезоне.

4. Базовый топ из шелка. Любимая вещь! И в пир и в мир!

5. Льняной жилет – дополнение как к брючному комплекту, так и к юбкам или платьям.

6. Короткий тренч из хлопка в пастельных оттенках выручит в прохладный вечер.

7. Если глаза – зеркало души, то сумка – показатель статуса, вкуса и личности. Натуральная кожа, практичный размер и цветовая комбинация отлично дополняют повседневный образ.

8. Любимый парфюм на лето – Carner Lukomorie с нотами цитруса и бергамота, с необычайно красивой и неординарной свежестью.

9. Моя мотивирующая книга в июле – «Механизмы работы мозга» Наполеона Хилла. Эта книга о том, как думать так, чтобы мечты становились реальностью.

10. Длинные серьги никогда не выйдут из моды, потому что эффектно выглядят, украшают любое селфи, визуально вытягивают шею, легко превращают деловой образ в вечерний.



Только ОНИ! Хлопок и лен – мои фавориты в летнем сезоне.

ДАВАЙТЕ ПРЫГАТЬ!



Макияж – Дарья Терехова @terehova_darya_makeup
Укладка – Надежда Карпова @nadin_curls

Тренер Татьяна Филатова развивает в Туле интересное направление фитнеса - Kangoo Jumps. Если вы увидели в парке или на другой открытой площадке девушек с интересными конструкциями на ногах, знайте: они не развлекаются, а работают над собой. И делают это с драйвом и удовольствием!

Kangoo Jumps – это новая разновидность фитнеса, которая стремительно набирает популярность по всему миру. Я сама два года назад увидела группу девчонок, занимающихся в пружинящих ботинках в парке, попробовала и с первого занятия просто влюбилась – как сейчас влюбляются в этот вид тренировок мои клиентки. Сейчас идет набор новых групп, в хорошую погоду занимаемся в парке, в плохую – в спортзале.

Тренировка обеспечивает мощное жиросжигание. Мы тратим до 1000 калорий за одно занятие – это практически дневная норма, которую мы получаем из пищи. Поэтому похудеть с Kangoo Jumps – более чем реально, особенно если придерживаться правильного питания, рекомендации по которому я даю всем своим клиенткам.

Kangoo Jumps хорош тем, что при очень высокой интенсивности тренировки нагрузка на суставы снижена до 80% по сравнению с тем же бегом. Колени, голеностопы, другие проблемные зоны получают мягкую, неударную нагрузку за счет амортизации специальных ботинок. Поэтому Kangoo Jumps можно заниматься в любом возрасте, от 5 до 90 лет, и у него практически нет противопоказаний со стороны опорно-двигательного аппарата.

Упражнения на Kangoo Jumps задействуют все мышцы нашего тела, хорошо разгоняется лимфа, развивается выносливость. При всей своей активности и нагрузке этот вид тренировок подходит людям с любой физической подготовкой и весом.

Энергетика в процессе занятия Kangoo Jumps – потрясающая, адреналин зашкаливает. Занятия интересные, позитивные, атмосфера такая, что невозможно заскучать ни на минуту. После тренировки ты наполнен позитивом, едешь домой – и улыбаешься. Такое воздействие на настроение в сочетании с пользой для фигуры – просто бесценно.

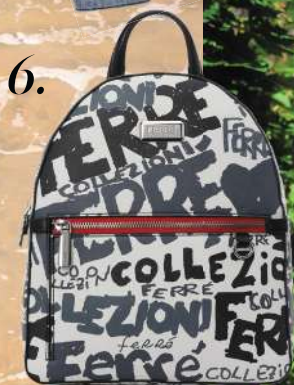
тел. +7 903 844 35 55
@tfilatov444

ТОП-10 ЖАРКОГО ИЮЛЯ

СПЕЦИАЛИСТ ПО РЕКЛАМЕ ЖУРНАЛА
МОДНЫЙ ГОРОД @NATALI_GERA

Наталья Герасимова

о вещах, которые приносят удовольствие и пользу.



1. Главный аксессуар лета – солнцезащитные очки. Я выбрала для себя круглые GUESS с зеркальной поверхностью линз (м-н «Арт Оптика»).

2. Красная помада актуальна всегда. Если вы считаете, что красная помада вам не идёт, вы просто не нашли свой оттенок.

3. Детали придают образу завершенность. Моя прелесть – серьги Shell Coral от Swarovski в морском стиле (м-н Эго Арт).

4. Летние перфорированные замшевые казаки очень универсальны, подойдут и под джинсы, и под шорты, плиссированную юбку, платье-рубашку и романтичный сарафан.

5. Белые кеды. Мои – с ярким акцентом от Levi's (м-н «Клондайк»).

6. Рюкзак FERRE COLLEZIONI во мне вызывает восторг и обожание! Это бестселлер! (м-н Rendez-vous).

7. Для летних ночных прогулок – джинсовая куртка Mustang (м-н «Клондайк»).

8. «Рискуя собственной кожей. Скрытая асимметрия повседневной жизни» – провокационная книга от Нассима Николаса Талеба.

9. Натуральное кокосовое масло MOON Coconut oil подходит для волос, лица, тела, можно применять в качестве средства для загара и употреблять в пищу. А аромат невероятный!

10. Антивозрастная подтягивающая и повышающая упругость сыворотка с Реноваж, Золотом и Витамином E SeaCare придаёт еле уловимое мерцание – кожа сияет, как от легкого загара.

ВОЛОСЫ КАК ИСКУССТВО

Волосы – одно из главных украшений девушки. Героиня с обложки, парикмахер Валерия Степанова, знает, как сделать волосы красивыми и превратить прическу в стильный акцент любого образа.



Комбинезон – м-н Qui glamstore @qui.glamstore.
Макияж – Евгения Алифанова @alifanovamakeup

В профессии парикмахера я уже 10 лет, являюсь технологом Constant Delight. Занимаюсь стрижками, окрашиванием, уходом за волосами, но больше всего люблю делать прически, повседневные и праздничные. Я фанат своего дела: постоянно учусь, сама провожу семинары для парикмахеров. В прошлом году стала призером международного чемпионата «СМС-Урал» в трех номинациях – свадебные, вечерние и дневные прически.

Мода на прически сейчас стремится к естественности: актуальны мягкие текстуры, локоны, воздушность, легкая небрежность. Смысл в том, чтобы прическа не затмевала красоту и индивидуальность девушки, а гармонично дополняла ее прелесть.

Люблю работать с невестами: это большая честь и ответственность и радость – помогать девушке подготовиться к такому волнительному и счастливому дню в ее жизни. Ориентиров при выборе свадебной прически три – пожелания невесты, особенности ее внешности и, пожалуй, самое важное – стилистика свадебного платья. К романтичному стилю – воздушные локоны, к классике – более строгие укладки.

У обладательниц длинных волос выбор укладок безграничен, но и со стрижкой можно подобрать массу вариантов прически, в том числе с накладными локонами, трессами. Даже девушку с короткими волосами можно превратить в Рапунцель.

Если говорить об окрашиваниях, не сдает своих позиций такой прием, как растяжка цвета – она увеличивает интервал между окрашиваниями до 6 месяцев, потому что нет резкой границы и свой цвет отрастает мягко и плавно. Среди моих клиентов это фаворит №1. А что касается техник, я предлагаю на выбор все трендовые – AirTouch, Hand Touch, шатуш, балаяж и другие. Бережное окрашивание и правильный уход творят с волосами чудеса!

Волосы – удивительный материал: в руках грамотного и креативного мастера они способны стать ключевым акцентом образа, который наилучшим образом подчеркнет достоинства своей обладательницы. Любите свои волосы, ухаживайте за ними, а за стильными стрижками, модными оттенками, правильным уходом и интересными укладками жду вас в своей студии!

@valeriya.s.hairstyles
vk.com/valerihairs

КРАСОТА – КОГДА НИКТО НЕ ЗНАЕТ О ТВОЕМ КОСМЕТОЛОГЕ

Идеальная работа косметолога – это естественная красота: когда вы красивы, но никто не знает и не видит, какие усилия в это вложены. В этом уверена основатель клиники эстетической медицины «Талисия», врач-косметолог Ирина Гридасова.

– Как клиника «Талисия» использовала время, когда действовал режим самоизоляции? Чему научились? Какие технологии освоили?

– Самоизоляция дала нашим специалистам время и возможность совершенствовать свои знания. Мы приняли участие в нескольких вебинарах о трендах в косметологии и изучили новые техники коррекции губ. Провели время с пользой для своего профессионального уровня и красоты наших клиентов.

– Что нового появилось в Вашей клинике за последнее время?

– Из важных новинок отмечу уникальную линейку препаратов Neauvia: Hydro Delux для биоревитализации и филлер Stimulate. Разработанные на основе новейших технологий, эти препараты позволяют добиться непревзойдённых результатов.

Также у нас появились новые препараты для коррекции губ – Belotero Lips Contour для четкого контура и Shape – для идеального объёма. Они позволяют создавать эффект натуральных и естественных губ без кардинального изменения формы и объёма. Результат – натуральные, пухлые, чувственные губы, как после долгого страстного поцелуя, с красивым четким контуром.

– Летнее солнце ограничивает нас во многих процедурах. А какие проблемы внешности все же можно решить сейчас? Над чем можно поработать?

– Летом нежелательны процедуры, глубоко травмирующие кожу. Поэтому стоит воздержаться от агрессивных пилингов, шлифовок и фототерапии. Лучше в домашнем и профессиональном уходе сделать акцент на увлажнение и защиту от ультрафиолета.

– Многие эксперты сейчас говорят, что все чётче прослеживается тренд на естественную красоту в том, что касается объемов губ и т. д. Что думаете об этом Вы?

– Да, стремление к естественной красоте для нас всегда стояло выше модных веяний в бьюти-сфере. И, например, наши новые филлеры Belotero, о которых я рассказывала, полностью отвечают этому принципу – натуральной, а не искусственной красоте.

Красиво – это не когда «все заметили», а когда это сделано настолько гармонично, что невозможно поверить, что раньше было по-другому.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

ГАЗОЖИДКОСТНЫЙ ПИЛИНГ JET PEEL

БЕЗУПРЕЧНО ЧИСТАЯ КОЖА

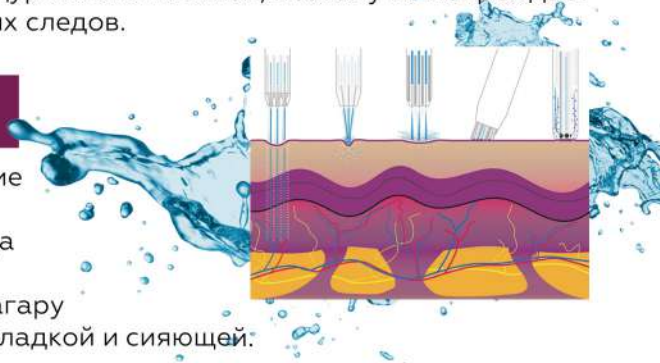


Чистая ровная кожа – основа красоты, уверенности в себе и идеального макияжа. Но традиционные пилинги зачастую болезненны и не позволяют выйти в свет сразу после процедуры. С газожидкостным пилингом Jet Peel вам не придется испытывать дискомфорт и прятаться от глаз. Он делает кожу безупречно чистой, и это настоящее удовольствие!

Аппарат Jet Peel (Израиль) очищает кожу струей газа и жидкости. Микроскопические частички полезных составов (витамины, гиалуроновая кислота и др.) воздействуют безболезненно, но эффективно: проникают глубоко в эпидермис, очищают закупоренные поры, отшелушивают ороговевший слой клеток, устраняют сальные пробки, подсушивают воспаления. Процедура бесконтактная, поэтому не повреждает кожу, не вызывает жжения, не оставляет покраснений и других следов.

ГАЗОЖИДКОСТНЫЙ ПИЛИНГ JET PEEL:

- улучшает кровообращение
- устраняет отеки
- подтягивает контуры лица
- разглаживает морщинки
- подготавливает кожу к загару
- делает ее отдохнувшей, гладкой и сияющей.



Безупречно чистая кожа с первой процедуры – без дискомфорта, без реабилитации и в любое время года, даже летом!



ТАЛИСИЯ

центр эстетической медицины

Тула, ул. Вересаева, 10, корп. А, вход со стороны
Красноармейского пр-та, тел.: (4872) 52-12-23, 717-553.

Email: info@talisiya-tula.ru www.talisiya-tula.ru
facebook.com/talisiyatula

ООО «Талисия». Лицензия № ЛО-71-01-001212 от 31.07.2014 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

ТУЛЬСКАЯ ВЕНЕЦИЯ

Когда границы закрыты, самое время совершать новые открытия – например, открыть для себя, что по тульским водоемам можно покататься с неменьшим удовольствием, чем по венецианским каналам. От причала веранды Tom Sawyer можно сесть на катер, лодку или речной трамвайчик – и полюбоваться водной гладью и закатами, испытать восторг и умиротворение от окружающей красоты. И выгулять новый наряд из летней коллекции Max Mara, как это сделали прекрасные героини нашего модного водного фотопроекта.



Венок – студия цветов ВУКЕТ, пр-т Ленина, 816, тел. +7 905 110 30 30
@buketstudio71

Макияж – Ольга Некрасова, тел. +7 910 583 30 50
@makeup_nekrasovaolga

Фото – Вика Солодова, тел. +7 905 901 85 21
@vika.solodova

Локация – Веранда Tom Sawyer @tomsawyerutula



СВЕТЛАНА ДЕМЕНТЬЕВА

Организатор и ведущая праздников.

14 лет в event-индустрии.

Студент школы Первого канала.

Организатор свадьбы с телеканалом «Пятница»
в реалити -шоу «Четыре свадьбы».

Автор и организатор трех сезонов самого дол-
госрочного и массового свадебного проекта - ре-
алити-квеста #скоросвадьба.

Тел. 8-905-114-71-74.

@dementieva.svetlana

vk.com/dementieva.svetlana

WEEKEND

MaxMara

Г. ТУЛА, УЛ. ДЕМОНСТРАЦИИ, 2 Т. +7 (4872) 52 52 90
INSTAGRAM.COM/WEEKENDMAXMARA_TULA
FRANCHISEE WEEKEND MAXMARA WWW.WEEKENDMAXMARA.COM



АЛЛА ВЕДЕНЕЕВА

Ламимейкер – мастер-тренер международного уровня по ламинированию и коллагенированию ресниц.

Официальный представитель Nouveau Lashes и Mavex в Туле.

Руководитель Gold Studio 71.

В студии Аллы Веденеевой ваш взгляд станет ярким и выразительным с помощью ламинирования и коллагенирования ресниц. Эти процедуры позволят вам быть собой и забыть о туши для ресниц, подарят всегда яркий, эффектный взгляд и с утра освободят 5-10 лишних минут.

Также в арсенале студии – наращивание ресниц, долговременная укладка бровей, перманентный макияж и потрясающая процедура для кожи лица BB-Glow.

Макияж – Алёна Черноусова, тел. +7 961 147 41 11 @chernousova_mua

МОДЕЛЬ: АНТОНИНА ХАТИПОВА

WEEKEND

MaxMara

Г. ТУЛА, УЛ. ДЕМОНСТРАЦИИ, 2 Т. +7 (4872) 52 52 90
INSTAGRAM.COM/WEEKENDMAXMARA_TULA
FRANCHISEE WEEKEND MAXMARA WWW.WEEKENDMAXMARA.COM

МОДЕЛЬ: АННА
@ANNA_ANINA90210

WEEKEND

MaxMara

Г. ТУЛА, УЛ. ДЕМОНСТРАЦИИ, 2 Т. +7 (4872) 52 52 90
INSTAGRAM.COM/WEEKENDMAXMARA_TULA
FRANCHISEE WEEKEND MAXMARA WWW.WEEKENDMAXMARA.COM

Макияж – Екатерина Исаева, тел. +7 920 764 99 09 @gija_karangj



КРИСТИНА ХАРЧЕНКО,

мастер по наращиванию ресниц, основатель студии PREMIUM STYLE. Более 5 лет в профессии.

Прошла путь с нуля до открытия собственной студии.

Постоянно проходит обучение, совершенствует свои навыки, чтобы радовать клиенток последними новинками и технологиями.

Является автором базового курса «От классики к объёмам», курса «Работа над ошибками» и курса повышения квалификации «Объём без изъянов».

В студии Кристины каждый уголок оформлен с любовью и заботой к работе и клиентам. Доверьте свою красоту команде профессионалов!

Lash&Brow Studio PREMIUM STYLE
Тула, пр. Ленина, 102, корп. 4, каб. 315.
Тел. 8-920-765-63-65.

@kristi_lashess
vk.com/lashestula

Макияж и укладка – Алёна Толстикова
@tolstikovamakeup

10 ТРЕНДОВ лета

«Бананы», бохо, рюши и фуксия – об этих и других трендах летних и частично осенних коллекций мы поговорили с Валентиной Литвишенко, владелицей магазинов «Валентина», приглашенным редактором польского номера «Модного города».



1. БРЮКИ-БАНАНЫ

Свободные в бедрах, зауженные книзу, укороченной длины – бананы за счет своего кроя идут женщинам с любой фигурой, скрывая лишнее и придавая образу юношескую дерзость. Они не облегают, не сковывают движений, подчеркивают талию, за что им можно поставить еще три больших плюса.

2. ПЛАТЬЯ В СТИЛЕ БОХО

Свободные лёгкие летящие. Здесь предпочтительны натуральные ткани – лён или хлопок.

3. ЦВЕТ ПАЛОЧКА КОРИЦЫ

Очень модный цвет! Это нечто среднее между коричневым и рыжим: смотрится очень аппетитно и «мягко». Самым интересным свойством этого оттенка является его удивительная способность комбинироваться как с тёплыми, так и с холодными тонами, создавая приятные глазу сочетания. В этом сезоне цвет корицы актуально сочетать с голубым, и такой микс уже есть в нашей новой коллекции.

4. ПОЛНОСТЬЮ ЗАПРАВЛЕННЫЕ БЛУЗКИ И РУБАШКИ

В прошлых сезонах было модно заправлять в брюки только переднюю часть рубашки. Теперь заправляемся полностью.

5. ШОРТЫ

Если раньше шорты были пляжной темой или вариантом для пикника, то сейчас шорты – прекрасный вариант как для делового гардероба, так и для повседневных луков.



6. ЦВЕТ ФУКСИИ

Этот оттенок – хит прошлых лет – триумфально вернулся в моду. Можно создать total look из разных оттенков фуксии или выбрать классические, проверенные временем сочетания фуксии с белым или бежевым.

7. ОБЪЁМНЫЕ РУКАВА.

Авангардные и оригинальные рукава жиго, буфы и фонарики – один из ключевых трендов 2020. Объемный рукав – помогают создать яркие образы. Они могут быть длинными и короткими, главное чем пышнее – тем моднее.

8. ПОЛОСКА И ГОРОХ

Эти классические принты никогда не теряют свежести и актуальности. Самая яркая новинка сезона – наряды, украшенные либо разными по размеру горошинами, либо полоской разных направлений, ширины и расцветки.

9. РЮШИ, ВОЛАНЫ, ОБОРКИ

Нежное, романтическое, женственное платье с воланами стало одним из главных трендов этого сезона. Сегодня дизайнеры размещают объемные воланы на рукавах, на плечах, на горловине. А также – по всей длине! Рюшами и оборками можно выгодно скорректировать фигуру, добавив объема там, где он требуется.

10. КАПСУЛЬНЫЙ ГАРДЕРОБ

Капсульный гардероб – набор вещей, которые объединены стилем и взаимозаменяемы. Вещи в капсульном гардеробе легко сочетать друг с другом, при этом не выбиваясь из нужного образа.

КРАСОТА – РЯДОМ!

В силу обстоятельств нашей погоне за впечатлениями и новыми местами сейчас поставили границы. Но красота – рядом: самое время открывать потрясающие места, которые находятся вокруг нас. В этом фешн-проекте мы собрали воедино красивые места нашей области и потрясающие летние наряды от магазина «Амели» – чтобы вы любовались прелестью окружающего мира и украшали этот мир собой и своими стильными образами.



Макияж и укладка – Майя Демьянова @maja_bzzz

Светлана Авдонина
@avdoninasveta

boutique
Амели

Одежда из Франции и Италии

Тула, ул. Демонстрации, 8,
тел. +7 953 196-35-85 @ameli_tula

Алёна Черноусова
@chernousova_mua

boutique
Амели

Одежда из Франции и Италии

Тула, ул. Демонстрации, 8,
тел. +7 953 196-35-85 @ameli_tula

Анна Чернопятова
@annachern0

Макияж и укладка – Майя Демьянова @maia_bzzz





Юлия Пучкова
@florale_official

Макияж и укладка – Светлана Русанова @rusanovasveta



Дина Пучкова
@di_nylya

boutique
Амели

Одежда из Франции и Италии

Тула, ул. Демонстрации, 8,
тел. +7 953 196-35-85 @ameli_tula

Наталья Торгашова
@nata2la

Макіяж – Дарья Терехова @terehova_darya_makeup. Причіска – Надежда Карпова @nadin_curls



ГОРОД В ОТЛИЧНОЙ ФОРМЕ

Есть девушки, которым всё идет, – потому что они пахотятся в великоленной форме и, что важно, могут помочь каждому ее достичь. Фитнес-тренеры, стройняшки и просто красавицы в нашем фотопроекте примерили стильные образы из летней коллекции магазина Discovery Store.

Елена Пылаева

Инструктор по Kangoo Jumps

Три года назад Елена первой в Туле начала занятия на пружинящих ботинках Kangoo Jumps, а сейчас у нее представлены все направления – базовая тренировка Kangoo Power, силовая Kangoo Boot Camp, где детально прорабатываются все мышцы, танцевальная Kangoo Dance, Kangoo Kick&Punch с элементами бокса и детская тренировка Kangoo Discovery.

Результаты занятий Kangoo Jumps очевидны сразу: тело становится подтянутым, уходят проблемные зоны, разгоняется кровь и лимфа, кровь насыщается кислородом, что дает мощный антицеллюлитный и лифтинг-эффект. Кардионагрузки хорошо тренируют сердце и сосуды, конструкция ботинок служит профилактикой супинации и пронации, за счет интенсивности тренировок развивается выносливость. Без «железа» вы получаете красивое здоровое тело и хорошее настроение: когда встаешь на ботинки Kangoo Jumps, невольно начинаешь улыбаться!

@kangoojumps_tula
тел. 8-902-904-35-95

Discovery Store

Тула, пр-т Ленина, 66, тел. 55-01-19

www.discovery-store.ru [f](#) DiscoveryStoreTula [@](#) discovery_store



Инна Филина

Руководитель школы танца и фитнеса
Dance Fit

Знает, как заразить любовью к танцам и активному образу жизни людей любого возраста. В ее школе Dance Fit занимаются малыши с 3 лет, изучая эстрадную хореографию и современные направления. Воспитанники школы принимают участие в городских мероприятиях, побеждают во всероссийских конкурсах. Танцуют в Dance Fit и взрослые: для них есть все популярные варианты танцевальной активности – твек, стрип-пластика, восточные танцы, role dance. Хотите быть в форме – приходите на стретчинг, зумбу; хотите сбросить лишнее – следите за спецкурсами для похудения. Студия в центре города, профессиональный коллектив, дружеская атмосфера дополняют удовольствие от движения и работы над собой.

Тел. 79-08-05
www.dn-f.ru
@innaflina_df @dancefit71 @dancefit_kids





Ольга Барсукова

Фитнес-тренер

Профессионал с огромным опытом работы – более 20 лет, двумя профильными высшими образованиями (тренерским и хореографическим) и спортивными титулами: Ольга – чемпион Тульской области по классическому жиму. Является старшим тренером фитнес-клубов «Легенда» и «Инстинкт». Ольга проводит тренировки в тренажерном зале, групповые занятия кроссфитом и аквааэробикой. Индивидуальные программы разрабатываются со строго персональным подходом и всегда дают замечательные результаты. «Человека, который решил заняться собой, нужно поддерживать со всех сторон, в том числе психологически, – говорит Ольга. – А я люблю любить людей, помогать им, и это всегда работает на пользу моим клиентам и результатам их тренировок».

Фитнес-центр «Легенда», ул. Галкина, 3, тел. 52-99-78;
ул. Metallургов, 89а, тел. 46-15-11.

Светлана Семина

Персональный фитнес-тренер «ВФорме»

Главный принцип в подходе Светланы к тренировкам – не навреди. Она помогает клиентам менять свое тело с пользой для здоровья. Цели корректируются исходя из состояния и формы человека, упражнения адаптируются к тому, как человек себя чувствует. Цель Светланы – помочь клиентам стать не только более красивыми и стройными, но и более здоровыми, чем до прихода в зал, и создать тело мечты без жестких диет и изнурительных ежедневных тренировок.

Тел. 8 915 694 22 15
@svetlanasyomina



Макияж и укладка – Майя Демьянова @maita_bzzz

Discovery Store

Тула, пр-т Ленина, 66, тел. 55-01-19
www.discovery-store.ru  DiscoveryStoreTula  discovery_store

ЯРЧЕ ЗВЕЗД

Сиять ярче звезд – не чудо или роскошь, а естественное право каждой девушки. Трендовые украшения от салонов «Бриллиантовая ручка» и топовые процедуры клиники В. И. Комаровой наполнят ваш образ красотой и сиянием, которое затмит всех вокруг.



«Радис»

Филлер-волкмайзер нового поколения для восполнения объемов. Принципиально отличается от других препаратов. Воздействует непосредственно на первопричину морщин, складок и обвисшей кожи – на потерю объема мягкой ткани. Отлично подходит для коррекции носогубных складок, придания скулам рельефности и нехирургической коррекции спинки носа. Микросферы кальция в препарате запускают процесс выработки кожей собственного коллагена, благодаря чему она подтягивается, уплотняется, а скулы, щеки и овал лица вновь приобретают юные очертания.

Комплект с агатом: кольцо – 68206 руб.,
серьги – 62611 руб.

СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУЧКА»

ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22А

ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2

ТЦ «Пассаж», ул. Советская, 64

тел. 8 800 100 85 25 [instagram.com/bruka_shop](https://www.instagram.com/bruka_shop)

сеть ювелирных салонов
Бриллиантовая Ручка

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

Серьги с бриллиантами
в белом золоте – 66408 руб.
Колье в белом золоте
с фианитами – 150483 руб.

Лифтинг Avajar

Маска премиум-класса с интенсивным лифтингом возвращает чёткий овал лица без операций. Благодаря мощному компрессионному эффекту и активным компонентам маска подтягивает обвисшие щёки и подбородок, снимает отёчность и рыхлость, разглаживает морщины, делает кожу гладкой, упругой, увлажнённой. Результат – с первого применения.



КЛИНИКА В. Н. Комаровой
ул. Демонстрации, 137, т. +7 906 622 22 66
www.kvk-cosmetic.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

Платье – м-н Crystal Bride
@crystal_bride71

Комплект Лондон-Топаз:
серьги – 63418 руб.,
кольцо – 51430 руб.,
браслет – 31629 руб.



Криолиполиз

Для борьбы с локальными жировыми отложениями в области подбородка.

В основе процедуры – контролируемое охлаждение жировых клеток, которое приводит к их последующей естественной гибели. Воздействует бережно, проходит комфортно, дает стойкий положительный эффект: исчезает второй подбородок, брыли, кожа подтягивается и уплотняется, моделируется четкий овал лица.

Макияж и укладка – Алена Черноусова @shegnoisova_mua

СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУЧКА»

ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22А

ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2

ТЦ «Пассаж», ул. Советская, 64

тел. 8 800 100 85 25 [instagram.com/bruka_shop](https://www.instagram.com/bruka_shop)

сеть ювелирных салонов
Бриллиантовая Ручка

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

Коррекция губ

Лица с вывороченными губами ушли в прошлое. Наша задача – сделать губы чувственными и сексуальными. Это всегда очень творческая работа, несовместимая с шаблонами. Главное – пользоваться гелями нового поколения, которые не мигрируют, не собираются в шарики, а смотрятся очень естественно. О проведенной коррекции никто не догадается.

Серьги (пусеты с жемчугом), серебро – 2309 руб.,
бусы серебро (жемчуг) – 14160 руб.,
бусы серебро (жемчуг) – 3672 руб.,
бусы серебро (жемчуг) – 6108 руб.



КЛИНИКА В. Н. Комаровой
ул. Демонстрации, 137, т. +7 906 622 22 66
www.kvk-cosmetic.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

ДВЕ КУЛЬТУРЫ, ОДНА ЛЮБОВЬ

Он из Бразилии, она – из Тулы. Основной задачей для организаторов свадьбы Лусью и Анастасии было отразить неповторимость и уникальность пары, а также приоткрыть гостям из двух разных стран ценности двух культур и гармонично объединить их, как это сделали жених и невеста в своей жизни.

Концепцией свадьбы стала цель – связать бразильское буйство контрастов, зажигательные танцы и характер с загадочной русской душой и культурой, объединив традиции России и Бразилии. Было решено провести торжество на двух языках – английском и русском. Помог в этом ведущий, знающий отлично два языка.

Невесту провожал к арке папа, а жениха – самый близкий человек в его жизни, его мама. Самым трогательным элементом церемонии стали клятвы молодоженов, ведь именно в тот момент все почувствовали, каково это – говорить на разных языках, но об одном и том же... Лусью и Анастасия готовили клятвы заранее и втайне друг от друга. К тому же произносили их на двух языках – русском и португальском.

Никто не смог сдержать слёз, когда невеста произнесла: «Я обещаю беречь наши отношения, нашу любовь, быть тебе поддержкой и советчиком, готовить овсянку по утрам, включать правильный свет в прихожей, просить помощи в поисках моих ключей, телефона и всего того, что я постоянно теряю...». Словами Лусью были: «Я хочу тебе сказать, что если вдруг ты потеряешь ключи, я буду рядом, чтобы найти их для тебя...».

Декор банкетного зала включал в себя разработанный специально для молодоженов символ оливкового дерева. Фамилия теперь уже мужа и жены – De Oliveira, дословный перевод с португальского – «из рода оливкового дерева».

Сценарий торжества украсили танцевальные мастер-классы по бразильским и русским танцам. А завершился вечер ярким пиротехническим шоу.



Организация: свадебное агентство Wedisson. Фото: Андрей Рахвальский.

НЕ ПЛЫВИ!

Жаркая погода – это постоянное испытание для нашего ежедневного макияжа. Кожа влажная, блестит, косметика «плывет», и плюс необходима качественная защита от ультрафиолета. Как в жару выглядеть свежей, как утренняя роза, рассказывает визажист Ольга Некрасова.

Начините макияж с очищения кожи, а после него нанесите увлажняющий крем с SPF-фактором не менее 15+. В составе крема ищите такие элементы, как оксид цинка, авобензон и октокрилен: они щадяще, но эффективно защищают от солнца.

Следующий уровень защиты – тональный крем. Многие средства уже имеют солнцезащиту в 8-15 SPF, но есть и по-сильнее – до SPF25.

Летом лучше избегать многослойного макияжа: он может не выдержать температуры. Используйте BB и CC крема, а если кожа жирная – вместо жидкого тона лучше взять минеральную основу, которая позволит обойтись без пудры.

В летний период все средства для макияжа глаз можно смело заменять на водостойкие. Карандаши, в силу своего состава, могут «плыть», поэтому лучше применять водостойкую подводку, то же самое касается и туши. Они не смажутся и не потекут, даже если будет очень жарко, а вы будете плакать на свадьбе. Румяна и тени выбирайте жидкой текстуры или с консистенцией мусса: они не скатываются и не исчезнут с кожи даже за долгое время.



ЧТО ЛУЧШЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЛЕТОМ?



- Основу под макияж на водной базе, которая гораздо легче тонального крема, однако выравнивает цвет лица несколько не хуже;
- жидкие тени – вместо кремообразных: такие тени легко и ровно наносятся, сразу же впитываются в кожу и остаются на ней длительное время, не размазываясь и не растекаясь;
- водостойкую тушь для ресниц, которая будет служить тебе верой и правдой как в сильную жару (не размажется и не растечется), так и во время внезапного летнего дождя;
- водостойкий карандаш для глаз и бровей (вместо карандаша можно использовать жидкую подводку);
- жидкие румяна, которые следует нанести совсем тонким слоем под основу;
- блеск для губ любимого оттенка: он хорошо питает губы, не давая им пересохнуть, а если появляется такая необходимость, блеск легко поправить (если не любишь блеск – остановись на легкой помаде);
- рассыпчатую пудру, которая закрепляет макияж и может без проблем удержаться на коже в течение нескольких часов.



ПАНДЕМИЯ – НЕ ПРЕГРАДА ДЛЯ УЛЫБОК ВЛЮБЛЕННЫХ!

Первая свадьба онлайн прошла в Туле. Эта новость облетела всю страну в СМИ.

Светлана Дементьева, организатор и ведущая:

– Жизнь не для того, чтобы ждать, пока стихнет ливень. Она для того, чтобы научиться танцевать под дождем. Я живу именно по этому принципу во всем и, конечно же, в любимом деле. Дарить заряд позитива, энергии, улыбки – это просто моя миссия как ведущей, организатора и человека. Именно поэтому, когда стало точно известно, что апрельские свадьбы отменяют, я предложила моим парам – участникам реалити-квеста #скоросвадьба – все-таки собрать в назначенный день всех гостей, но соблюдая нормы, установленные законом, – то есть у экранов компьютера. Татьяна и Андрей Вальтер согласились, за что им отдельное спасибо!

Да, мы просто представили, что это репетиция, а почему бы и нет? Не вижу смысла грустить и не пользоваться таким волшебным шансом для эксперимента! И он удался! Гости признавались после, что ожидали скучных посиделок, но все прошло иначе. Волшебства добавил потрясающий фокусник Илья Коржов, а также команда «Брио», с которой мы рассказали историю пары при помощи песочного шоу.

Все нюансы выступлений в онлайн-формате мы отработали с коллегами заранее, переживали очень! Я разработала несколько веселых онлайн-игр для платформы ZOOM, но базовые ценности свадьбы мы тоже не забыли: «Горько!», пожелания, танцы – все это было! Как итог – потрясающие эмоции и отзывы гостей. А я еще раз убедилась, что танцевать под дождем значительно круче, нежели забиться в угол и в страхе ожидать окончания бури.

Сегодня наша пара, Татьяна и Андрей Вальтер, продолжает участвовать в реалити-квесте #скоросвадьба третьего сезона, проходя полезные локации и стремясь к победе. Получилось так, что пандемия сыграла им на руку: они остались в игре и к своей свадьбе 15 августа будут во всеоружии.



ВОЗЬМИ ЛЕТО В СВОИ РУКИ

Летом маникюр всегда становится ярче и задорнее – наше солнечное настроение отражается в дизайне, который мы выбираем. О трендовых идеях для ваших поготков рассказывает Виктория Попова, креативный директор студии маникюра Pop's Nails.



ВИКТОРИЯ ПОПОВА,
креативный директор
студии маникюра Pop's Nails.



ГРАДИЕНТ

Градиент на ногтях всегда смотрится эффектно, а особенно летом, когда мы становимся смелее в выборе цветов. Попробуйте «закатный» градиент: после такого маникюра вы точно купите билеты в Сочи, чтобы полюбоваться солнцем, падающим в морскую гладь.

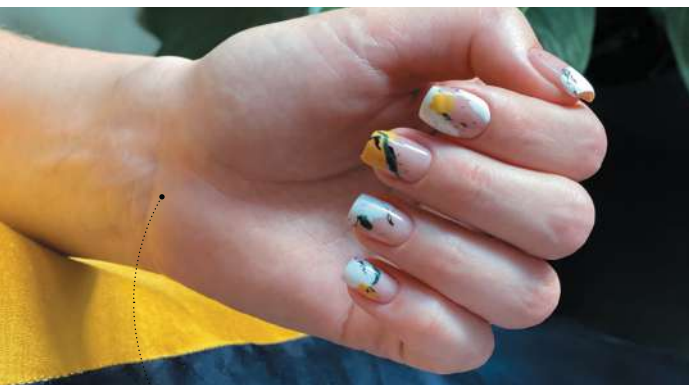


ЯРКИЕ ОТТЕНКИ И ФЛОРИСТИКА

Не надо стесняться: лето – время ярких красок, за которые вас никто не осудит. Обратите внимание на желтый – это один из самых трендовых цветов в маникюре уже не первый сезон. Однотонный маникюр модно дополнять растительными мотивами: флористика – это летняя классика, как маленькое черное платье.

ПОП-АРТ

Оригинальный и неординарный маникюр. Поп-арт – это всегда буйство красок и интересные принты. Крутая идея – разные принты и надписи на каждом ноготке.

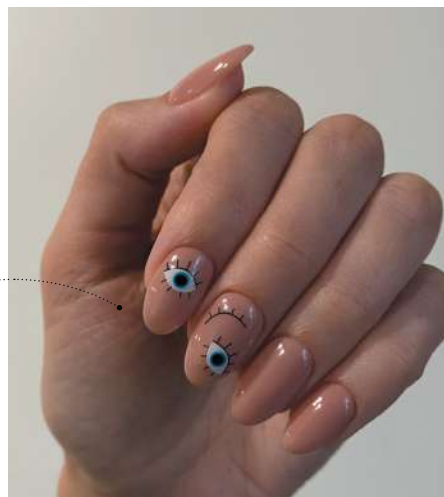


АБСТРАКЦИЯ

Абстрактные принты в маникюре универсальны: подходят к любой ситуации и любой одежде, в том числе к купальнику.

НЮД С АКЦЕНТАМИ

Даже любительницы неярких красок на ногтях летом стремятся добавить в маникюр интересные акценты. Смешные глазки, надписи, цветные дополнения – выбор огромен. Ногти останутся все такими же элегантными, но с легким намеком на то, что вы не так серьезные, как кажется.





КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Елены Черных

8 960 602 85 13

Тула, ул. Шевченко, 5

Instagram icon dr.elechachernykh

ГОЛЛИВУДСКАЯ ЧИСТКА ЛИЦА БЕЗ БОЛИ И РЕАБИЛИТАЦИИ ИДЕАЛЬНО ЧИСТАЯ И МОЛОДАЯ КОЖА ПОСЛЕ ПЕРВОЙ ПРОЦЕДУРЫ!

HydraFacial – одно из наиболее важных открытий в области косметологии за последние 10 лет. Ни одна другая технология не позволяет провести целый комплекс процедур – лечение, омоложение, лифтинг, увлажнение, чистка – за один сеанс и сделать это безопасно и безболезненно.

HydraFacial подходит для любого типа кожи, включая чувствительную, для любого возраста и времени года.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

В основе технологии – три этапа: механическая эксфолиация (отшелушивание), воздействие мультифункциональными сыворотками и стимулирующее действие вакуума.

Технология HydraFacial позволяет выбрать программу лечения кожи, которая подойдет именно вам. В одну процедуру можно выполнить безболезненную чистку кожи, лечение акне, программу анти-эйдж, безинъекционную мезотерапию, интенсивное увлажнение, кислотный и алмазный пилинг. Процедуры можно проводить на лице и на теле – шее, декольте, спине, плечах, кистях рук.



РЕЗУЛЬТАТЫ

HydraFacial мягко очищает поры, увлажняет кожу, оказывает противовоспалительное и осветляющее действие на кожу. Процедура помогает решить различные задачи: от лечения акне до борьбы с гиперпигментацией и возрастными изменениями.

Эффект заметен сразу. Кожа становится чистой, сияющей, глубоко увлажненной, разглаживаются мелкие морщинки. Чистые поры и сияющая, отдохнувшая кожа – такой результат вы получите от HydraFacial.

После одной процедуры кожа выглядит прекрасно в течение недели. Пролонгированный результат требует курса из 5-10 процедур с последующими поддерживающими процедурами один раз в месяц.

БЕЗ БОЛИ

Процедура безболезненная, проводится без уколов и других неприятных манипуляций. Вам не придется терпеть неприятные ощущения ради красоты.

БЕЗ РЕАБИЛИТАЦИИ

Реабилитация после HydraFacial полностью отсутствует. Увидеть результат и вернуться к привычной деятельности вы сможете сразу же.

БЕЗ СУХОСТИ

На этапе гидратации кожа получает мощное увлажнение. Результат достигается благодаря использованию антиоксидантной сыворотки с пептидами и гиалуроновой кислотой.

Вы полюбите HydraFacial уже после первого сеанса!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

hydracial®

ПРАВИЛА КРАСОТЫ



Любимые бьюти-средства парикмахера, колориста, официального представителя в Туле марки косметики для волос PRODIVA ИННЫ ГЕРАСЬКИНОЙ



1. Для волос я пользуюсь косметикой PRODIVA, на которой работаю в своей студии и которую рекомендую клиентам. Шампунь глубокого увлажнения наполняет волосы влагой, делает их послушными и сияющими, восстанавливает и укрепляет структуру. Маска для протеиновой реконструкции идеально подходит для волос, повреждённых от частых окрашиваний и термовоздействий. Структура волоса становится заметно лучше уже после первой процедуры, появляется плотность, гладкость, блеск, упругость.

2. Для губ – матовый финиш L'Oréal Paris Rouge Signature. Его можно наносить отдельно, поверх карандаша для губ или помады для создания стойкого сияющего покрытия. Люблю оттенок «Желтое золото» – он дает модный металлический блеск без ощущения стянутости.

3. Для ресниц – тушь DiorShow Pump'n'Volume. Она моментально создает объем, подкручивает, разделяет и визуально увеличивает густоту ресниц.

4. Для кожи – сыворотка Pore Control от Clarins. Она заметно сужает поры и выравнивает текстуру кожи, визуально разглаживает и придает атласное сияние сразу после нанесения.

5. Любимая маска для лица – от Premium. Она содержит секрет улитки, фруктовые кислоты, витамины и обратную эмульсию с комплексом натуральных масел, питающих кожу насыщенными жирными кислотами. При регулярном применении результат налицо: кожа разглаживается, становится упругой и эластичной.

6. Крем для лица – Estée Lauder Revitalizing Supreme+. Имеет шелковистую текстуру, не содержит масел, питает и защищает кожу от солнечных лучей, а главное, усиливает природную способность кожи к выработке коллагена и эластина. Отлично работает против признаков возраста: с ним кожа ровная, подтянутая и сияющая.

7. Для очищения – смываемый пилинг Estée Lauder Perfectionist Pro. Регулярное отшелушивание не только улучшает состояние кожи, но и в разы повышает эффективность всего ухода.

8. Парфюм – Molecule №8. Покорил меня своей экстравагантной композицией, свежес-древесной, чуть сладковатой, самобытной и уютной. Когда разогревается на коже, звучит особенно пленительно.

В ИЮЛЕ

**ГОД ФИТНЕСА
8900 Р**

**2 МЕСЯЦА ФИТНЕСА
1 МЕСЯЦ ЗАМОРОЗКИ
2-Й КЛУБ НА ВЫБОР**

- ПЛОЩАДЬ КЛУБОВ ОТ 1800 КВ. М**
- ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ С ВЕЛИКОЛЕПНЫМ
ОБОРУДОВАНИЕМ**
- ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ РАЗЛИЧНЫХ
НАПРАВЛЕНИЙ**
- ЗОНА ЕДИНОБОРСТВ**
- ЗОНА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО ТРЕНИНГА**
- ДЕТСКИЙ ФИТНЕС**



ИП Глушкова Ж. В.

В ФОРМЕ

СЕТЬ ФИТНЕС-КЛУБОВ

ул. Демонстрации, 106,
ТЦ «Талисман», 3-й этаж,

☎ +7(4872)58-06-09

ЖК «Зеленстрой»,
Калужское ш., 1а,
ТРЦ «Платоновский Лес», 4-й этаж,

☎ +7(4872)28-06-09

Пролетарский,
ул. Ложевая, 122,
ТЦ «Милан», 4-й этаж,

☎ +7(4872)28-08-09

Заречье,
ул. Максима Горького, 10д,

☎ +7(4872)28-05-09

«ЛИГА ЧЕМПИОНОВ»

МЫ ПРОВЕРИЛИ: ЗДЕСЬ КРУТО!

С июля в Туле наконец открылись фитнес-клубы! Как обстоят дела с безопасностью и заботой о здоровье клиентов? И что должно быть в современном фитнес-клубе, чтобы удовлетворить запросы требовательных клиентов и помочь начинающим успешно стартовать в фитнесе? Руководитель журнала «Модный город» Марина Кузнецова, которая всерьез занимается своей физической формой, отправилась на «тест-драйв» в фитнес-клуб «Лига чемпионов» и проверила, что ждет здесь клиентов.



Могу с уверенностью сказать, что все рекомендации, связанные с профилактикой коронавирусной инфекции, в «Лиге чемпионов» соблюдаются неукоснительно. При входе мне бесконтактно измерили температуру и предложили обработать руки антисептиком. Нахождение в таких зонах, как ресепшн, раздевалки, обязательно только в защитной маске. Во всех помещениях клуба работают бактерицидные лампы, которые обеззараживают воздух, и постоянно проводится проветривание. Для соблюдения социальной дистанции до-

ступ к части тренажеров перекрыт – как раз для того, чтобы между клиентами в тренажерном зале сохранялось безопасное расстояние. Все поверхности постоянно обрабатываются, я лично наблюдала за обработкой тренажеров. Как мне рассказали, эта процедура в обязательном порядке проводится каждые 2 часа.

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ

Я уже не раз бывала в «Лиге чемпионов» и во время этого тест-драйва обратила внимание, что здесь появилось много новых тренажеров. Приятно, что руководство клуба следит за свежими веяниями в фитнесе и не жалеет средств на новое оборудование. Из новинок, которые я отметила, – тренажер на дельтовидные мышцы, мышцы груди и гиперэкстензию.



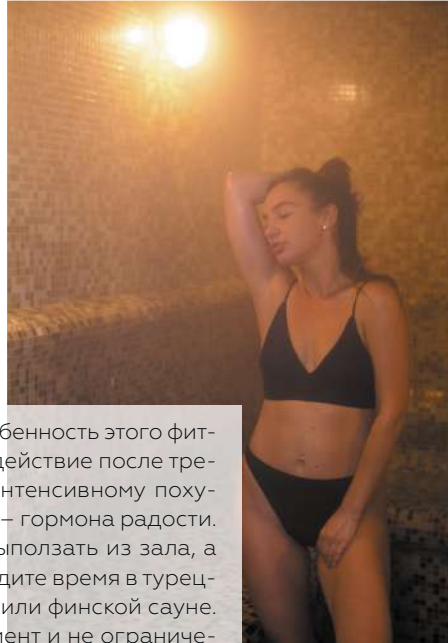
ГРУДНИЧКОВОЕ ПЛАВАНИЕ

А это очень важная информация для родителей: в «Лиге чемпионов» проводятся занятия по грудничковому плаванию. Для малышек оборудованы две специальные чаши в отдельном здании, работают профессиональные тренеры, соблюдены все санитарные и иные нормы безопасности. О пользе плавания для малышек все родители и так знают, а вот тот факт, что в Туле есть такой удобный и современный бассейн для занятий, – это отличная новость!



КАРДИОЗОНА

Я люблю кардиотренировки, каждое свое занятие в зале начинаю и заканчиваю на эллипсоиде или дорожке. В «Лиге чемпионов» кардиозал порадовал простором и большим выбором оборудования. Дорожек много, они имеют регулируемый наклон платформы под разными углами. Также есть велотренажеры, эллипсы – в общем, все, что нужно для эффективных и разнообразных кардиотренировок.

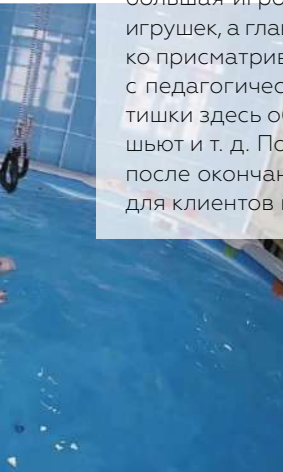


САУНА И ХАМАМ

Еще одна очень приятная особенность этого фитнес-клуба! Температурное воздействие после тренировки способствует более интенсивному похудению и выработке эндорфина – гормона радости. Хотите после тренажерки не вылезать из зала, а летать, как на крыльях, – проведите время в турецком хамаме «Лиги чемпионов» или финской сауне. Их посещение входит в абонемент и не ограничено по времени.

ДЕТСКАЯ КОМНАТА

Это для меня очень актуально: когда хочешь на тренировку, а малыша оставить не с кем, – это реальное решение и помощь! В детской есть большая игровая зона с сухим бассейном, много развивающих игр и игрушек, а главное, тут всегда находится воспитатель. Причем он не только присматривает за малышкой, но и занимается с ними: это специалист с педагогическим образованием и любовью к творчеству, поэтому детишки здесь обязательно что-то мастерят своими руками: лепят, рисуют, шьют и т. д. Пока детская комната закрыта в связи с ограничениями, но после окончания пандемии ее наличие будет большим преимуществом для клиентов клуба с детьми.



БАССЕЙН

Я считаю бассейн огромнейшим преимуществом фитнес-клуба! Поплывать после интенсивной тренировки – это не только настоящее удовольствие, но и дополнительная польза: плавание снимает напряжение и усталость, помогает восстановиться после нагрузки, ускоряет обменные процессы, что тоже идет на пользу фигуре.

Бассейн в «Лиге чемпионов» шикарен! 25 метров, 4 дорожки, кристально чистая вода комфортной температуры. Обладатели клубных карт могут плавать здесь без ограничений по времени. Для тех, кто хочет улучшить технику, есть занятия с тренерами, в числе которых – даже мастер спорта международного класса. Есть групповые тренировки (аквааэробика и др.). Еще одна уникальная особенность этого фитнес-клуба – секция синхронного плавания для девочек с 5 лет. Не слышала, чтобы где-то еще в Туле проводились такие занятия.

ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ

В расписании фитнес-клуба есть тренировки на любой вкус и темперамент: табата, интервал, стретч, танцы, йога, пилатес и другие. Три уютных светлых зала, удобное расписание. Сейчас, в связи с ограничениями, групповые занятия проводятся только по записи, чтобы в зале было не более 7 человек вместе с тренером для соблюдения безопасной дистанции. На полу в залах нанесена специальная разметка, чтобы клиенты тоже эту дистанцию видели и соблюдали.

ФИТНЕС-КЛУБ «ЛИГА ЧЕМПИОНОВ»

Тула, микрорайон Левобережный, 1-й Восточный проезд, 9.

Тел. 700-103.

liga71.ru



A photograph of a woman with blonde hair, identified as Valentina Litvinenko, sitting on an ornate, dark brown leather chair. She is wearing a white t-shirt with a silver sequined band across the chest and a grey skirt. The background is a textured, light-colored wall. The text '10 ФАКТОВ' is overlaid in large white letters across the lower part of the image.

10 ФАКТОВ

О ВАЛЕНТИНЕ ЛИТВИНЕНКО

Владелица мощного бизнеса – сети магазинов одежды «Валентина» – Валентина Литвиненко просыпается в шесть утра и обожает розы. Этими и другими фактами о своей жизни, семье, деле и мечтах она поделилась с «Мощным городом»

1**Я ПОСТОЯННО В ПОИСКЕ НОВЫХ БРЕНДОВ**

«Валентина» – мультибрендовый магазин. Во-первых, такая модель бизнеса доказала свою устойчивость и эффективность. А во-вторых, наличие множества разных брендов позволяет удовлетворить разные вкусы и предложить одежду на любой возраст и размер, с 42 по 64. У нас есть партнеры-производители одежды, с которыми мы работаем долгие годы, и их модели всегда востребованы нашими покупателями. Но при этом мы постоянно в поиске новых марок и направлений.

2**У МЕНЯ ТРОЕ ВНУЧЕК**

Девочки растут очень умными и большими модницами. Как бабушка)). А я их, конечно же, балую и поощряю желание хорошо учиться и одеваться модно и со вкусом.

3**УВЛЕКАЮСЬ ЦВЕТОВОДСТВОМ**

Люблю всё, что красиво цветет, приятно пахнет и украшает нашу жизнь. Моя слабость – розы, их на моем участке более 30 сортов, а кроме них есть десятки других цветов и цве-

тущих кустарников. Люблю выбирать их, сажать, ухаживать, каждый год ищу для своего сада что-то новое. Наши покупательницы уже знают о моем увлечении: у магазина на ул. Болдина тоже растут шикарные розовые кусты. Вообще приятно что-то выращивать своими руками для себя и семьи: например, у нас в теплице уже созревают перчики и помидоры, и мы едим свои экологически чистые овощи.

4**ЖЕНЩИНЫ ВСЕГДА БУДУТ ЛЮБИТЬ ОДЕВАТЬСЯ**

Я давно это знала, а период пандемии в очередной раз подтвердил мои выводы. Что бы ни происходило в мире – это не отобьет у женщин желание быть красивыми и стильными. Видимо, в нас это заложено на генетическом уровне. Достаточно вспомнить картинки из учебников истории, где древние женщины украшали себя блестящими морскими раковинами, мехом, перьями и т. п.

5**КАЖДОЕ УТРО ВСТАЮ В 6 УТРА**

Я люблю утро. Ложусь рано, до 11 вечера, а просыпаюсь в 5-6 утра. Ранний подъем позволяет чувствовать себя отдохнувшей, послушать тишину и пение птиц, полюбоваться

цветами. К тому же, по моим ощущениям, время до 8 утра идет как-то медленней, я больше успеваю сделать, и день кажется более долгим и полноценным. Со временем начинаешь понимать, насколько быстротечно время, учишься наслаждаться каждой минутой.

6**ДЕЛАЮ ЗАРЯДКУ**

Уже в течение нескольких лет по утрам делаю зарядку, после этого чувствую себя гораздо бодрее, и есть ощущение, что это правильно и хорошо для моего тела и здоровья.

7**ПРОХОЖУ НЕ МЕНЬШЕ 10 000 ШАГОВ В ДЕНЬ**

Это минимум, который я выполняю всегда, даже зимой. Знаю, насколько полезна ходьба, каждый день гуляю и отслеживаю дистанцию. Летом удается пройти гораздо больше нормы – по 11–15 км в день.

8**ПЛАНИРУЮ СВОЙ ДЕНЬ С ВЕЧЕРА**

Всегда составляю план, чтобы не забыть, что нужно сделать. Секрет успешно-

9**СЛУШАЮ АУДИОКНИГИ В МАШИНЕ**

Я не люблю тратить время впустую, поэтому в машине вместо радио слушаю аудиокниги и лекции моих любимых коучей – Брайана Трейси, Бодо Шефера, Натальи Грейс и других.

10**МЕЧТАЮ О ПУТЕШЕСТВИЯХ**

Хочу попутешествовать по России. Считаю, что с туристической точки зрения мы свою страну сильно недооцениваем. Планирую побывать на Алтае, озере Байкал, съездить на свою малую родину – Новосибирскую область. А еще мне очень хочется проехать по тем местам, где мы жили с мужем, когда он был военнослужащим – это Красноярск, Томск, Владикавказ. Хочется заново увидеть эти города, подойти к домам, где мы жили, и может быть, даже встретить знакомые лица.

ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ

В современном молниеносно развивающемся и турбулентном мире бизнесу постоянно необходимо меняться и подстраиваться под текущую реальность.

ОСНОВНЫЕ БЛОКИ, НАД КОТОРЫМИ НАДО РАБОТАТЬ БИЗНЕСУ:

ЦИФРОВИЗАЦИЯ.

В К-Холдинг с первого дня работы внедрена еженедельная бухгалтерия, позже была внедрена еженедельная выдача з/п (ТК РФ это позволяет). По каждой компании фиксируются сотни показателей еженедельно – от выручки по менеджерам до расходов на каждый рекламный канал и число переходов. Обладая большим количеством цифр, умея их анализировать, управлять компаниями и своевременно принимать управленческие решения несложно. Еженедельная з/п (особенно в первые годы, когда резервов на счетах практически не было) помогает минимизировать риски кассовых разрывов.

МАРКЕТИНГ.

Основа маркетинга наших компаний, работающих в реальных секторах экономики, – это контекстная реклама, seo-продвижение и авито магазины для продажи б/у товаров. Свой отдел маркетинга отвечает за тугой нескончаемый поток клиентов в наши компании.

РАБОЧИЕ МЕСТА.

Увы, до сих пор встречаются огромные мониторы из 90-х и медленные компьютеры этих же годов. В К-Холдинг давно используются led мониторы 20-22 диагонали, в юридической компании у каждого сотрудника по 2 монитора. Компьютеры имеют твердотельные жесткие диски (ssd) от 4 Гб оперативной памяти, работают на базе процессоров не ниже i3. Подобного рода рабочие места позволяют сотруднику работать максимально быстро, в т. ч. с большим объемом информации.

ОКЛАДЫ.

По большей части сотрудников з/п (заработанная плата) вычисляется как процент от разницы между ценой продажи и себестоимостью. Таким образом, каждый сотрудник финансово заинтересован на результат. За просто нахождение в офисе сотрудники не получают з/п.

ОБУЧЕНИЕ.

Чтобы быть в тренде текущих изменений и оперативно подстраивать компании под текущие изменения, ежегодно исполнительные руководители, руководители отделов проходят различные профильные обучения по своей деятельности.

КОМАНДА.

При приеме на работу сотрудники проходят ряд тестов: тест скорости печати на клавиатуре – для того чтобы сотрудник мог



обрабатывать большое количество обращений; тест iq – для того чтобы понимать, насколько каждый сотрудник готов принимать решения в нестандартных ситуациях; также тесты по продажам и на личные психологические качества.

КОРПОРАТИВНЫЙ ОТДЫХ.

Кроме новогоднего корпоратива, празднования дней рождения, ввиду отмены традиционного майского выезда компании в Турцию с 2020 года в К-Холдинг проводятся выездные двухдневные планерки в формате мозговых штурмов. Сотрудники всех подразделений компании отмечают плюсы и минусы компании, а далее по каждому минусу накидываются гипотезы и указываются ресурсы, какие необходимы для их устранения. Таким образом, изменения в компаниях идут не только от собственника и управленцев, но и от линейного персонала.

ДИВЕРСИФИКАЦИЯ.

В виду глобальных и быстрых изменений наибольшую надежность имеют компании (холдинги), имеющие несколько независимых направлений деятельности. Это позволяет в случае падения спроса в одной из ниш закрыть финансовые обязательства прибылью из другой сферы.

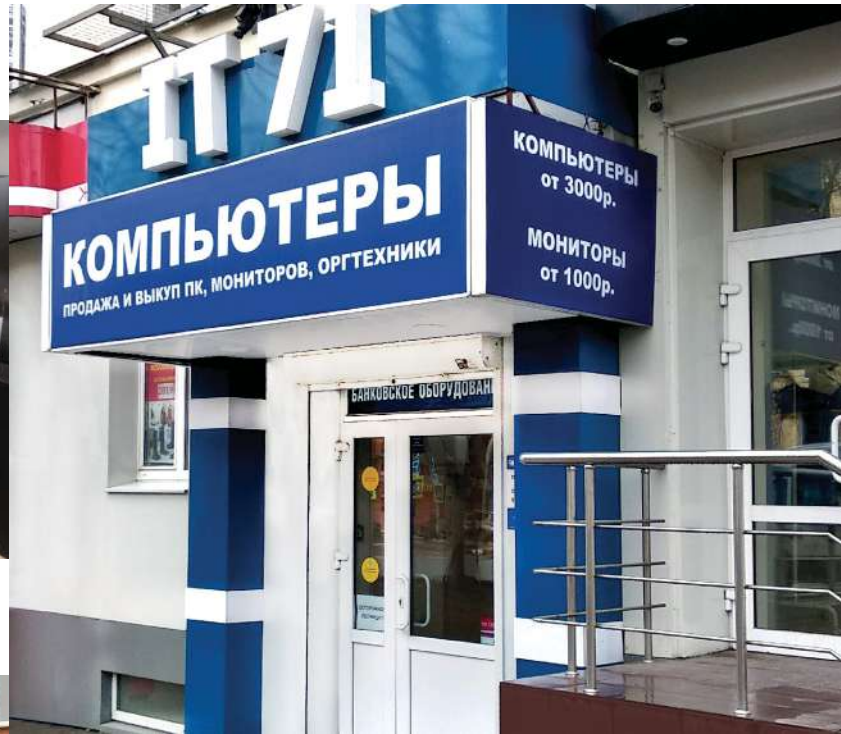
Доставка.

Бизнес в развитых странах, Москве по большей части заточен на доставку. Клиенты все больше и больше ценят время и выбирают доставку, а не самовывоз. При небольшом количестве клиентов выручают службы заказа такси, в которых есть функция доставки.

УДАЛЕННАЯ РАБОТА.

Принудительная самоизоляция принесла свои положительные изменения. После массовой удаленной работы компаний мы оставили прием звонков с 18 до 21 часа удаленно менеджерами, а также ответ на электронную почту. «Вечерние клиенты» уже текущим вечером получают ответ от нашей компании, а от других – утром следующего дня. При этом снимается утренняя нагрузка на сотрудников ввиду накопившихся звонков и писем за вечер.

Ваш Офис



K-HOLDING группа компаний

ИТ71

PRINT 71
ПОЛИГРАФИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

Ваш Офис

КАК НАЙТИ СВОЮ НИШУ В БИЗНЕСЕ И БЫТЬ В НЕЙ УСПЕШНЫМ?

Любовь к тому, что ты делаешь, Дмитрий Сидоркин, руководитель IT-компании Soft Gold, называет главным секретом стабильного и растущего бизнеса. Он знает, о чем говорит: его компания работает уже 20 лет, а ее продукты востребованы по всему миру. Как же найти дело своей жизни и сделать его успешным?

1.

ДЕЛАТЬ ТО, ЧЕМ ТЫ УВЛЕЧЕН

Самый очевидный ответ на вопрос о выборе ниши для бизнеса – заниматься тем, что нравится и в чем ты силен. В школьном возрасте я впервые увидел компьютер и влюбился, хотя до этого мне были близки совсем другие направления – палеонтология, динозавры. Любовь к компьютерам меня так и не отпустила: пропадал в первых компьютерных клубах, которые тогда открылись в городе, занимался в кружках компьютерной грамотности, а после школы учился на специальности «Программирование» в Тульском артиллерийском училище. Мне повезло: там была очень сильная математическая подготовка и хорошая материальная база.

2.

БЫТЬ РЕШИТЕЛЬНЫМ

Когда в 1998 году меня распределили после вуза в Москву, ситуация с невыплатой зарплат в армии была катастрофической: деньги задерживали несколько месяцев. Плюс кризис в стране, резкий рост курса доллара, подорожание всех товаров. У меня было два пути – искать подработку по ночам и выходным или уходить туда, где можно зарабатывать. Спустя два года я уволился и решил открыть свое дело.

3.

СОЗДАВАТЬ СВОЙ ПРОДУКТ

Делать что-то свое всегда интереснее, чем создавать продукты для кого-то. Soft Gold пришел к этому не сразу: в начале пути мы несколько лет работали на аутсорсе, занимались удаленной разработкой ПО для московской компании. Разрабатывали как раз векторный редактор, и появилась мысль создать свой на основе уже имеющегося опыта. Наш собственный продукт появился в 2003 году, им сразу заинтересовались заказчики, и стало понятно – мы угадали и это направление нужно развивать. Свой продукт – это интересно и перспективно, ты можешь его дорабатывать, изменять, подстраивать под требования рынка и времени.

4.

ИМЕТЬ ПОДУШКУ БЕЗОПАСНОСТИ

Это к вопросу о том, как удержаться в своей нише или позволить себе поиск новой, не рискуя своим бизнесом и финансовой стабильностью. Компания Soft Gold разрабатывала на аутсорсе, тем самым формируя финансовый резерв на случай, если своя разработка «не выстрелит» и нужно будет продолжать поиски. Поэтому, создавая свой продукт, мы фактически ничем не рисковали.



5.

НЕ ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ

Нужно всегда гореть тем, что ты делаешь, а для этого – искать новые идеи и пути развития. Например, мы в Soft Gold, несмотря на востребованность нашего ПО в России и в мире, все время думаем, как его усовершенствовать. Сейчас завершаем работу над его мультиплатформенной версией, которая будет работать на всех операционных системах. Создавали ее полностью с нуля, было непросто, но у нас всех горели глаза. Пламя интереса к своему делу нужно постоянно поддерживать, а без движения вперед это невозможно.

6.

ЛЮБИТЬ ТО, ЧТО ТЫ ДЕЛАЕШЬ

Это всегда, на 100% принесет результат, пусть и не сразу. Конечно, нужно учитывать реалии рынка, делать то, что будет востребованным, но прежде всего – любить. И тогда всё обязательно получится.

МУЖЧИНЫ НЕ ПЛАЧУТ

Фильм «Мужчины не плачут» тулячки Галины Масленниковой совсем недавно на международном кинофестивале короткометражек Sunday Shorts в Португалии был отмечен призом зрительских симпатий. Так что когда говорят, что у нас нет хорошего кино, – не верьте.



– Галина, как получилось, что Вы попали в кино?

– В прошлом году я пошла учиться на продюсера в Высшую школу кино «Арка», которая работает при Высшей школе экономики. Но так вышло, что на первую лекцию я попала к Тимуру Бекмамбетову, и пошла учиться на курс фильмейкинга под кураторством Бекмамбетова и компании «Базелевс». Фильм «Мужчины не плачут», который оказался на фестивале в Лиссабоне, – это моя дипломная работа.

– О чем он?

– Драма, очень печальная. После смерти ребенка муж и жена очень часто разводятся, потому что горе все переживают по-разному. Я попробовала в небольшой своей картине исследовать это. В моем фильме после случившегося мужчина замкнулся в себе и даже боится показывать, как ему плохо. А жена проявляет свое горе слишком сильно и не понимает мужа. Она хочет, чтобы он переживал вместе с ней, и из-за этого постоянно себя накручивает. Сюжет построен на том, что в их дом приходит бывшая подруга сына и настаивает, чтобы они открыли комнату сына. Это провоцирует супругов на откровенный разговор и дает возможность понять друг друга.

– И чем всё заканчивается?

– Когда я писала сценарий, была настроена на позитивный финал: они поняли друг друга и успокоились. Но в процессе съемок поняла, что за десять минут люди не могут поменять отношение к случившемуся. Поэтому сделала открытый финал, в котором светлый конец истории только возможен.

– Кто помогал Вам в работе?

– Сценаристом была я сама. На главную роль я искала такого мужчину, который бы выглядел так, что он никогда не заплачет. Я отправила приглашение Александру Наумову. Ему понравилась история, мы с ним встречались, обсуждали. И он мне на роль жены порекомендовал актрису Светлану Тимофееву-Летуновскую. Актрису на роль девушки сына я нашла в самый последний момент. Ее сыграла юная актриса Али-

на Кирилина, выпускница курса актеров кино и сериалов нашей школы. Я поняла, что киноязык – это другое. Здесь информация подается совсем иначе, чем я привыкла. То, что в литературе пишется на нескольких страницах, в кино показывается за 20-30 секунд. Здесь большую помощь с монтажом и на съемках мне оказал Максим Ляменков, мой одногруппник.

– Как Ваша картина оказалась на фестивале?

– Я пробовала отослать ее на наши, российские фестивали. Но в связи с карантинном они стали либо отменяться, либо переноситься по срокам. Зато откликнулись с фестиваля Sunday Shorts в Лиссабоне. Они одними из первых перешли в формат онлайн. Конкурс проходит каждый месяц, с отбором из восьми фильмов. Один лучший попадает в финал года. Вот в ноябре будет решаться, кто станет абсолютным победителем. Так получилось, что мой фильм посмотрели больше полутора тысяч зрителей, и большинство отдали предпочтение именно ему.

– Чем, по-Вашему, он так зацепил европейскую аудиторию?

– Я смотрела другие фильмы этого фестиваля. У них какие-то иные человеческие ценности. Они спокойно показывают, что живут втроем, однополые союзы. Вроде бы открылись, а на какие-то другие душевные переживания, наоборот, закрылись. У меня нет в фильме длинных диалогов, нравочений. Всё, что хотела сказать, делала визуально.

– Вы же свой трудовой путь начинали в Туле?

– Я работала когда-то дизайнером в первом тульском рекламном агентстве – «Времена года». Но давно уже в Москве. Была арт-директором в разных известных изданиях. Работала арт-директором журнала «Огонек», в журнале «Штаб-квартира», в издательском доме «Семь дней». Поработала гендиректором студии подарков Валентина Юдашкина, занималась спасением народных промыслов. Сей-

час оказалась в компании, которая занимается разработкой и продвижением детской развивающей игрушки.

– Теперь какую специальность в кино будете осваивать?

– После прошлогоднего обучения пошла учиться к Николаю Лебедеву – там же, в Высшей школе кино «Арка». Он снял «Звезду», «Легенду номер 17», «Экипаж». Очень интересный человек, тонко чувствующий мир. Я очень рада, что попала к нему на обучение. Сейчас мне предстоит дипломная работа, и в этот раз я решила попробовать себя в жанре комедии. Это будет короткометражка, деньги на полный метр найти тяжело. Все гранты даются режиссерам до 35 лет, а мне уже 48.

– Нет человека, который хотя бы раз в жизни не мечтал работать в кино. Как давно это желание появилось у Вас?

– Да, это не первая моя попытка оказаться в кино. Но как-то так получалось, что мне быстро давали по рукам, и я успокаивалась. Думала, что и так прекрасно сижу как арт-директор. Потом решила, что надо же воплощать свою мечту в жизнь. Тем более название компании, в которой я сейчас работаю, «Фантазер» – а это точно про меня. Люблю придумывать! Выяснилось, что для кино у меня много дополнительных данных. Я по изначальному образованию модельер, понимаю в костюмах. Я заканчивала итальянский институт дизайнера по интерьерам. Долгое время работала главным редактором анимационных журналов. В один момент поняла, что очень хочу попробовать себя в кино, и пошла учиться.

– В фестивалях еще планируете участвовать?

– После Лиссабона меня засыпали предложениями – из Канады, из Греции. На сентябрь у меня 15 фестивалей в разных странах. Хотя на Sunday Shorts я отправила свой фильм просто как пробный шар – посмотреть, что получится. Я сейчас получаю огромное удовольствие. Поэтому с удовольствием иду в качестве художника-постановщика к одногруппникам. Я кайфу!

ПРОВАЛЫ В БИЗНЕСЕ. КРАХ ИЛИ ОПЫТ?

Вчера я встретил приятеля, который в период пандемии потерял свой бизнес. Ему пришлось его закрыть. Сказать, что я разговаривал с человеком в глубокой депрессии – ничего не сказать.

Он долго мне рассказывал, как все сложилось, как все работало против него, как уходили люди и росли долги.

А я думал: а как реагировал бы я, если бы мой бизнес не пережил время самоизоляции? Мы рухнули в продажах на самое дно, но благодаря людям – той самой команде, верным поставщикам, понимающим кредиторам – мы выжили. И сейчас выстраиваем всё по-новому. А если бы и у нас так же, как у моего приятеля: раз – и нет ничего?

И я не нашел ответа. Никто не любит жить в эпоху перемен, идти по «чёрной полосе» без просвета. В современном обществе, где принято все время соревноваться и сравнивать себя с другими людьми, провал кажется особенно болезненным.

Так чему же лично меня научили мои провалы в бизнесе?

1. ПРИЗНАТЬ.

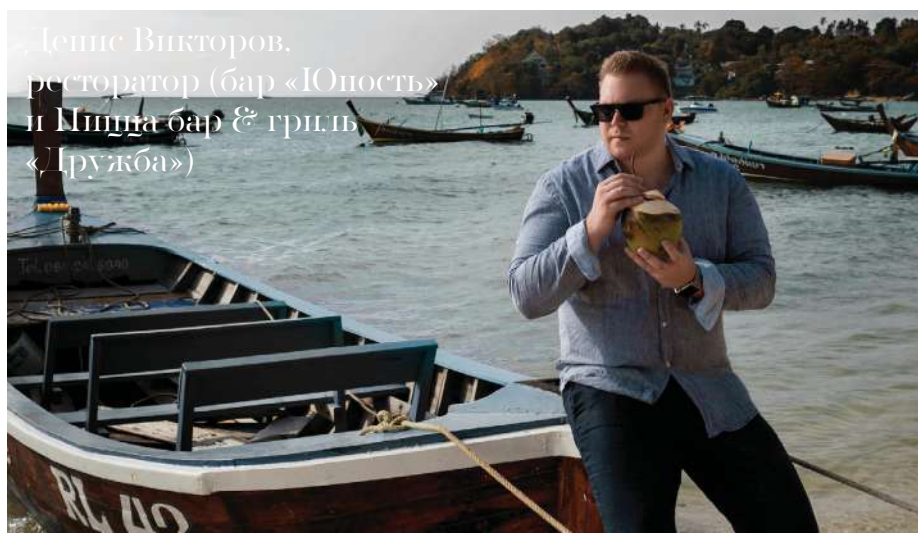
Признать, что жизнь – не только сладкое шампанское. По большей части, да. Но бывает иначе. Не принимать это – значит бороться с реальностью. Она такая разная. Просто поверь и прими.

2. РАЗРЕШАТЬ.

Разрешать себе переживать какое-то время. Да, бизнес – это цифры. Но ещё и чувства. Нельзя делать дело, отрекаясь от своих чувств. Им надо дать время: например, «неделю переживаю, а потом беру бумагу и пишу план действий». Обычно неделю не выдерживаю и через день уже начинаю действовать. К черту переживания, «бизнес – есть бизнес!».

3. ИЗВЛЕКАТЬ.

Хоть что-то – опыт, вывод, резюме, даже шутку – нужно понять, для чего я попал в эту ситуацию и обстоятельства.



Денис Викторов,
ресторатор (бар «Юность»
и Мишпа бар & гриль
«Дружба»)

Только так можно досконально разобраться в проблеме и обстоятельствах, которые сложились.

4. НЕ СОМНЕВАТЬСЯ.

Не сомневаться в себе. Ни на минуту. Во время провальных настроений очень нужна чья-то поддержка. Так почему не дать её самим себе?

5. НЕ ГРУСТИТЬ.

Не знаю почему, но это правило у меня самое работающее. Самые смешные моменты в моей жизни случались именно тогда, когда были совсем неуместны. Жизнь слишком коротка, что бы тратить ее на грусть! =)

Я всегда вспоминаю историю про Джоан Роулинг! Я думаю, все знают создательницу серии книг о Гарри Поттере, и что писать она стала только после того, как потерпела крах во всем. В тот момент у нее не было работы,

она развелась с мужем и осталась одна с ребенком на руках, а денег хватало ровно на то, чтобы ее не выгнали из дома за неуплату счетов.

«Я не буду говорить вам, что неудачи – это весело. Это был мрачный период моей жизни, – сказала она на своем выступлении в Оксфорде. – Но неудачи помогли мне отделить то, что было неважным. Я перестала притворяться кем-то, кем не являюсь, и направила энергию на единственное дело, которое имело для меня значение». По ее словам, неудачи помогли избавиться от страха и дали свободу действовать так, как она считала нужным: «Дно, которого я достигла, стало фундаментом, на котором я заново построила свою жизнь».

С каждым годом всё больше понимаю, что все эти правила и подобные истории не просто слова. Сегодня, к примеру, зафиксировав убытки на сотни тысяч рублей, мы с партнером отказались от проекта ресторана с хорошей локацией. Строить бизнес нужно с учётом опыта провалов. Ведь они нам для того и даны, чтобы расти.

ДВЕ УЮТНЫЕ ВЕРАНДЫ ОБНОВЛЕННОЕ ЛЕТНЕЕ МЕНЮ



ДРУЖБА

пицца бар & гриль



*Наслаждайтесь
летом на всю
катушку!*

• Б Р О Н Ь С Т О Л О В •

тел. 21-62-00

Казанская набережная

@druzhba_pizzabar_tula

ПОДРУЖКА МИЛАЯ МОЯ

Как часто мы слышим от девушек и женщин, что в споре с лучшей подругой о мужчине каждая, конечно же, отдаст предпочтение дружбе, нежели противоположному полу?



Авокадо с креветками на гриле со сливочным соусом и пикантными кореньями от кофейни Mr. Cup

Действительно, найти хорошего друга, с которым можно разделить все, довольно сложно. И если дружба между мужчинами — это в целом некий фан, а поводов для споров всего два — девушки и деньги, то у женщин с этим все гораздо сложнее. Слишком много нюансов, о чем можно, а о чем вообще нельзя даже и помыслить, а иначе — анафема.

Так вот о какой истории я предлагаю поговорить. Пару дней назад я встретился с одной своей хорошей подругой И., и она не смогла не поделиться своей историей, которую она назвала #фиаско.

К ней приехала на пару дней из другого города подруга А., и они устроили маленькую вечеринку, где среди гостей был парень, в которого А. страшно влюбилась.

К сожалению, сразу он не проявил к ней интереса. И что начинает делать в такие моменты девушка? Включает функцию «театральный игнор». Как жаль, что Оскар за эту роль не дают.

Весь вечер она демонстрировала, что он ей абсолютно не интересен, громко смеялась и не уделяла ему никакого внимания. Но наш принц в принципе не обломался и провел вечер в компании с И., подругой нашей актрисы. Ну а И. в силу своей воспитанности не стала его отталкивать. Она постаралась найти с ним общую тему, которая в принципе смогла бы помочь коммуникации.

Самая странность этой ситуации в том, что парень пришел на вечеринку именно для того, чтобы познакомиться с А. Но своим поведением в начале вечера, а точнее, своей нарочитой отстраненностью она оттолкнула его от себя. Когда это случается, после игнорируй не игнорируй парня — вновь его интерес вряд ли вернешь. А подруге И. было на него по барабану — она просто вела обычный разговор. Но наш принц ею заинтересовался и весь вечер провел с ней в приятном общении.

А что же было дальше? А дальше — скандал. А. устроила четырехчасовой скандал своей подруге И. на тему того,



АРТЕМИЙ САФОНОВ,
автор рубрики «Голая кухня».

что с ее стороны вообще-то нельзя так себя вести: она же знала, что он влюблен в А., а она своими беседами мешала ему раскрыть свои чувства к ней.

Скажу вам по секрету, между нами: никаких чувств он к ней не испытывал, он просто пришел на вечеринку, познакомился с А. и понял, что это абсолютно не его типаж. Ну а подруга И. действительно его зацепила — одной лишь темой для разговора — музыкой. Парень работает в театре актером и ему очень нравится петь, а подруга И. восемь лет пела в музыкальной группе и обладала прекрасным голосом, что и выяснилось на той вечеринке. И, конечно же, они решили совместно спеть пару песен. Все завершилось, закружилось — и вот уже впереди их первое свидание.

Конечно, девушка А. страшно гневалась на все происходящее и перед своим отъездом строго-настроено запретила им встречаться. Мол, он мой и ему нужно время раскрыться и понять свои чувства.

Ха-ха-ха. Милые наши девушки, ну не работает так у парней. У нас всё просто: да-да или нет-нет. А еще мне непонятно, почему нельзя уступить и успокоиться, если видишь, что реально клеится у них, что это, возможно, хорошая пара с будущим не на пару месяцев.

В моем понимании дружба, в первую очередь, — это гармония и некий тонкий вкус к жизни. Как, например, идеальное сочетание мягкого авокадо и приготовленных на гриле креветок со сливочным соусом и пикантными кореньями.

Так и дружба — это дополнение, сочетание и некое общее понимание и принятие, ну и, конечно, желание лучшего друг для друга. Пусть даже в некоторых моментах нужно наступить на себя и на свои желания, раз этот поступок сможет сделать лучше другу.

ВСЕ РАДОСТИ ЛЕТА В «ВИНО ДОМИНО»

Лето в городе – это веранда на свежем воздухе, вкусная еда, любимый напиток в запотевшем бокале. Лето в городе – это «Вино Домино».

Гостей в «Вино Домино» ждёт постоянно пополняемая коллекция изысканных напитков практически со всего мира, которые тщательно подбирает шеф-бармен ресторана. Часть карты обновляется еженедельно, чтобы вы могли насладиться новыми вкусами и открыть для себя интересные сочетания блюд и напитков.

Меню ресторана тоже не боится экспериментов и непривычных для нашей местности блюд. Географические границы меню простираются до далекого Таиланда и Вьетнама, переносят нас на шумные улицы Нью-Йорка и Чикаго, а гости теперь смогут отведать легендарные супы фо-бо и том-ям, американский стрит-фуд и другие оригинальные блюда, которые поначалу кажутся неожиданными, но вскоре становятся понятно, что новинки займут достойные позиции в меню.

Шеф-повар «Вино домино» творит чудеса и экспериментирует на кухне только с качественными продуктами первой свежести. Сыры, мясо, овощи – практически все продукты местные, экологически чистые, от проверенных тульских фермеров.

К радости гостей в июле в «Вино Домино» запускается система лояльности, которая позволяет 10% от суммы чека возвращать обратно на карту гостя. Эти средства можно использовать в качестве скидки при следующих заказах.



Тула, ул. Советская, 11, «Искра»,
тел. 8-920-792-80-83.
www.vinodomino.com
[@vinodomino.x](https://www.instagram.com/vinodomino.x)

VINO ВИНOTEKA
DOMINO

Боливия: ДРУГАЯ ПЛАНЕТА



Андрей Чабров,
туляк, бизнесмен, фотопутешественник, 49 лет, @chabrovandrey.

Следующим утром мы выехали в Боливию. На границе, как в фильмах, какие-то ворота, какие-то сидящие в каморке пограничники, которые больше смахивали на переодетых в государственную форму смотрящих территории, и жужжащие над ними мухи. Они уважительно обратили внимание на российский паспорт. Русских вообще там любят. Именно поэтому мы не снимали с головы кепки с крупной надписью Russia. Эти кепки постоянно пользовались спросом: каждый норовил их у нас выпросить или обменять на что-то. Мы не сдавались.

Переезд в Боливию протекал через небольшой городок Копакабана, а затем – на пароме через Боливийскую часть озера Титикака, где мы увидели явную эксплуатацию детского труда. Паромом

В прошлом номере «Модного города» наш автор, путешественник Андрей Чабров, рассказал о своей поездке в Перу. С загадочной земли инков он направился дальше – в Боливию.

управляли подростки лет 10-14, умудрившиеся по дороге чуть не врезаться в быстходный катер. Мы даже забеспокоились о судьбе аппаратуры, но обошлось, и через три часа пути мы оказались в столице Боливии Ла-Пас.

Мы почему-то решили, что Боливия богаче Перу и ожидали увидеть более комфортную для жизни атмосферу. Все оказалось совершенно наоборот. Уровень жизни если не на порядок, то значительно хуже. Мы въезжали в город с горы, и перед нами разверзся целый мир, уходящий за горизонт, из миллиона трех-пятиэтажных домов с бесчисленными пересекающимися улочками и дорогами.

Учитывая, что Ла-Пас был для нас лишь местом пересадки для продолжения путешествия, то до вечера мы просто отдыхали и набирались сил. Нас ожидала самая тяжёлая часть поездки – переезд на солончак Уюни. Если бы вам удалось найти большую терку и положить ее на дорогу длиной в несколько сот километров, арендовать автобус, у которого дребезжит каждый болтик и деталь, – вы сможете себе представить, в каких

условиях мы ехали ночью несколько часов кряду. Мы прокляли этот путь. Я умудрился еще поспать какую-то его часть, но последние 4 часа из 13 не спал никто. Дороги просто нет, автобусы едут на ощупь по голой пустыне с камнями и пылью. Как они ночью понимают, куда ехать – большой вопрос! Мой совет для всех – добираться туда только поездом.

Уюни – городок на краю гигантского соляного озера в 100 километров в диаметре. Есть несколько версий его происхождения, но смысл примерно одинаков: произошло мгновенное вскипание воды в обычном озере, что привело к уничтожению родников и превращению всего





КЛАДБИЩЕ ПАРОВОЗОВ.



ОБИТАТЕЛИ БОЛИВИЙСКОЙ ДЕРЕВНИ В ДЖУНГЛЯХ

пространства в соляную пустыню. Температура могла повыситься от двух возможных причин – вулкан или метеорит. Вот и вся разница в версиях. Мы жили в десяти километрах от берега, если можно применить такое слово. Это была гостица, полностью сделанная из соли: стены, потолок, пол, столы, стулья. Единственным исключением была кровать и ванная. За обедом произошла комичная ситуация: мне принесли заказанный стейк абсолютно пресным, и когда я, глядя вокруг на соляные стены, стулья, столы и тумбочки, попросил соли в солонке, на меня как-то странно посмотрели и ушли минут на 10 куда-то на улицу. Но соль принесли)).

Когда-то из Уюни в сторону Чили ходили паровозы. Но потом их заменили более современными дизельными, а все старые паровозы свезли в одно место и бросили. Спустя десятилетия это кладбище паровозов превратилось в место массового приезда таких же, как мы. Поезда полностью проржавели, осели в песок вместе со шпалами, все детали и конструкции давно вросли друг в друга и уже кажется, что все это – один футуристический ансамбль в стиле «Зловещих

мертвецов» и «Кладбища животных».

В момент нашего визита озеро Уюни было полностью сухим, но в сезон дождей оно покрывается водой на несколько сантиметров, становясь самым большим зеркалом в мире. Вода стекает с гор, принося новые тонны соли и минералов. Посетили мы также небольшое селение, основой жизни которого является соль. Всю свою жизнь местные жители ее собирают, фасуют и продают. Участь каторжников, если взять в расчет, что цена соли – копейки (или, вернее, песо).

В конце солончака мы на арендованном джипе забрались на высоту 200 метров над озером посмотреть пещеры под открытым небом с останками древних инков, которых никто – даже время – не трогает с момента их смерти. Говорят, что соленый и сухой воздух – лучший мумификатор. У подножья горы мы обнаружили, что здесь спокойно гуляют и ламы, и фламинго, и множество других животных.

Ранним утром следующего дня, когда солнце еще даже не показалось, мы умчались в центр озера, чтобы сделать кадры, ради которых ехали сюда. Первые лучи солнца, отражаясь от покрытых снегом пиков гор и соли, могут принять любые цвета. При этом в кадре остается поверхность озера, которая представляет собой миллионы правильных пятиугольников. Их образует проступающая влага, создавая творение, совпадающее с формулой самой соли. Зрелище на всю жизнь. Если Марс не такой, то он неинтересен. В то утро мы реально посетили другую планету.

Потом нас отвезли на остров Инкахауази, который славится гигантскими кактусами. Из упавших и одеревеневших растений там даже делают двери и рамы. Там бродят дикие ламы и альпаки, подыгрывая фотографам.

В цивилизацию мы вернулись на ночном поезде, который ходит всего несколько раз в неделю. Из-за негерметичных окон пришлось дышать пылью около 6 часов. Перелет обратно в Лиму, а оттуда на юг – в джунгли. Часовая поездка по Амазонке на катере между плаваю-

щих вековых деревьев, которые, подмытая, забирает себе река, – и мы прибыли к месту нашего расселения Sumaseba Lodge в чаще джунглей, где все дома были подняты над уровнем земли на 1,5 метра из-за ползучих гадов. Здесь абсолютно отсутствовали признаки современной цивилизации, даже электричество! По дороге мы прошли инструктаж о правилах пребывания, которые сводились к простому приказу – никуда без проводника не ходить, пить и есть только то, что нам предложат, дверь в комнате держать всегда закрытой. Джунгли есть джунгли. Они абсолютно враждебны к европейцам. Место напомнило фантастический рассказ Гаррисона, где природа воевала с человеком, и не рожденный на этой планете не мог прожить и часа. Мы выжили и получили удовольствие от всего увиденного. Мы ловили пиранию на тухлую курятину, гордо отказались купаться в Амазонке (в десяти метрах от обитания этой же пирании), видели засасывающие все в себя болота, выглядевшие безопасными на первый взгляд, наблюдали за муравьями-убийцами, охотились за десятисантиметровой змеей, не зная, что она самая ядовитая в этой части континента. Видели, наверное, самое странное создание Бога – черепаху матамата. Даже поели термитов и вымазались ими же. По словам проводника, это лучший репеллент. Надо признать, что после этого нас никто не кусал. По нашей просьбе гид отвел нас в местную деревню, где мы убедились, что боливийцы – хорошие (в отличие от наших) футболисты.

Джунгли стали красивой точкой в нашем путешествии по древней земле инков. Помимо доброжелательных местных гидов очень запомнилось ощущение, которое испытываешь, засыпая в хижинах со стенами из москитной сетки и крышей из соломы в трех метрах от непроходимых зарослей. Ты лежишь и слышишь все звуки ночных джунглей, чьи-то шаги, прыжки, ползание, пение, крики. Засыпаешь, улыбаясь, что всё это рядом с тобой. Вода для душа набиралась в большую бочку прямо из Амазонки: она была коричневой, и мы после мытья ею – тоже, но всё равно очень счастливыми от того, что всё это с нами наяву!



МЕСТЕЧКО СУМАСЕВА LODGE. НИКАКОЙ ЦИВИЛИЗАЦИИ, ТОЛЬКО ВОДА И ДЖУНГЛИ.



ДЖУНГЛИ АМАЗОНКИ.

ВСТРЕЧАЕМСЯ В СОЧИ

Сочи – самое популярное направление этим летом в силу сами знаете каких причин.

Для всех, кто собирается на этот курорт, руководитель турагентства «Аэропорт» Ольга Волкова сделала подборку своих самых любимых атмосферных ресторанов.

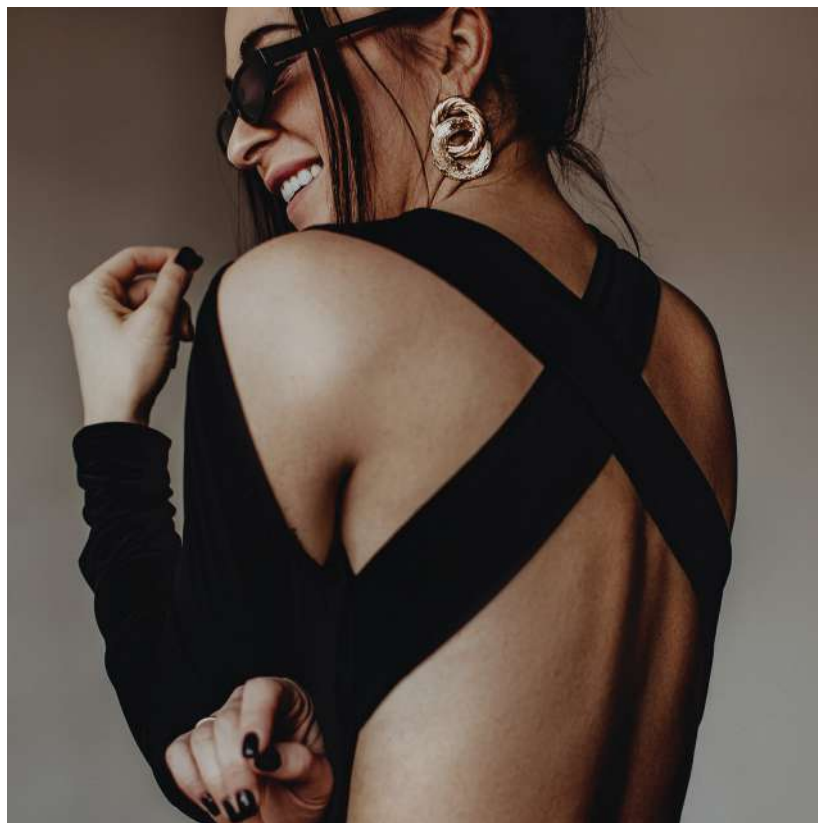
MARE D'AMORE

Один из лучших ресторанов на набережной Имеретинской бухты. Узнать его очень легко: это большой парящий корабль. Отличный сервис.

Средний чек 2000 руб.

Адрес: Сочи, ул. Нижнеимеретинская, 36

@mare_d_amore.sochi



«ГОСТИДЗЕ»

Тоже очень крутой грузинский ресторан в горах (Эсто Садок). Виды шикарные, кухня тоже. Девиз: «Никаких ругадзе, только веселидзе».

Средний чек 2000 руб.

Адрес: Сочи, Горная карусель, 4, @gosti.group



**KAURI**

Статусное дорогое заведение с потрясающим видом в горах в Sky Park. Отличное место, чтобы отметить свой прыжок в пропасть красиво!

Средний чек 3000 руб.

Адрес: с. Казачий Брод, ул. Краснофлотская, 54, @kaurisochi

**LUCIANO**

Здесь можно мило посидеть возле Ратуши на Розе Хутор. Если вы поклонник итальянской и вообще европейской кухни, вам здесь понравится. Вкусный кофе, уютная летняя терраса с удобными шезлонгами и красивый вид на горы.

Средний чек 1500 руб.

Адрес: Сочи, площадь Розы, 2, @lucianorosakhutor

D.O.M

Пафосный пафос. Двухуровневый ресторан с лучшим видом на морской порт.

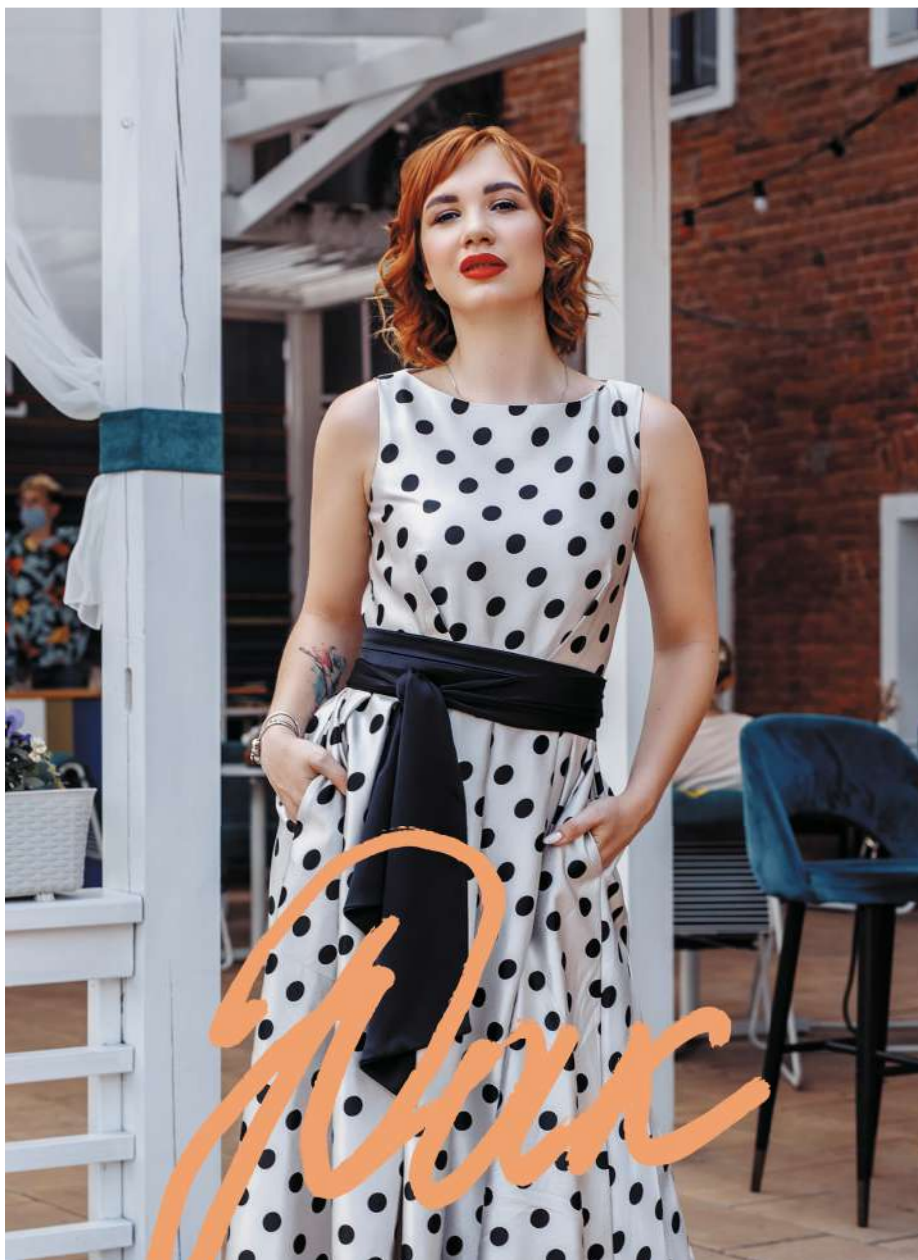
Средний чек 2500 руб.

Адрес: Сочи, ул. Навагинская, 1-а, @domsochi



Полина Корнилова

основатель студии красоты «Фрида».



22 июня — 22 июля

Сейчас вы можете круто изменить свою жизнь. Будьте активны, смело идите вперед. Могут появиться новые источники дохода, а также желание и возможности поменять сферу деятельности. Важные вопросы лучше решить до 22 июля.

Рыбы

(20.02–20.03)

В первой половине месяца все звезды будут на вашей стороне, поэтому действуйте, совершайте невозможное, общайтесь, участвуйте в мероприятиях, привлекайте внимание нужных людей к себе и своим проектам. И контролируйте свои эмоции, чтобы не осложнять отношения с близкими людьми.

Овен

(21.03–20.04)

Посвятите июль отдыху: сейчас дела будут идти не так быстро и гладко, как вам того бы хотелось, поэтому лучше отвлекаться и перезагрузиться. А вот романтические встречи обещают быть приятными и плодотворными. Не стесняйтесь знакомиться.

Телец

(21.04–21.05)

Месяц будет ярким и насыщенным, вы сможете осуществить даже грандиозные планы и не выдохнуться. Хорошее время для общения, поездок и встреч, для сбора информации и планирования будущего. Возможно получение прибыли от прошлых проектов и вложений, а также возврат долгов и получение подарков.

Близнецы

(22.05–21.06)

Вас ждет успех в профессиональной и финансовой сфере. Обострится чутье на деньги и выгодные проекты. Действуйте быстро и решительно, чтобы не упустить возможности, и не бойтесь рисковать – сейчас это оправданно. Сил хватит на все, в том числе на насыщенный и интересный отдых.

Лев

(23.07–23.08)

Сейчас ваш потенциал огромен, вы справитесь со всеми трудностями. Но самые важные дела оставьте на конец месяца, когда вы будете еще более энергичны, сможете видеть на два шага вперед и решите любые вопросы с наименьшими усилиями и финансовыми затратами.

Дева

(24.08–23.09)

Пора отдохнуть и посмотреть на свою жизнь со стороны. Вас ждут встречи с неординарными людьми, которые могут изменить ваше мировоззрение, указать новые пути самореализации и трансформировать в лучшую сторону отношения с партнером.

Весы

(24.09–23.10)

Сейчас главное – не торопиться. Двигайтесь к целям постепенно, а еще лучше – возьмите тайм-аут. Он поможет привести в порядок тело и нервы, получить новые впечатления и опыт. Будьте внимательней к любимым, им часто не хватает вашего тепла и заботы.

Скорпион

(24.10–22.11)

Плодотворный месяц. Вы сможете увеличить свои доходы. Влиятельные друзья помогут решить финансовые вопросы и укрепить вашу материальную базу. Возможны перемены в судьбе, и тогда придется принимать кардинальные решения, поэтому старайтесь обдумывать каждый свой шаг и слово.

Стрелец

(23.11–21.12)

В профессиональной сфере может возникнуть некая турбулентность, поэтому сейчас вам лучше на время устраниваться от дел. Поезжайте в отпуск, запаситесь силами для будущих перемен. Не давайте в долг. Старайтесь не раздувать конфликты, а просто уходить от них в сторону.

Козерог

(22.12–19.01)

Не позволяйте другим принимать за вас важные решения. Сейчас ваша интуиция и предусмотрительность способны направить вас по верному пути. Месяц запомнится вам интересными встречами, впечатлениями, а также прорывом в делах и в целом позитивными переменами – как в работе, так и в личной жизни.

Водолей

(20.01–19.02)

В июле вам всё будет даваться легче, чем обычно, будь то работа или домашние дела. Поэтому используйте месяц по максимуму, чтобы разобрать все накопившиеся вопросы и приблизиться к своим целям. Будьте активнее в личной сфере: сейчас вы наполнены такой энергетикой, что просто притягиваете к себе людей.

МОДНЫЙ ГОРОД

16+

Тула, №130, июль 2020 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 Кирюнина В. А.
Руководитель журнала Кузнецова М. Ю.
Главный редактор Белова Е. И.
Дизайнер Миленков И. Н.
Фотограф Леонова Ю. И.

Адрес редакции и издателя: 300026, Тула, пр. Ленина, 116, 1-й эт. Тел./ф (4872) 57-07-07.
Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тульской области (ПИ №ТУ 71-00106 от 13.08.2009). Периодичность выхода: 1 раз в месяц.
Отпечатан в типографии ООО «Полиграфический комплекс»:
Россия, г. Москва, ул. 3-я Хорошевская, д. 18, корп. 1.
Время подписания в печать по графику – 15.00. Фактически – 15.00.
Заказ 1172020. Тираж 5 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 13.07.2020.
Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.

© fashion_city_magazinetula f modniygorodtula
По вопросам размещения рекламы обращаться по тел. 57-07-07, доб. 229.

ВРЕМЯ ДЛЯ ЧЕМПИОНОВ

Новый Edox Grand Ocean** – результат исключительного сочетания динамичности и элегантности. Часы совмещают классические функции механического хронографа и сложную конструкцию корпуса,

который собирается вручную. Спортивный, но элегантный стиль станет изюминкой, пожалуй, каждого запястья. Это часы-хронографы без ограничений. **Edox – время для чемпионов.**




EDOX

Maître Horloger - Les Genevez
depuis 1884



**МИР
ЧАСОВ**

г.Тула, ул.Советская, д.62/15;
тел./4872/-31-18-19
8-800-450-05-05
www.chasy71.ru