

№152 ИЮНЬ 2022

МОДНЫЙ

Г О Р О Д

В ЛЕТО С ГОЛОВОЙ
Готовимся к отпуску

**НЕСКУЧНЫЕ
КАНИКУЛЫ**
Чем занять
ребенка в городе

ВРЕМЯ РАСЦВЕТА
Первый летний
фотопроект

Андрей Антоненков

**ЛИЧНЫЙ ГИД
ПО ПРЕМИУМ-КЛАССУ**

Рекламно-информационное
издание

18+

cosmetic71.ru

профессиональный косметолог,
который всегда с тобой





TIGGO 8 PRO MAX

ADVANCED ELITE



2.0T

ТУРБИРОВАННЫЙ
ДВИГАТЕЛЬ

12.3"

2 ЖК ЭКРАНА
HD-КАЧЕСТВА

4WD

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ
ПОЛНЫЙ ПРИВОД

8.5

РАЗГОН 0-100 КМ/Ч
СЕК

АВТОКЛАСС

Официальный дилер CHERY АВТОКЛАСС
8 4872 70 80 70



CHERY



**ВЫ ПОКА НЕ ЗНАКОМЫ...
НО ТЫ СМОЖЕШЬ ВСЁ ИСПРАВИТЬ!**

ЗАПИСЬ НА ТЕСТ-ДРАЙВ ПО ТЕЛЕФОНУ (4872) 70-80-70

autoclass.chery.ru
Тула, Московское шоссе 2н

FIORdelMONDO

коллекция интерьеров

Мы можем создать уютную атмосферу в вашем доме!

- Пошив штор любой сложности
 - Услуги дизайнера
 - Установка карнизов
 - Выезд мастера на объект
- Большой выбор тканей от ведущих текстильных фабрик



ШТОРЫ

ТЮЛЬ

ПОРТЬЕРА

РУЛОННЫЕ ШТОРЫ

КАРНИЗЫ ЖАЛЮЗИ

Тула, ул. Демонстрации, 141,
тел. (4872) 70-11-11 www.fdm-mebel.ru



КУХНИ ДЕТСКИЕ КАБИНЕТЫ ГОСТИНЫЕ МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ
СПАЛЬНИ СВЕТ АКСЕССУАРЫ ДИЗАЙН ИНТЕРЬЕРА



ВАШ ЛИЧНЫЙ АДВОКАТ

ДО СИХ ПОР СОМНЕВАЕТЕСЬ В ТОМ, ЧТО НАНЯТЬ АДВОКАТА ЭТО ДОСТУПНО ДЛЯ КАЖДОГО? НЕ ЗНАЕТЕ, КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К СУДЕБНОМУ ПРОЦЕССУ И ЗАЩИТИТЬ СВОИ ПРАВА?

ЗАПУТАЛИСЬ В ЗАКОНАХ И НЕ ЗНАЕТЕ, КАК ГРАМОТНО СФОРМУЛИРОВАТЬ ПРЕТЕНЗИЮ?

МЫ РАБОТАЕМ
ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО
НА РЕЗУЛЬТАТ:

- Полное юридическое сопровождение
- Построение грамотной позиции по делу
- Отстаивание прав и интересов по закону
- Командный подход к решению проблемы



Подписывайтесь и следите
за нашими новостями:

 vash_advokat_64

КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ КОМАНДА ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ШИРОКИЙ СПЕКТР УСЛУГ



УГОЛОВНОЕ СУДОПРОИЗВОДСТВО



ЗАЩИТА ПРАВ И ИНТЕРЕСОВ
ПО ГРАЖДАНСКИМ ДЕЛАМ



РАЗРЕШЕНИЕ АРБИТРАЖНЫХ
СПОРОВ



ОТСТАИВАНИЕ ИНТЕРЕСОВ И ЗАЩИТА
ПРАВ ПО ДЕЛАМ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ,
НАЛОГОВОЙ И КОРРУПЦИОННОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ



СОПРОВОЖДЕНИЕ ВЫЕЗДНЫХ
НАЛОГОВЫХ ПРОВЕРОК



ПРАВОВАЯ ПОМОЩЬ ПО ДЕЛАМ
ОБ УСЛОВНО-ДОСРОЧНОМ ОСВО-
БОЖДЕНИИ И О ЗАМЕНЕ НЕОТБУЫТОЙ
ЧАСТИ НАКАЗАНИЯ БОЛЕЕ МЯГКИМ
ВИДОМ НАКАЗАНИЯ

ПОЧЕМУ МЫ?

- За плечами большой опыт работы в следственных органах Тульской и Саратовской областях
- В нашей команде квалифицированные специалисты по экономическим и налоговым вопросам со стажем работы более 15 лет
- Сотрудничаем с экспертными подразделениями
- Доступная цена
- Защита прав и отстаивание интересов в 1 и 2 Кассационных судах общей юрисдикции дешевле, чем в других регионах
- Даем бесплатную юридическую консультацию, описание перспективы дела «на берегу»

ТО, ЧТО ДЛЯ ВАС НЕРАЗРЕШИМАЯ ПРОБЛЕМА – ДЛЯ НАС ПОВСЕДНЕВНАЯ СИТУАЦИЯ

Обратитесь прямо сейчас к специалисту и получите ответ на свой вопрос!



Дементьев Юрий
Михайлович

+7 (999) 795-98-88
dym14@mail.ru



Подпалова Ангелина
Геннадьевна

+ 7 (961) 640-02-24
podpalova70@mail.ru



Соседова Светлана
Юрьевна

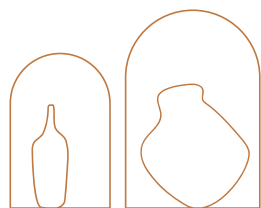
+ 7 (927) 620-71-56
sv.sosedova@mail.ru



Тимофеев Антон
Алексеевич

+ 7 (908) 557-54-72
advokat_timofeev90@
mail.ru

Грамотный юридический
подход в деле является осново-
полагающим фактором, влияющим
на положительный исход дела.



**BOTTEGA
ITALIANA**

ИТАЛЬЯНСКИЙ РЕСТОРАН
ПИЦЦЕРИЯ · СЫРНАЯ ЛАВКА

Г. ТУЛА, КРЕМЛЬ,
УЛ. МЕНДЕЛЕЕВСКАЯ 12В
+7 (920)277 19 22
ILFORNOGROUP.RU

IL FORNO GROUP РЕСТОРАТОРА ГЕНРИХА
КАРПИНА РАСШИРЯЕТ ГЕОГРАФИЮ:

НОВЫЙ ПРОЕКТ BOTTEGA ITALIANA В ТУЛЕ

Тула. Кремль. Новый ресторан Bottega Italiana. В переводе с итальянского Bottega – это мастерская, а потому в заведении ручному труду и артезональному подходу уделили особое внимание: это чувствуется в отделке и предметах интерьера и в меню, где есть домашняя паста и сыры из собственного сырного цеха, расположенного прямо здесь, за стеклом.



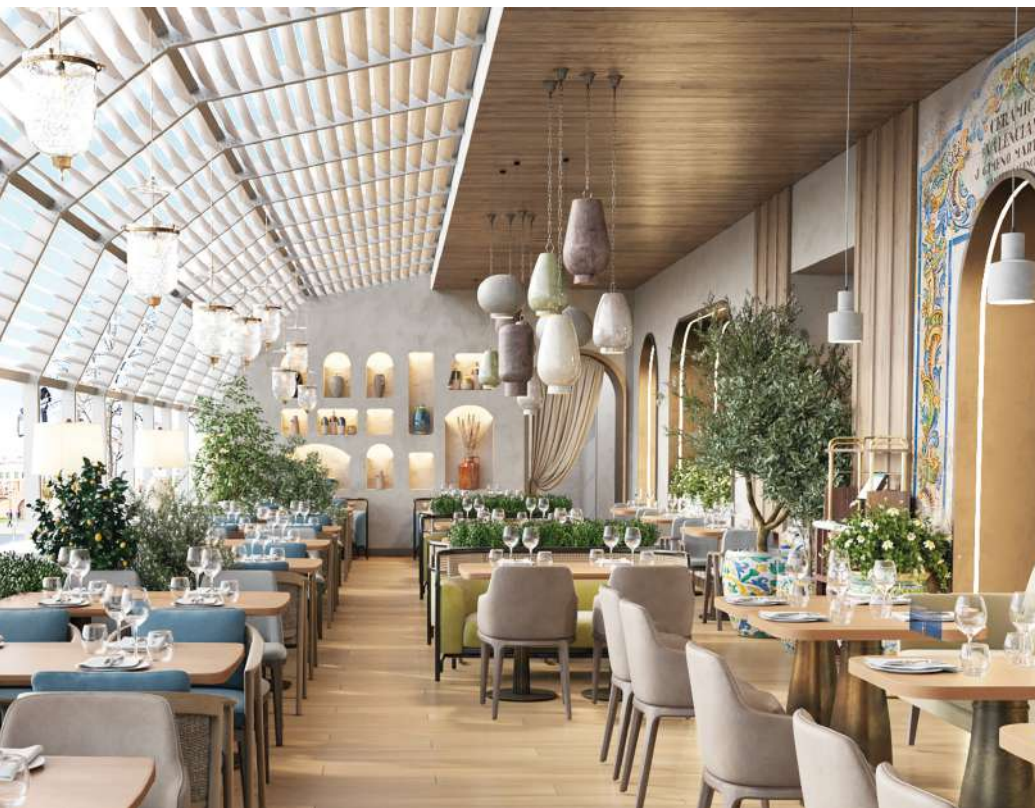


АУТЕНТИЧНАЯ АТМОСФЕРА ИТАЛИИ:

- Витрина с домашними десертами и сырами на входе
- Демократичный зал-пиццерия
- Главное украшение открытой кухни – пузатая дровяная печь
- Керамические тарелки с сицилийским орнаментом
- Мандариновые деревья и роспись на стенах в стиле итальянских палаццо

За кухню Bottega Italiana отвечает бренд-шеф Дмитрий Герашенко, в меню которого – любимая классика, от карпаччо из осьминога до фритто мисто. Предсказуемо, шеф советует присмотреться к блюдам с домашними сырами; также среди первых рекомендаций – пряный баклажан арабьятта со страчattelлой, паста карамелле с форелью в сливочном биске и томленая лопатка ягненка с пряными таджасками и намеком на перец халапеньо.

Для жарких летних дней в Bottega Italiana предусмотрена просторная веранда с плетеной мебелью, где приятно потягивать прохладное Pinot Grigio. И разглядывать посетителей Тульского кремля, в котором с появлением ресторана прибавилась еще одна, обязательная к посещению достопримечательность.



ПРИГЛАШАЕМ ВСЕХ
ТУЛЯКОВ НАСЛАДИТЬСЯ
НАШЕЙ КУХНЕЙ И ПОГРУЗИТЬСЯ
В ПОТрясающую АТМОСФЕРУ!

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.

МЕЛОДИЯ ТВОЕЙ СВОБОДЫ

С шоурумом «Квартира №5» ты сможешь сочинить уникальную мелодию своего интерьера. Твори, фантазируй – и наслаждайся роскошью и эксклюзивностью мебели, созданной лично для тебя.

КВАРТИРА № 5
МЕБЕЛЬ ТУТ

☎ +7-909-262-52-67
📍 г. Тула, ул. Свободы, 21



PINK FLOYD
THE WALL

IT AM
K FLOYD





КВАРТИРА № 5

МЕБЕЛЬ ТУТ

☎ +7-909-262-52-67
📍 г. Тула, ул. Свободы, 21

Организация, идея:
Ирина Пшонкина
✦ iren_mirra

Фотограф:
Руслан Митин
✦ mitinruslan.photo

Визаж и причёски моделей:
Анастасия Редькина
✦ red_nastena

Стилист:
Катерина Ключкина
✦ id515245727

Модели:
Мария Мартынова
✦ mari_martynova_model
Мария Пуханова
✦ id168160282

Благодарим гитариста
группы Пряник Band
Вадима Грызлова
✦ vadim_gryzlov
за предоставленную
гитару





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

В ЛЕТО С ГОЛОВОЙ!

Лето... Солнце... Теплый песок... Море... Хочется разбежаться, прыгнуть и окунуться с головой в этот прекрасный мир красок, цветов и позитива! В этом журнале мы собрали для вас квинтэссенцию лета, чтобы вы могли, открывая страницы этого номера, каждый раз наполнять свою жизнь летом, впуская его, словно ветер в распахнутое окно.

Вместе с прекрасными девушками из проекта «Время расцвета» мы полюбуемся распустившимися по всей Туле деревьями. Летом совершенно не хочется думать ни о чем другом, кроме отдыха, поэтому предлагаем заказать купальники в шикарной подборке от нашего стилиста и сразу перейти в раздел туризма, где вы можете выбрать направление с прямым перелетом в счастье!

Для нас погрузиться в лето с головой – это не только безрассудно поддаться его течению, но и, все-таки, включать голову в нужные моменты. Поэтому мы советуем прислушаться к мнению наших специалистов: как правильно пользоваться солнцезащитными средствами, как построить и быстро подготовить свое тело к пляжному сезону, а для родителей у нас целый блок статей о том, куда отдать ребенка на каникулах.

И даже если не получается выкроить время на полноценный отпуск, отвести душу можно на выходных, отправившись на озеро, речку, да просто на пикник в парк. Помните, если вам уже совершенно некогда отдыхать, значит, самое время отдыхать! :)

Фотограф: Пирязев Алексей vk.com/aleksey_piryaev

МОДНЫЙ
Г О Р О Д

18+

Тула, №152
июнь 2022 г.



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

Бесплатный рекламный журнал «Модный город Тула».

Учредитель и издатель ООО «Слобода».

Генеральный директор Алексеева Т. В.

Главный редактор Белова Е. И. Руководитель журнала Пшонкина И. А.

Специалисты по рекламе: Колесова А. А., Дмитриченко В. С., Бахилина В. А.,

Золотарева А. В.

Дизайнер: Вильгельм А. Е.

[modniygorodtula](https://vk.com/modniygorodtula)

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

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 (ПИН №ТУ 71-00106 от 13.08.2009). Периодичность выхода: 1 раз в месяц.

Отпечатан в типографии ООО «Борус-Принт».

Россия, г. Москва, пер. 1-й Котляковский, 3, 2-й этаж, пом. 7, комн. 5а, 5в (оф. 23)

Время подписания в печать по графику – 15.00. Фактически – 15.00.

Заказ П41709. Тираж 5 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 31.05.2022.

Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.

мультибрендовые салоны
Валентина

г. Тула, ул. Болдина, д. 86, тел. 70-28-95



NOCHE MÍO
ЛЕТО'
22

ЛЕТО – ЭТО ВРЕМЯ, КОГДА ПРИРОДА СИЯЕТ ВСЕЙ СВОЕЙ КРАСОТОЙ ПОД ЛУЧАМИ СОЛНЦА. КОГДА СВЕТОМ ДЕНЬ МАКСИМАЛЬНО ДЛИННЫЙ, БОДРИТ И БЕЗ ЧАШКИ КОФЕ, НАСТРАИВАЯ НА ПРОДУКТИВНУЮ РАБОТУ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ЕЩЕ БОЛЬШИХ ВЫСОТ И ПОСТАВЛЕННЫХ ПЕРЕД СОБОЙ ЦЕЛЕЙ. ТАКЖЕ ЛЕТО – ЭТО КОМФОРТНОЕ ВРЕМЯ, ЧТОБЫ ЗАНЯТЬСЯ СВОИМ ЗДОРОВЬЕМ, ПРОЙТИ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ ОСМОТРЫ И ПОДГОТОВИТЬ СЕБЯ К ОТПУСКУ, ЧТОБЫ ОН ОСТАЛСЯ ПРИЯТНЫМ ВОСПОМИНАНИЕМ БЕЗ КАКИХ-ЛИБО ПРОБЛЕМ СО ЗДОРОВЬЕМ.

ПРИГЛАШЕННЫЙ
РЕДАКТОР
**СЕДРАК
ЕГОРОВИЧ
НАВОЯН**

Главный врач «SEN-clinic»,
челюстно-лицевой хирург,
хирург-стоматолог-имплантолог,
гнатолог



Ровные зубы
с элайнерами «Star Smile»
теперь еще доступнее!

189 000 рублей
~~240 000 рублей~~

За весь курс лечения!



ЦЕНТР СТОМАТОЛОГИИ
ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВОЙ ХИРУРГИИ
И ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ

SEN-clinic

КЛИНИКА РАЗУМНЫХ РЕШЕНИЙ

- Полная диагностика
- Гигиена и отбеливание ZOOM 4
- Лечение зубов под микроскопом
- Удаление любых зубов
- Имплантация и костная пластика
- Безбрекетное выравнивание зубов
- Протезирование, виниры
- Лечение суставов
- Местная и общая анестезия
- Челюстно-лицевая и эстетическая хирургия

г. Тула, ул. Тимирязева, 97 | +7 (906) 623-15-25
г. Тула, Красноармейский, пр., 34 | +7 (4872) 58-81-96

sen-clinic.ru



ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ
ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.



7 ОШИБОК при использовании солнцезащитных средств

ХОТЯ БЫ ОДНУ ИЗ ЭТИХ ОШИБОК ВЫ ТОЧНО СОВЕРШАЛИ. ГЛАВНОЕ — ИХ НЕ ПОВТОРЯТЬ. ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ САНСКРИНА РАССКАЗЫВАЕТ ВЕРА РЫБАЛКИНА, ЭКСПЕРТ ПО КОСМЕТИКЕ КЛИНИКИ КОМАРОВОЙ.

1. ВЫБРАЛИ СРЕДСТВО СО СЛИШКОМ НИЗКИМ SPF

Для многих перспектива вернуться из отпуска недостаточно загорелой сильнее страха получить ожог. Поэтому люди часто выбирают средства с низким уровнем SPF, не соответствующим ни фототипу кожи, ни силе УФ-излучения. На самом деле грамотно защищенная кожа загорает более качественно: постепенность обеспечивает не только красивый, но и стойкий загар.

Вывод: выбирайте защитное средство с SPF 30–50. А для красивого оттенка наносите масло помадного дерева, оно сделает вашу кожу увлажненной и сияющей.

2. НАНЕСЛИ СЛИШКОМ МАЛО

Неподходящая защита чревата печальными последствиями в виде ожогов, пигментных пятен, морщин, не говоря о повышении риска развития новообразований. Необходимый объем средства — 2 мг на квадрат-

ный сантиметр кожи. Это довольно много, поэтому обычно наносят вдвое, а то и втрое меньше.

Не жадничайте, наносите санскрин щедро, равномерно, не пропуская ни одного миллиметра кожи, включая зоны, скрытые купальником.

3. НАНЕСЛИ СЛИШКОМ ПОЗДНО

Пользуясь санскрином прямо на пляже, вы рискуете обгореть в первые же дни отпуска. По правилам, солнцезащитное средство надо применять за 20–30 минут до выхода на улицу. Даже если вы находитесь не на отдыхе, а в городе.

Равномерно распределите средство по коже и дайте ему впитаться, при необходимости нанесите еще один слой.

4. ЗАБЫЛИ ВОВРЕМЯ ОБНОВИТЬ ЗАЩИТУ

Находясь на открытом солнце, наносите средство каждые 2 часа. Такая периодичность обусловлена целым комплексом причин:

- защитный слой начинает стираться уже по дороге на пляж в результате трения об одежду, а затем смывается под воздействием пота, который интенсивнее выделяется на жаре, и воды — при купании;
- физические фильтры, призванные отражать солнечные лучи от поверхности кожи, стираются под воздействием песка и полотенец;
- и наконец, мы изначально наносим недостаточное количество средства (см. выше).

Чаще обновляйте SPF-защиту, когда находитесь на пляже и после каждого купания, даже если средство водостойкое.

5. ИСПОЛЬЗОВАЛИ СРЕДСТВО С ИСТЕКШИМ СРОКОМ ГОДНОСТИ

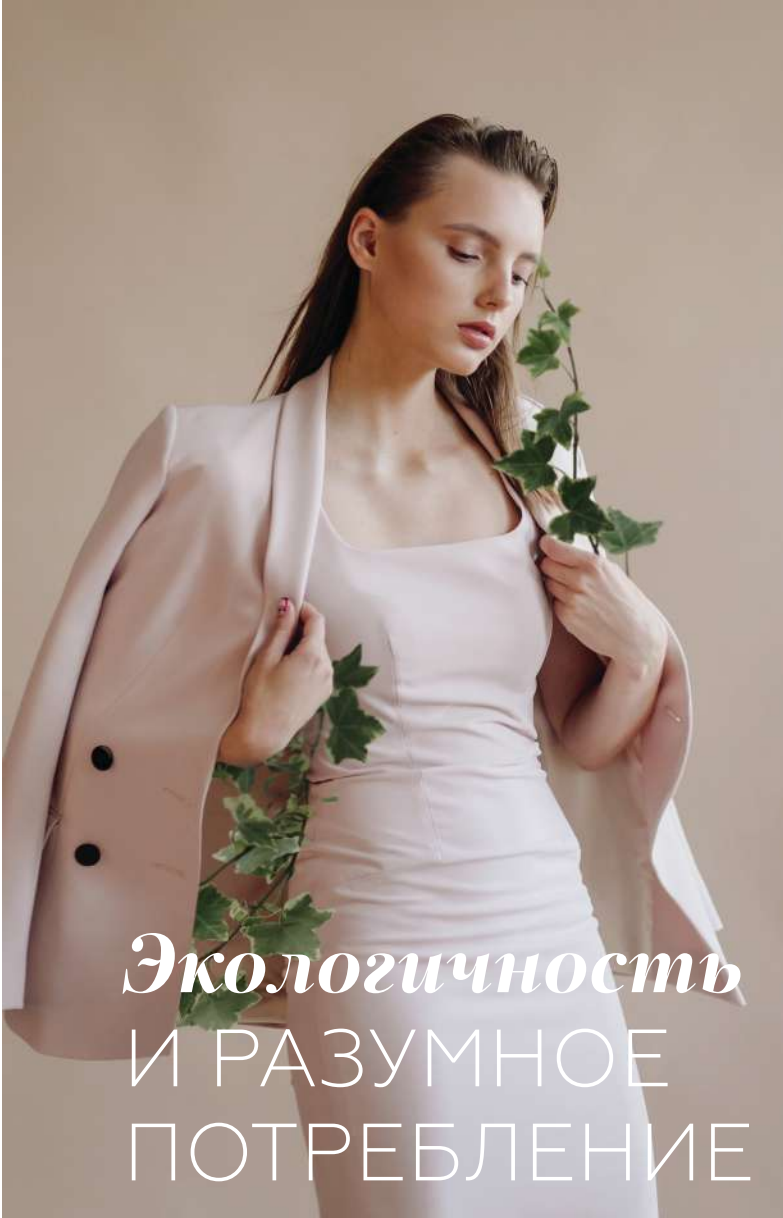
Здесь и объяснять нечего: как только срок годности, обозначенный на упаковке, закончится, косметический продукт надо выбрасывать. Кроме месяца и года на флаконе обычно указывают срок хранения средства после вскрытия упаковки. Его обозначение — изображение открытой баночки с числом месяцев. Поэтому не пользуйтесь одним и тем же кремом из года в год, покупайте новый перед каждой поездкой. Использование санскрина с вышедшим сроком годности чревато не только низким уровнем защиты, но и раздражением кожи.

6. НЕ СМЫВАЛИ СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЙ КРЕМ ПОСЛЕ ПЛЯЖА

Во-первых, это противоречит одному из основных правил ухода за кожей: очищать ее два раза в день. Во-вторых, солнцезащитное средство, которое уже выполнило свои функции, нужно с кожи удалить. А заодно смыть остатки соленой воды вместе с песчинками, потом и кожным салом. Во время пляжного отдыха отдавайте предпочтение мягким очищающим формулам, действующим деликатно, без риска пересушить кожу, которая и так страдает от активного солнечного излучения.

7. НЕ ПОЛЬЗУЕТЕСЬ СРЕДСТВОМ С SPF КАЖДЫЙ ДЕНЬ В ГОРОДЕ

Помните, что лучи типа А проникают сквозь стёкла и присутствуют в помещениях. Поэтому защиту лучше использовать всегда, вне зависимости от обстоятельств. Это очень хорошая привычка, которая довольно-таки быстро перестанет напрягать вас.



Экологичность И РАЗУМНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ

В ПРОШЛОМ НОМЕРЕ МЫ РАССКАЗЫВАЛИ О ТРЕХ ТРЕНДАХ, ГЛАВЕНСТВУЮЩИХ НА МОДНОМ РЫНКЕ. В ПРОДОЛЖЕНИЕ МАТЕРИАЛА В ЭТОМ ВЫПУСКЕ ПОГОВОРИМ О НЕ МЕНЕЕ АКТУАЛЬНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ В FASHION-СЕКТОРЕ – ЭКОЛОГИЧНОСТИ И РАЗУМНОМ ПОТРЕБЛЕНИИ.

В основе этих двух трендов лежит гуманность, любовь к окружающему миру и осознанность. Согласно исследованиям, ежегодно в мире производится около 100 миллиардов вещей, из них три пятых части оказывается в мусорке в тот же год. Натуральные ткани разлагаются 2–3 года, а синтетические — до двухсот лет. В течение этого времени они постепенно отравляют почву и грунтовые воды. Миллионы животных погибают, чтобы у очередной гламурной модницы появилась сумка из самого прочного, верхнего слоя кожи породистого тельца или шуба из благородного меха шиншиллы. За последние годы индустрия моды пересмотрела отношение к производству: многие цивилизованные бренды отказываются от использования натуральной кожи и меха и начинают переработку и вторичное использование материалов. Мы же, как потребители, также не можем бездействовать, и должны пересмотреть свои привычки:



ГАЛЯ ПЕТРОСЯН,
стилист, основатель студии
Стиля и шоу-рума DruGAYA.
Больше материалов автора
на сайте gaya-petrosyan.com
и в Телеграм-канале
[drugaya_style](https://t.me/drugaya_style)

1. Научиться проводить разбор уже имеющегося гардероба, чтобы получить больше различных сочетаний одежды.
2. Правильно ухаживать за одеждой и обувью: использовать неагрессивные чистящие и моющие средства; заменить утюг на отпариватель (утюг придавливает и сжигает мелкие частицы полотна, отчего оно садится и лоснится, когда как отпариватель пропускает струи пара в отверстия полотна, освежая, очищая и разглаживая его).
3. Подходить к покупке новых вещей осознанно: гораздо легче выбирать подходящие вещи, если вы точно знаете, какой крой, модели, фасоны и оттенки подходят к вашей внешности, — такие знания можно получить на консультации стилиста. Также, приобретая новую вещь, нужно заранее продумать, с чем вы будете ее сочетать, подходит ли она к вашему стилю жизни и будет ли востребована в вашем гардеробе.
4. Одежду в хорошем состоянии можно пожертвовать в детский дом, дом престарелых, благотворительный фонд или сдать ее в комиссионку и секонд-хенд.
5. Сдавать одежду на переработку. В России временно закрыли двери магазины H&M и Uniqlo, принимающие текстиль на переработку. Ждем их скорейшего открытия и введения подобных этических инициатив от отечественных ритейлеров.
6. Брать одежду в аренду. Если вы собираетесь на свадьбу/вечеринку и понимаете, что наряд может быть представлен свету только единожды, есть ли смысл тратиться и захламлять гардероб очередным коктейльным платьем?

Человеческая жизнь коротка, а ритм её очень быстрый. Пытаясь все успеть, часто мы не обращаем внимания на те вещи, которые действительно важны. Однако, возможно, сегодняшняя ситуация в мире и недоступность многих привычных нам материальных ресурсов, вещей и приятностей позволит взглянуть на мир иначе и осознать, что модное сегодня пребывание «в моменте» важно, но не больше, чем наш глобальный вклад и то, какой мы оставим планету после себя.





НАШ ПЛЯЖ



ДИАНА ФЁДОРОВА,
колумнист, блогер.
Ещё больше статей про бренды
российских дизайнеров, моду
и стиль в Telegram-канале
diana_fedorova888

Что за лето - ехать некуда и не в чем!
Спокойствие: российские бренды не оставят
нас без отпуска. Марки, выпускающие
крутые купальники, отыскала наш автор,
блогер Диана Федорова.

MY NUDE NYMPH

Каждый минималистичный купальник с неожиданными деталями My Nude Nymph назван в честь нимфы, вдохновившей на его создание, — Эглы, Майи, Электры, Кирены. Таким образом основатели марки выражают свое восхищение настоящей, разнообразной и совсем не мифической женской красотой.

ONE FOUR

Две сестры-близняшки Дарья и Марья создают модные купальники с принтами и в стиле ретро, украшенные бантами, лентами и обтянутыми тканью пуговицами. Купальники отлично дополняют стильные фотосессии с морских курортов.



LOVE GOODS LINGERIE

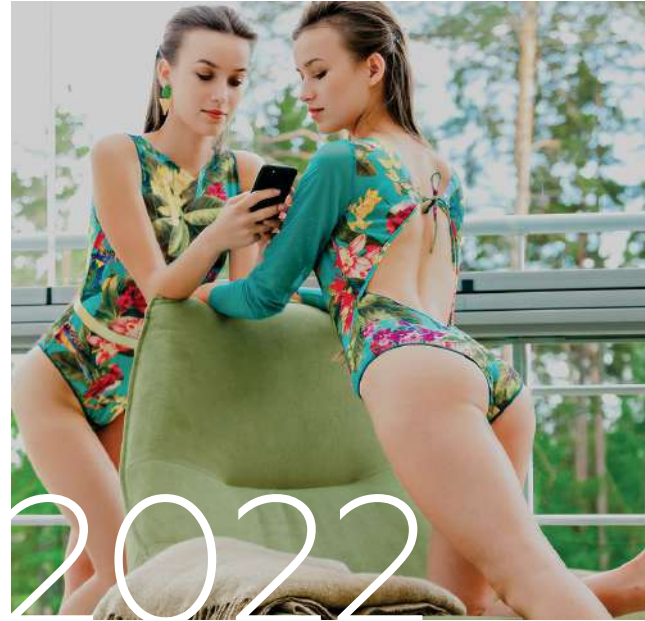
Главная концепция бренда — соблазнительный комфорт, когда кожу облегает приятная телу ткань, а фасон создает эффектные акценты в нужных местах. Также бренд создаёт купальники-трансформеры, которые можно носить разными способами.



SUMMER

RODASOLEIL

Самый инновационный летний вариант из нашей подборки — «умные купальники», пропускающие ультрафиолетовые лучи. Ткань купальника имеет защиту, примерно равную солнцезащитному крему с SPF30, но, тем не менее, загорать можно сквозь купальник. У бренда не только очень удобное и классное решение в плане функционала: дизайну и принтам купальников позавидуют знаменитые западные конкуренты.

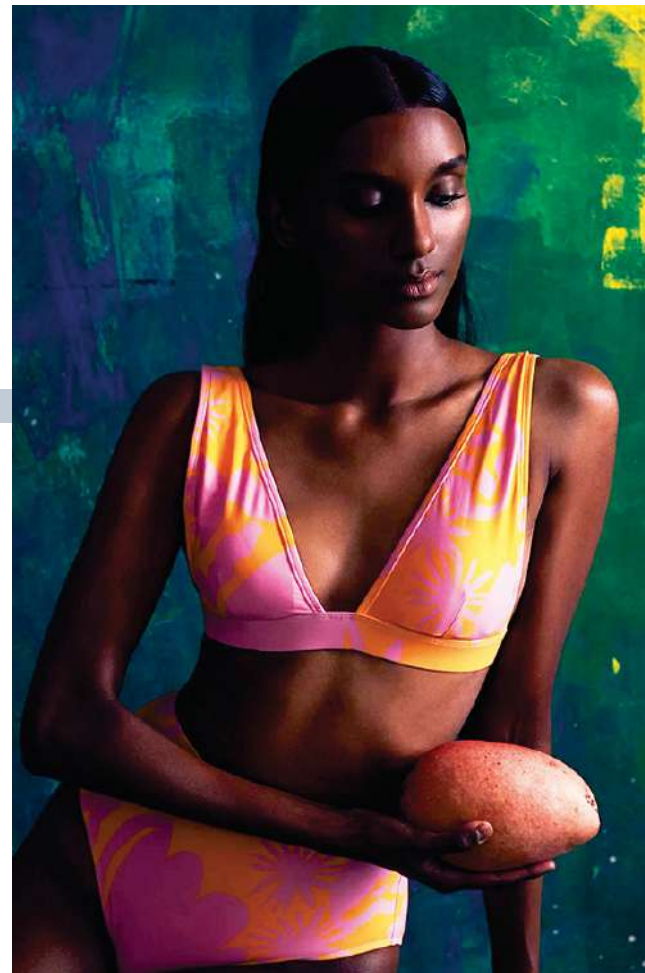


ПАЧЕ

«Паче» — это бренд лаконичного дизайна и очень широкой цветовой палитры. Одного голубого у них 5 оттенков! Это в первую очередь отражает идею бренда: вещи не акцентируют внимание на себе, а подчёркивают именно ваши достоинства.

OZERO SWIMWEAR

Каждое изделие Ozero Swimwear названо в честь озера — Байкала, Ладоги, Селигера и Неро в Ярославской области. Бренд поддерживает экологию и изготавливает купальники из переработанного пластика, выловленного из океана. Часть средств от продажи перечисляется в фонды поддержки чистоты Мирового океана.



Время расцвётла

Летом начинается новая жизнь: краски становятся ярче, улыбки шире, настроение – беззаботным и совсем не рабочим. Всё расцветает, и даже отражение в зеркале становится другим – потому что это время наполняет нас особым вдохновением и энергией. Красота наших героинь и прелесть цветущих садов – в великолепном тандеме в летнем фотопроекте!



Прическа и макияж:
Юлиана Букалова
vk.com/julibumuah71

Организация: Пшокина Ирина vk.com/igen_mirra, Фотограф: Анастасия Грекова vk.com/coldnesss

Инна Филина

руководитель школы
танцев Dance Fit

Прическа и макияж:
Яна Трушина
vk.com/yanatrushina71

Надежда Фокина

врач-косметолог, трихолог
клиники эстетической медицины
Елены Черных



Вера Рыбалкина

эксперт по косметике
Клиники Комаровой



Валентина Литвиненко

владелица мультибрендовых
салонов «Валентина»

Прическа и макияж:
Яна Трушина
vk.com/yanatrushina71,

Благодарим магазин одежды
Serginetti пр.Ленина, 54
за предоставленный образ
героини

Организация: Ирина Пшонкина vk.com/irep_mirra, Фотограф: Анастасия Грекова vk.com/coldness

Светлана Савина

основатель «Компьютерной
Академии РУБИКОН»

Прическа и макияж:
Юлиана Букалова
vk.com/julibumuh71



Ирина Тучина

врач-дерматолог, косметолог

Организация, стиль: Ирина Пшонкина vk.com/irep_miga, Фотограф: Анастасия Прекова vk.com/coldfiness

Прическа и макияж:
Светлана Елисеева
vk.com/make_up_tula777790

Анна Титова

директор турагентства SunDali

Организация: Ирина Пшонкина vk.com/irep_mirra, Фотограф: Анастасия Трекова vk.com/coldness

Дышать красиво

В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ «СТАЛО МОДНЫМ» ТЩАТЕЛЬНО СЛЕДИТЬ ЗА СОБОЙ. ДА, СЕЙЧАС ВСЕ ПРИНИМАЮТ ЕСТЕСТВЕННУЮ КРАСОТУ И БОРЮТСЯ ЗА НАТУРАЛЬНОСТЬ, НО ЧТО ЕСЛИ РЕЧЬ ИДЕТ О ДЕФЕКТАХ ВНЕШНОСТИ, КОТОРЫЕ НЕВОЗМОЖНО ПРИНЯТЬ? ИЛИ КОТОРЫЕ МЕШАЮТ СПОКОЙНО И ЛЕГКО ЖИТЬ? МАЛО КТО ЗНАЕТ, ЧТО В SEN-CLINIC РАБОТАЕТ ОДИН ИЗ ЛУЧШИХ ПЛАСТИЧЕСКИХ И ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВЫХ ХИРУРГОВ – ИСПИРЯН ДАВИТ ХАЧИКОВИЧ. ТАКЖЕ ОН ПРИНИМАЕТ В МОСКВЕ В КЛИНИКЕ «МОСИТАЛМЕД ЗДОРОВЬЕ».

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

– Хотелось бы подробнее про пластику носа. Что же такое ринопластика?

– Это хирургическая операция, которая направлена на изменение формы носа. Чаще всего она вызвана эстетическими потребностями, когда человеку хочется уменьшить нос: укоротить длину носа, сузить кончик и ширину спинки, то есть сделать все более красивым и гармоничным. Но ринопластика также подразумевает устранение и функциональных недостатков. В любом случае, какие бы ни были причины, перед каждой операцией мы всегда делаем полную предоперационную диагностику: основное – компьютерную томографию костей носа и околоносовых пазух. Это рентгеновское исследование в трех плоскостях наглядно показывает все проблемы, связанные с носом, как прямые, так и косвенные. Поэтому даже когда проводится просто эстетическая ринопластика, она делается с учетом имеющихся проблем, о которых, возможно, пациент даже не догадывался раньше. То есть он приходит в клинику с эстетической неудовлетворенностью, а после диагностики обнаруживаются еще и функциональные несоответствия. И мы обязаны за одну операцию устранить все функциональные проблемы, а также и эстетические.

– Чем грозит человеку (взрослым и детям) нарушение правильной структуры носа?

– Нарушением функции дыхания. Когда человек дышит свободно, то определенное количество кислорода через решетчатые пазухи попадает в головной мозг, что обеспечивает полноценную эффективность работы мозга. Если же происходит недостаток кислорода, то качество жизни значительно снижается: человек чувствует общую слабость, быстро устает, не восстанавливается и ощущает себя абсолютно разбитым и больным.

– Одна из ваших пациенток сказала, что лишь после встречи с вами она поняла, что такое дышать носом. Можете рассказать об этом подробнее?

– Да, это действительно непростой случай. У пациентки был врожденный дефект носовой перегородки – с детства не могла нормально дышать. Она уже обращалась к врачам за помо-

щью, но стало только хуже. После двух неудачных вмешательств добавились постоянные головные боли, нос изменил форму, перегородка искривилась еще больше, дышать можно было только ртом. Она обратилась к нам. По результатам диагностики стало ясно, что ткань перегородки, отвечающей за носовое дыхание, почти полностью отсутствует. В итоге была проведена операция по реконструкции хрящевой ткани перегородки.

– Можно ли делать ринопластику детям?

– Дети у нас считаются до пятнадцати лет, и у них бывают либо врожденные дефекты – пороки развития на генетическом уровне, либо приобретенные из-за травмы. Врожденные функциональные нарушения, безусловно, нужно исправлять ринопластикой. Поскольку ребенок иначе не сможет учиться, играть, заниматься спортом – спать постоянно будет хотеть. Кроме того, когда кислород в полном объеме не поступает в мозг, есть риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний – сердце ведь работает с двойной нагрузкой. Так что тянуть здесь нельзя. Вообще, давайте разберемся в терминах: если мы исправляем наружный нос, то это ринопластика, а если исправляем носовую перегородку, чаще поврежденную вследствие удара, то это септопластика. И ее тоже надо делать не откладывая. А вот если же разговор идет только об эстетике, то нет – ребенку она противопоказана.

– Как правильно восстанавливаться после операции? Сколько времени обычно занимает восстановление?

– Ношение гипсовой повязки от семи до четырнадцати дней – у кого как. Отеки уже сходят где-то к десятому дню. Так что за две недели отпуска вполне можно успеть. И я всегда предупреждаю пациентов, чтобы они не паниковали, когда снимают гипс и видят значительный отек – это физиологическая реакция организма, ответ на наше вмешательство, и это абсолютно нормально. Для того, чтобы он ушел как можно скорее, как правило, пациенты в период реабилитации посещают косметологические процедуры в клинике – микротоки, плазмолифтинг и т.д. Но в принципе, промежуточный результат можно оценивать не раньше, чем через три-четыре месяца после операции. И лишь через

год – финальный, когда от отека уже и следа не остается.

– На чем еще Вы специализируетесь?

Кроме реконструктивных операций и коррекций дефектов лица и шеи немаловажную роль имеет эстетика. Потому что лицо невозможно скрыть под одеждой.

В сочетании отличной команды и оборудования в SEN-clinic мы занимаемся коррекцией век, ушных раковин, мягких тканей лица и шеи.



г. Тула, ул. Тимирязева, 97
+7 (906) 623-15-25

г. Тула, Красноармейский пр., 34
+7 (4872) 58-81-96

sen-clinic.ru



Легкий путь к красивому телу

Говорят, аппарат Emsculpt делает «кубики» пресса и заменяет зал: это действительно так? Спросили у врача-косметолога Веры Николаевны Комаровой.

Кто отказался бы от «волшебной таблетки», благодаря которой можно получить тело мечты? Поэтому сегодня так популярны аппаратные методики, которые приводят тело в форму, пока вы лежите на кушетке специалиста. Нам стало интересно, как работает аппарат Emsculpt, который в сети называют настоящим чудом. В теории он обещает «кубики» пресса и подтяжку даже самых проблемных зон. И это без диеты и спорта. А как на практике?

– Вера Николаевна, что такое Emsculpt?

– Emsculpt — процедура для быстрой коррекции тела без физических нагрузок. После курса процедур фигура становится подтянутой, мышцы прокачанными, а подкожно-жировая клетчатка делается тоньше за счет увеличения процесса расщепления жира. Сразу подчеркну важный момент: большинство людей, мечтающих убрать жир на животе, имеют висцеральное ожирение (жир находится под брюшиной, вокруг внутренних органов). Emsculpt уменьшает и его тоже.

– Действительно ли Emsculpt может заменить спорт?

– Emsculpt — альтернатива тренажерному залу. Она особенно подходит тем, кто не хочет или по состоянию здоровья не может посещать тренажерный зал, но хочет иметь подтянутую фигуру. Учитывайте, что локальное воздействие не повлияет на уровень метаболических процессов в организме, на биохимические показатели здоровья. Поэтому правильное питание и активный образ жизни будут способствовать длительному и выраженному эффекту от процедуры.

Также могу порекомендовать аппарат Emsculpt спортивным людям, которые хотят усилить эффект от занятий спортом.

– Как проводится процедура?

– Сеанс длится 30 минут и проходит комфортно. В основе процедуры лежит технология воздействия высокоинтенсивным сфокусированным электромагнитным полем — HIFEM (High-Intensity Focused Electro-Magnetic). Оно вызывает 20 000 непроизвольных сокращений мышц за 1 процедуру. Изначально такие процедуры проводились только для ягодич, потом появились насадки для живота, а сейчас есть аппликаторы для бицепсов и трицепсов.

ИДЕАЛЬНЫЙ
ПРЕСС БЕЗ
ИЗНУРЯЮЩИХ
ТРЕНИРОВОК

ПРОЦЕДУРА НА АППАРАТЕ EMSCULPT®

ОДНОВРЕМЕННО
СЖИГАЕТ ЖИРОВЫЕ
ОТЛОЖЕНИЯ
И НАРАЩИВАЕТ
МЫШЦЫ

30 минут интенсивного
сеанса вместо
недели в спортзале

Получите рельефное
тело уже после первой
процедуры, стойкий
результат всего
за 4 сеанса

Пресс вашей мечты,
упругие бедра
и ягодицы

Революция
в области
коррекции
фигуры

☼ клиника комаровой

ул. Демонстрации, 137
+7 (4872) 57-30-07
kvk-cosmetic.ru

СУПЕР-КОМПЛЕКС



X-WAVE™



LYMPHASTIM

ПРОТИВ ОТЁКОВ
И ЦЕЛЛЮЛИТА

ВОЗМОЖНО ЛИ СДЕЛАТЬ ТЕЛО СТРОЙНЫМ БЕЗ ИЗНУРЯЮЩИХ ТРЕНИРОВОК? А ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НЕНАВИСТНОГО ЦЕЛЛЮЛИТА ЛЕГКО И БЕЗБОЛЕЗНЕННО? МЕЧТЫ О БЕЗУПРЕЧНОЙ ФИГУРЕ ИСПОЛНЯЮТСЯ В КЛИНИКЕ ЕЛЕНЫ ЧЕРНЫХ!

ИП Черных Е. В. Лиц. ЛО 71-01-001983 от 22 октября 2018 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ВЛЮБИТЕСЬ В СВОЕ ТЕЛО ЗАНОВО

ИННОВАЦИОННОЕ СОЧЕТАНИЕ
УДАРНО-ВОЛНОВОЙ ТЕРАПИИ X-WAVE И
ЛИМФОДРЕНАЖНОЙ ПРЕССОТЕРАПИИ
LYMPHASTIM ОТ ПРИЗНАННОГО АНГЛИЙСКОГО
БРЕНДА VTL ТЕПЕРЬ В КЛИНИКЕ ЧЕРНЫХ!

ВСЕГО 6 ПРОЦЕДУР ДЛЯ ОШЕЛОМЛЯЮЩЕГО РЕЗУЛЬТАТА!

- ☑ УМЕНЬШЕНИЕ ОТЕКОВ,
ПОВЫШЕНИЕ ТОНУСА КОЖИ
- ☑ УМЕНЬШЕНИЕ ЦЕЛЛЮЛИТА
И СТИМУЛЯЦИЯ ВЫРАБОТКИ
КОЛЛАГЕНА
- ☑ ПОВЫШЕНИЕ
ЭЛАСТИЧНОСТИ,
УПРУГОСТИ КОЖИ
- ☑ УМЕНЬШЕНИЕ ЖИРОВЫХ
ОТЛОЖЕНИЙ,
СОКРАЩЕНИЕ
ОБЪЕМОВ ТЕЛА

Эффективность
доказана клинически.
Акустические
волны низких частот
разбивают фиброз,
который дает
видимую неровность
кожи и лежит в
основе целлюлита,
а прессотерапия
стимулирует
лимфатическую
систему и выводит
лишнюю жидкость и
токсины из организма.

МЕТОДИКИ ПОДХОДЯТ
ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА,
ДЛЯ ЛЮБОГО ТИПА КОЖИ
И ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА

КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Елены Черных

8 960 602 85 13
Тула, ул. Шевченко, 5
📍 drelenachernykh
🌐 chernykh.clinic

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



Гид по питанию и качеству жизни

НУТРИЦИОЛОГИЯ – МОДНАЯ СЕЙЧАС ТЕМА, ПРИЧЕМ ЧАЩЕ ВСЕГО ЕЕ УПОМИНАЮТ В СВЯЗКЕ С ФИТНЕСОМ. НО СНИЖЕНИЕ ВЕСА – ЛИШЬ ОДИН ИЗ БОНУСОВ, КОТОРЫЕ ДАЕТ КОРРЕКЦИЯ ПИТАНИЯ И ВОСПОЛНЕНИЕ ДЕФИЦИТОВ. ЧЕГО МЫ НЕ ЗНАЕМ О НУТРИЦИОЛОГИИ, А ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ, – РАССКАЗЫВАЕТ ИРИНА ГРИДАСОВА.



ИРИНА ГРИДАСОВА,
врач-косметолог, нутрициолог,
основатель центра эстетической
медицины «Талисия»

– Ирина Евгеньевна, почему нутрициология – не модный тренд, а необходимость для здоровой жизни?

– Нутрициолог нужен тем, кто внимателен к себе, своему здоровью и хочет сохранить его надолго. За счет внимательного отношения к дефицитам и подбору персонального рациона он помогает предупредить многие патологии, купировать их на самой начальной стадии.

Когда мы сдаем анализы, по всем показателям есть верхняя и нижняя граница нормы. Если результаты находятся в пограничной зоне, но не переходят ее, лечить здесь пока нечего – но повод для волнения уже есть. На этом этапе болезни еще можно предупредить, остановить, если с помощью нутрициолога заняться своим питанием, изменить пищевые привычки.

– От каких дефицитов чаще всего страдает современный человек, но не всегда знает об этом?

– Не открою секрета: это дефициты, о которых сейчас много говорят и которые выявляются у многих, – витамина Д и ферритина. Эти микроэлементы нужно проверять обязательно, а по остальным дефицитам – смотреть симптоматику и назначать дополнительные анализы. Многие дефициты нутрициолог может предположить по внешнему виду пациента, состоянию его кожи, волос, слизистых, по его жалобам.

– Правда, что нутрициолог всегда назначает БАДы?

– Не обязательно. С БАДами многие дефициты восполнить легче и быстрее, чем просто продуктами. Но если человек готов серьезно работать над своим питанием, выбирать только качественные продукты, следить за их составом, – всё можно откорректировать и без добавок.

– Если все хорошо, нет проблем с самочувствием, внешностью – нутрициолог нужен?

– Нутрициология нужна как раз тогда, когда еще нет особых проблем. Ничего не болит, не беспокоит – но, например, вы чуть быстрее устаете, чем раньше. Или женщина немного раздражена и списывает это на ПМС. Это же не болезнь, к врачу с ней не пойдешь. А к нутрициологу – можно и нужно. Многие состояния можно исправить, всего лишь скорректировав питание. Например, можно жить без ПМС, если наладить детокс печени. Можно по анализам посмотреть, почему снизился тонус кожи или откуда взялась быстрая утомляемость, – и «исправить» это.

Правильный подход к рациону меняет жизнь – наполняет энергией, повышает выносливость, улучшает качество кожи, волос, ногтей.

Без нутрициолога можно жить – но с ним жить гораздо приятнее.



ТАЛИСИЯ®

центр эстетической медицины

Время любви к себе!

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

🌐 www.talisiya-tula.ru
🖱 [talisiyatula](https://www.instagram.com/talisiyatula)

☎ +7-967-431-75-53
☎ +7 (4872) 52-12-23



Прическа и макияж: Юлиана Бужалова vk.com/ulivshiyul71

Лучший друг девушек

ЧТОБЫ В 50 ЛЕТ ВЫГЛЯДЕТЬ ВДВОЕ МОЛОЖЕ, НАЧИНАТЬ РАБОТАТЬ НАД ЭТИМ НАДО УЖЕ В 25. БЕЗ ШУТОК: ЛУЧШЕ КАК МОЖНО РАНЬШЕ ПОДРУЖИТЬСЯ С КОСМЕТОЛОГОМ, ЧТОБЫ ПОТОМ КАК МОЖНО ДОЛЬШЕ ОСТАВАТЬСЯ МОЛОДОЙ. ПРЯМО СЕЙЧАС ПОСМОТРИТЕ НА СЕБЯ В ЗЕРКАЛО И СВЕРЬТЕСЬ С ЧЕК-ЛИСТОМ, КОТОРЫЙ СОСТАВИЛА ДЛЯ ВАС ВРАЧ-КОСМЕТОЛОГ ИРИНА ТУЧИНА.



Ирина Тучина,
врач-дерматолог
+7-910-588-33-30

1. СУХОСТЬ КОЖИ

Стянутость, шелушение, дискомфорт – если вы все это видите и чувствуете, значит, коже не хватает влаги. Сухость кожи – первый шаг к тому, что скоро на ней образуются морщинки, заломы. Борьбу надо начинать сразу! Во-первых, нужен качественный домашний уход. Тут важно как качество самой косметики (предпочтительна профессиональная, подобранная для вас косметологом), так и регулярность. Ежедневно – очищение, тонизация, увлажнение.

И приходите знакомиться с косметологом, если раньше никогда у него не были. При сухости кожи вам показаны процедуры для ее увлажнения – например, инъекции «коктейлями», которые дают коже влагу и способность ее удерживать. Чем раньше вы начнете, тем дольше не столкнетесь с возрастными изменениями.

2. ПЕРВЫЕ МОРЩИНЫ

Всё индивидуально: у кого-то они сначала образуются на коже вокруг глаз, у других первыми появляются носогубные складки или морщины на лбу. Если проблема уже есть (даже если вам всего 25) – срочно к косметологу на консультацию!

Для борьбы с первыми признаками возраста есть целый арсенал методик – термолифтинг, RF-лифтинг, лазерные процедуры. Они заставляют кожу работать, активизируют в ней процессы выработки собственных клеток. В случаях, когда появление морщин обусловлено работой мышц, эффективны инъекции ботулотоксина.

3. ПРОВИСАНИЕ КОЖИ, БРЫЛИ, РАСПЛЫВШИЙСЯ ОВАЛ ЛИЦА

С этим женщины сталкиваются, как правило, после 30-35 лет. Если овал «поплыл», домашними процедурами проблему уже не решить. Косметолог разработает индивидуальный протокол для решения конкретно вашей проблемы.

Начать можно с аппаратных процедур, которые стимулируют процессы выработки собственных клеток молодости. Инъекции различных коктейлей гиалуроновой кислоты также запускают эти процессы и долгое время их поддерживают. Пилинги улучшают внешний вид кожи и устраняют пигментацию. А «зафиксировать» результат помогают ботокс и филлеры там, где они необходимы: это может быть легкая коррекция формы губ, скул, углов нижней челюсти.

Профессиональный уход и антивозрастные методики дают коже дополнительный ресурс: без них она истощает свои запасы влаги, коллагена и эластина, работает на пределе – и стареет. Процедуры позволяют регулярно пополнять эти ресурсы – восстанавливать уровень влаги и выработку собственных клеток молодости, защищать от УФ-воздействия снаружи и изнутри. Благодаря такой поддержке кожа в любом возрасте будет работать в «режиме молодости», останется свежей, напитанной, упругой и подтянутой.

Косметолог поможет предупредить возрастные изменения, устранить те факторы, которые приводят к старению кожи, чтобы вы как можно дольше радовались своему отражению в зеркале. Так что лучшим другом девушек должен быть не бриллиант, а косметолог. Обращайтесь – уверена, мы подругимся!

Организация, стиль: Ирина Пшонкина vk.com/irep_mirra, Фотограф: Анастасия Грекова vk.com/coldness

ПОРЯДОК НА ЛИЦЕ

Высыпания на коже всегда свидетельствуют о том, что в организме что-то идет не так. Это не банальные прыщи, а проблема, которую нужно решать комплексно, снаружи и изнутри. Но мы чаще всего идем к косметологу на чистку, которая в тяжелых случаях зачастую противопоказана. Как бороться с акне, что можно делать, а чего нельзя, — рассказывает врач-косметолог Елена Черных.



ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ,
врач-косметолог,
основатель клиники
эстетической медицины

Акне — это хроническое воспалительное заболевание кожи. Проявляется оно открытыми или закрытыми комедонами, папулами, пустулами — тем, что пациенты называют прыщами и угрями. С акне люди часто сталкиваются в юношеском возрасте и без правильного лечения несут эту болезнь с собой через годы. Пьют антибиотики, ищут клеща, ходят на пилинги, мажутся «болтушками». Это превращается в безрезультатный круговорот, в котором человек теряет веру в косметологию.

Наводить порядок на лице и в организме необходимо у врача в медицинской клинике, а не в салоне красоты или дома с помощью лайфхаков из интернета — такие методы могут еще больше навредить.

ЧТО МОЖНО И НУЖНО ДЕЛАТЬ ПРИ АКНЕ?

- Если акне уже есть — сдать анализы. Грамотный врач всегда начинает с этого этапа, чтобы выявить причину и назначить внутреннее и наружное лечение согласно клиническим рекомендациям.
- Разобраться с врачом и при необходимости скорректировать домашний уход. К появлению комедонов может привести использование некачественной косметики, содержащей много липидов или неправильно подобранной под тип кожи.
- Качественно очищать кожу, тщательно умываться, обязательно снимать косметику на ночь.
- Обратить внимание на питание. Одна из причин акне — несбалансированный рацион, избыток сладкого и жирного и дефицит витаминов и микроэлементов.

А ЧТО НЕЛЬЗЯ?

- Делать чистки лица при воспалениях. А ведь именно с чистки в основном начинают лечить проблемную кожу, тем самым только усугубляя ситуацию. Сначала назначается дерматологическое лечение, и только после, на определенном этапе, подключаются пилинги, лечебная мезотерапия и другие процедуры для выравнивания рельефа кожи.
- Принимать оральные контрацептивы как лекарства от акне. КОКи не лечат акне и розацеа, а калечат вашу кожу и печень. В нашей практике эти препараты применяют лишь в 1,5% случаев, и только по строгим показаниям.
- Затягивать с лечением. Жирность кожи лица, тела, головы — повод посетить врача-дерматолога. Это признак нездоровья организма.

ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ АКНЕ ПРЕЖДЕ ВСЕГО НУЖНО НАЙТИ ГРАМОТНОГО КОСМЕТОЛОГА, КОТОРЫЙ НЕ БУДЕТ ГОНЯТЬ ВАС НА БЕСКОНЕЧНЫЕ ЧИСТКИ, А СОСТАВИТ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОТОКОЛ ЛЕЧЕНИЯ. И ПЕРВЫМ ДЕЛОМ НАПРАВИТ ВАС НА АНАЛИЗЫ, ЧТОБЫ ДЕЙСТВОВАТЬ НАВЕРНЯКА, А НЕ МЕТОДОМ ПРОБ И ОШИБОК.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

15 лет заботимся о вашем здоровье



В ЭТОМ ГОДУ ИСПОЛНЯЕТСЯ 15 ЛЕТ ГК «ЭКСПЕРТ» – ОДНОЙ ИЗ КРУПНЕЙШИХ МЕДИЦИНСКИХ СЕТЕЙ РОССИИ. 41 ГОРОД, 15 КЛИНИК, 47 ДИАГНОСТИЧЕСКИХ ЦЕНТРОВ, ПЕРЕДОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ПРОФЕССИОНАЛЫ ВЫСОКОГО КЛАССА – МАСШТАБЫ И УРОВЕНЬ ВПЕЧАТЛЯЮТ! О ДОСТИЖЕНИЯХ И ПЛАНАХ, КРУГЛОСУТОЧНОЙ РАБОТЕ И РАСШИРЕНИИ МЫ ГОВОРИМ С ИЛИАНОЙ МАРИНОЙ, КОТОРАЯ СЕГОДНЯ РУКОВОДИТ НЕ ТОЛЬКО ТУЛЬСКОЙ КЛИНИКОЙ, НО И ОТДЕЛЕНИЯМИ В ОРЛЕ И НА ДАЛЬНЕМ ВОСТОКЕ.

– Илиана, как менялась и росла компания за время Вашей работы здесь? Какие изменения Вы считаете самыми важными? И к каким из них Вы причастны лично?

– В компанию я пришла 7,5 лет назад – ровно половина пути пройдена совместно. За эти годы ГК «Эксперт» сильно выросла, причём как в объёмах и масштабах бизнеса, так и в качественном уровне. Я приходила на работу в медицинскую компанию, которая развивалась преимущественно в направлении лучевой диагностики, а за последние 5 лет мы приросли в клиниках и стационарах. Открыли центры за рубежом – в Армении и Узбекистане. Выстроили матричную систему управления, выделив стратегические бизнес-направления и центры компетенций в медицине.

– Какое положение ГК «Эксперт» занимает на рынке медицинских услуг в стране сегодня?

– По оценке независимого финансово-экономического издания Forbes мы вошли в список 20 крупнейших российских медицинских компаний.

Стоит отметить, что наша компания вошла в десятку лидеров и была отмечена сразу в двух категориях. Почетное второе место и условное серебро мы получили за количество принятых пациентов, оказав услуги 1 690 731 пациенту в 43 центрах МРТ и КТ-диагностики, а также в 15 многопрофильных клиниках разных регионов, и продемонстрировав уверенный рост по этому показателю. Вторым критерием для личного зачета стал объем выручки: по нему мы завоевали 9 место, с приростом в 25%.

Также мы являемся обладателями премий «Тульский Бренд», а также премии «Клиника года», проводимой изданием «Комсомольская правда» в номинации «Лучшая клиника для всей семьи».

Мы гордимся высокими результатами и благодарим всех, кто причастен к успеху нашей компании! Безусловное спасибо всем нашим сотрудникам за неустанный труд, а пациентам и партнерам – за оказанное доверие.

– Вы сейчас руководите клиниками в нескольких регионах. Клиники «Эксперт» в них – разные? К каким результатам Вы стремитесь привести каждую из них?

– Да, в моем управлении – медицинские учреждения разного формата. В Туле это полномасштабный клинично-диагностический центр для взрослых и детей. Клиника пользуется успехом и востребована. Мы четко понимаем, что скоро приблизимся к максимальной загрузке, поэтому сейчас ключевая задача – нарастить мощности, открыв второй корпус. Качество наших описаний МРТ настолько востребовано, что мы уже перешли в режим круглосуточной работы.

В Орле и на Дальнем Востоке я управляю моно МРТ-центрами. Передо мной стоит задача дополнить их другими видами диагностики и приемами узких специалистов.

– В Туле «Эксперт» из МРТ-центра вырос в многопрофильную клинику. Такой курс на реформатирование реализуется по всей стране?

– Мы не ставим себе задачу тотального переформатирования. К смене формата подходим очень взвешенно: оцениваем потенциал и потребности рынка, нашу представленность, наличие на территории команды и ее амбициозность.

Тульский центр стал первым в сети ГК «Эксперт»: мы проработали почти 10 лет как клиника МРТ до того, как открыли большую поликлинику. И спустя еще 5 лет понимаем, что нуждаемся в укрупнении, поэтому дооснащаем себя дополнительной диагностикой и стационаром с хирургией во втором корпусе.

– Что обеспечивает компании такой динамичный рост и настолько впечатляющее развитие? Наверное, многие бы хотели так же, а у ГК «Эксперт» это получается круто – за счёт чего?

– Главные «двигатели» – понятная стратегия развития, сильная команда, четко декомпозированные и сбалансированные цели и задачи, системная работа, прозрачная мотивация и ответственность каждого из членов команды. Мы активно внедряем проектную работу, у нас мощный проектный офис, который поддерживает нас в развитии.

Когда я говорю про сильную амбициозную команду, то говорю и про всех в целом, и про каждого в частности. Безусловно, выстроить и управлять медицинским бизнесом без команды менеджеров невозможно. Мои герои в Туле – это главный врач клиники Вадим Русаков и его заместители Роман Нижник, Александр Самошенков, Сергей Попов, Юлия Епимахова; мои заместители Ольга Лейман и Оксана Колмыкова, региональный маркетолог Анастасия Козина.

– Какими уникальными преимуществами отличаются клиники «Эксперт»? За что вас выбирают пациенты?

– Безусловно, это оснащенность, профессионализм, спектр услуг. Но не менее важными нашими сильными сторонами являются забота и человечность. Это наши главные ценности в отношении к пациентам, они даже прописаны в Кодексе сотрудника ГК «Эксперт». Это корпоративная культура, она во всем – от отбора и обучения сотрудников до построения бизнес-процессов.

– 15 лет пройдено – что дальше? В каком направлении будет двигаться компания? Что нового появится в тульской клинике?

– Планы – сделать бизнес ещё более масштабным, эффективным, цифровизованным. Тулу ждёт открытие второго корпуса, расширение в сторону диагностики и хирургии, новые методы лечения и диагностики.

Меня лично ждёт расширение функционала: в управлении появится новая территория и новый формат – госпиталь: 8000 квадратных метров, с огромными диагностическим и поликлиническим блоками и развёрнутой хирургией.

Уверена, что все получится. За 15 лет пройден огромный путь, накоплен бесценный опыт, сформированы сильные команды по всей стране. И у нас есть главное – доверие пациентов. С таким активом любые цели реальны и достижимы.



Слева на право:
Самошенков А.Г., Русаков В.В.
Лейман О.А., Нижник Р. Г.



Кузнецов Д.В. и Кулик Я.В.

КЛИНИКА ЭКСПЕРТ

Тула, ул. Болдина, 74.
+7 (4872) 700-006 | mrtexpert.ru

СТРОЙНОСТЬ В ГОЛОВЕ = *стройность в теле*

О том, почему вы никогда не похудеете и не будете свободны от еды, если не проработаете своё мышление, мы поговорили с клиническим психологом Андрияничевой Майей.



Клинический психолог
Андрияничева Майя
☎ +7 (950) 919-19-81

– Майя, чем помогает психотерапия в работе с лишним весом?

– Если у вас есть цель привести себя в форму, начать нужно с работы с мышлением. Многие отмечают, что раньше им не удавалось похудеть на долгое время, так как большинство методов по снижению веса не принимают в расчёт работу с психикой.

Полнота не появляется просто так и не является виной человека, но только на нем лежит ответственность по работе над изменениями. Продолжая вести прежний образ жизни, люди уговаривают себя, что их это вполне устраи-

вает, хотя весы и сантиметр показывают, что они страдают избыточным весом.

– С чего же тогда лучше начать?

– Сначала необходимо понять для себя, к чему человек хочет прийти, реальна ли эта мечта. В работе со специалистом он учится справляться со стрессами и негативными эмоциями конструктивными способами.

Это возможно при грамотной и системной организации психотерапевтической работы, помогая освободиться от стереотипов, которые лишают выбора и подталкивают действовать по шаблону.

– Что включают в себя консультации с психологом по работе с лишним весом?

– Когнитивно-поведенческая терапия позволяет корректировать неосознанные установки клиента относительно себя и своих привычек. Он воспринимает их как истину в последней инстанции, а в действительности они сильно искажены. Такие установки становятся источником болезненных эмоций, заедания и саморазрушения.

СПЕЦИАЛИСТ НЕ УЧИТ КЛИЕНТА, КАК ЕМУ НАДО ДУМАТЬ. ОНИ ВМЕСТЕ РАЗБИРАЮТ ТИП МЫШЛЕНИЯ КЛИЕНТА И ТО, ЧТО МЕШАЕТ ЕМУ ВЕСТИ СЕБЯ ИНАЧЕ. КЛИЕНТУ ПРЕДСТОИТ МНОГО ДУМАТЬ И АНАЛИЗИРОВАТЬ НЕ ТОЛЬКО НА СЕССИЯХ, НО И МЕЖДУ НИМИ, ТОГДА РЕЗУЛЬТАТЫ НЕ ЗАСТАВЯТ СЕБЯ ЖДАТЬ.

– Это значит, что психотерапия заменит спорт и работу с диетологом?

– Ни в коем случае, наоборот, обычно клиенты во время или после психотерапии выбирают себе свои направления в спорте и регулярный медицинский мониторинг, не пуская свой путь на самотёк.

Как показывает практика, самостоятельно это проработать невозможно, так как сложно поменять привычки, которые вы приобрели, и постепенно привели к тому, что вы имеете (будь то скачки в виде снижения/набора веса или отсутствие результата вовсе).

Совсем скоро мы совместно с врачом эндокринологом-диетологом запустим свой проект по снижению веса для тех, кому важно проработать всё грамотно и результативно. Все подробности обязательно будут в моей группе во ВКонтакте.

Будьте здоровы и присоединяйтесь, чтобы ваша жизнь заиграла новыми яркими красками.



КОГДА НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К ВРАЧУ ПРИ ЗАЛОЖЕННОСТИ НОСА?



**ЗАЛЫГАЕВ МИХАИЛ
БОРИСОВИЧ**
отоларинголог, отохирург,
врач высшей категории

С таким симптомом сталкивались абсолютно все, а кто-то даже страдает от заложенности носа постоянно. Рассказываем, когда пора бежать к врачу, и где можно записаться на прием выгодно. Помочь решить проблему вам может Михаил Залыгаев, один из самых опытных отоларингологов в Тульской области. За 27 лет работы по данному направлению он помог обрести «легкое дыхание» тысячам пациентов. Записаться к нему на прием можно в Тульском центре диагностики и лечения.

С заложенностью носа мы сталкиваемся часто, поэтому порой не уделяем этому симптому должного внимания. Тем не менее, он может быть серьезным поводом для обращения к врачу.

Бежать к лору в первый день заложенности носа мы не призываем. Чтобы определиться, нужна ли консультация доктора уже сейчас, ответьте на пять вопросов:

- 1. Заложены ли нос постоянно?** Если да, без врача не обойтись.
- 2. Помогают капли для носа?** Если эффекта нет или он кратковременный, скорее всего, изменения в носовой полости уже хронические, и от них лучше избавиться.
- 3. Нет ли утренних приступов чихания и наблюдается ли заложенность носа после сна?** Чихание может свидетельствовать об аллергии, а утренняя заложенность – о гипертрофии аденоидов, полипах и гайморите.
- 4. Заложенность у вас постоянная или сезонная?** Сезонность недвусмысленно намекает на аллергическую реакцию. Об этом же свидетельствует проявление других симптомов – выделения из носа, чихание, воспаление слизистой оболочки глаз и т.д.

5. Страдаете ли от головных болей? Головная боль в сочетании с заложенностью носа может говорить о том, что проблема вышла за рамки «обычного насморка». Возможно, у вас гайморит, фронтит или другие опасные болезни. Помощь в этом случае требуется незамедлительно.

Ответы на вопросы дадут понять, нужна ли вам помощь узкого специалиста. Если да, визит к лору лучше не откладывать.

Цель клиники — оказание качественной и своевременной медицинской помощи, используя самые передовые достижения медицины. Для диагностики и лечения лор-заболеваний центр оснащен современным оборудованием. И самое главное — пациентам доступны уникальные физиотерапевтические процедуры. Прием ведется не только взрослых, но и детей.



г. Тула, ул. Metallurgov, д. 108.
Тел.: 8 (953) 953-41-17,
+7 (4872) 58-54-21,
+7 (4872) 58-54-42
tula.phlebocentr.ru
pro.phlebocentr.ru



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

Счастье – когда твоя работа ДЕЛАЕТ СЧАСТЛИВЫМИ ДРУГИХ

ИСТОРИЯ ИННЫ ФИЛИНОЙ – ВПЕЧАТЛЯЮЩИЙ ПРИМЕР ТОГО, КАК МНОГО МОЖЕТ ДОБИТЬСЯ ЧЕЛОВЕК, КОТОРЫЙ ГОРИТ СВОИМ ДЕЛОМ. ОНА ПОСТРОИЛА УСПЕШНЫЙ БИЗНЕС, ПОД ЕЕ РУКОВОДСТВОМ УЧАТСЯ ТАНЦАМ СОТНИ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ, ОНА САМА СТАВИТ ГРАНДИОЗНЫЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ МЮЗИКЛЫ. И ВСЕ ЭТО – В 26 ЛЕТ! В КАНУН ДНЯ РОЖДЕНИЯ, 2 ИЮНЯ, МЫ ПОГОВОРИЛИ С ИННОЙ О ТОМ, ЧТО ПОМОГАЕТ ЕЙ ДВИГАТЬСЯ ВПЕРЕД И НАПОЛНЯЕТ ОЩУЩЕНИЕМ СЧАСТЬЯ.



– Инна, Вы так молоды, а пройден уже такой большой путь – и яркая танцевальная карьера, и своя школа, которой уже 5 лет. Как Вам все это удается? Что заводит, заряжает, заставляет двигаться и развиваться?

– Самое главное – это любовь к своему делу. Когда ты искренне его любишь, не считаешь его работой, рутинной, то вдохновение рождается само собой.

И конечно, вдохновляют любимые ученики, их результаты, которыми довольна не только я, но и они сами. Это дает силы двигаться дальше и работать еще упорнее.

– Ежегодно Вы со своей школой ставите танцевальные мюзиклы. Расскажите о новой постановке!

– Да, мы придумали уникальный формат отчетного концерта – наша школа в конце каждого учебного года ставит большие танцевальные мюзиклы. Каждый ученик получает свою роль и шанс почувствовать себя настоящей звездой сцены. За спиной у нас уже несколько ярких постановок – это мюзиклы «Алиса в стране чудес», «Снежная королева», «Руслан и Людмила», «Золушка».

В этом учебном году наша школа танца отметила первый маленький юбилей, 5 лет, и в честь такого события мы решили изменить концепцию и показать мюзикл-попурри. Он будет состоять из самых ярких фрагментов всех наших постановок, чтобы зритель смог окунуться в каждый спектакль. Программа будет насыщенной, сопровождаться вокальными номерами, видеороликами, интерактивом со зрителями, награждением наших танцоров. Должно получиться круто и феерично!

– Чем прошедший учебный год был знаменателен для Вас? Чем порадовал?

– Он выдался очень насыщенным! Воспитанники Dance Kids стали призерами Всероссийского фестиваля, а также приняли участие во многих городских мероприятиях, в том числе на новогоднем утреннике в Кремле, где танцевали и проводили мастер-класс. Еще одним важным и приятным для нас событием стала возможность выступить в прямом эфире телеканала «Первый Тульский». Наши дети большие молодцы, справились достойно, чем я очень горжусь.

– Можете назвать себя счастливым человеком?

– Безусловно, да. Счастливой меня делает мое окружение, близкие и родные люди. И у меня есть любимое дело, которое полезно и нужно другим людям. Это тоже приносит мне счастье!

Тула, пр. Ленина, 22, 3-й этаж,
8-930-791-08-05, 79-08-05, dn-f.ru



Детская школа танцев
schkola.tancev71



Женская студия танца
schkola.tancev.tula



АВТОСУШИ

ВРЕМЕНА МЕНЯЮТСЯ, ВКУС ОСТАЕТСЯ!

МНОГИЕ ЛЮБИТЕЛИ СУШИ И ПИЦЦЫ В ТУЛЕ УЖЕ 11 ЛЕТ ЗАКАЗЫВАЮТ ИХ В ОДНОМ МЕСТЕ – В «АВТОСУШИ», ПОТОМУ ЧТО ЗДЕСЬ ВСЕГДА ВКУСНО И БЫСТРО. А ЕЩЕ – ИНТЕРЕСНО: ПОСТОЯННО НОВЫЕ БЛЮДА В МЕНЮ, КРУТЫЕ АКЦИИ И СКИДКИ. УЗНАЕМ, В ЧЕМ СЕКРЕТ НАРОДНОЙ ЛЮБВИ, И ЧТО НОВОГО.

ЕДИНЫЕ СТАНДАРТЫ КАЧЕСТВА

Поэтому так вкусно! Сейчас поясним: «Автосуши» – крупная федеральная сеть кафе и служб доставок. Меню и технологии приготовления разрабатывает бренд-шеф, сырье и полуфабрикаты поставляются с централизованного склада и собственного производства в Нижнем Новгороде, стандарты качества едины для всех и бескомпромиссно высоки. Поэтому суши и другие блюда в «Автосуши» всегда вкусные – их качество не зависит от настроения повара, погоды, пробок и других факторов. А еще здесь всегда прислушиваются к мнению клиентов, принимают критику, ис-

правляются – в общем, с народом на одной волне. И это приятно!

МЕНЮ «ИМПОРТОЗАМЕЩЕНИЕ»

Чтобы в нынешней ситуации вы могли, как и раньше, наслаждаться вкусной едой по демократичной цене, в «Автосуши» нашли российских поставщиков и аналоги подорожавших продуктов. Импортозамещение в действии! Меню, кстати, так и называется. Главные его позиции – роллы с окуном, кальмаром и кларием (не отличишь от угря!), роллы с курицей, пицца «Цезарь» и главная новинка – бургеры. Взамен тех, что мы почти потеряли, – классический, чизбургер, чикенбургер.

СЕКРЕТНЫЕ АКЦИИ

Если вы любите вкусно поесть, но хотите на этом сэкономить – пора подписаться на телеграм-канал «Автосуши». Здесь публикуются секретные акции только «для своих». Недавно был ролл в подарок, специальные цены на сеты и другие крутые предложения. Всё самое вкусное и выгодное – тут: t.me/marketerasap.

ХИТЫ И НОВИНКИ

Невозможно устоять перед «Филладельфией» – и ешьте на здоровье этот хит всех времен: в «Автосуши» он реально очень хорош. Но попробуйте что-то новое – в меню можно сделать много открытий. Если ориентироваться на вкусы постоянных клиентов, у них в почете «Калифорния темпура», запеченные роллы «Вулкан» с креветкой, рыбой или сыром, ролл «Дары моря». Из модных новинок рекомендуем попробовать пока – фуд-тренд, покоровивший мир.

ЗАБОТА О ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ

«Автосуши» одними из первых в городе ввели сервис бесконтактной доставки – чтобы вы были спокойны за свое здоровье. Просто укажите это при оформлении, и курьер оставит заказ у вашей двери, а оплатить его вы сможете онлайн на сайте.

ЖДЕМ ВАС В НАШИХ КАФЕ!

Пр. Ленина, 135-а; ул. Епифанская, 54; ул. Лейтейзена, 18-в; ул. Макаренко, 5-б.

+7(4872) 525-000
avtosushi.ru





ЕСН ПРЕМЬЕР

ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ТУР ПО ПРЕМИУМ-КЛАССУ

ЕСН Премьер предлагает клиентам новый сервис – индивидуальный тур по элитной недвижимости. Новую услугу протестировала руководитель «Модного города» Ирина Пшонкина.

В назначенное время к моему дому подъезжает автомобиль, и вместе с Андреем Антоненковым, руководителем проекта ЕСН Премьер, мы отправляемся на экскурсию. Я выбрала два объекта, о которых расскажу далее, но их может быть больше. Всё на усмотрение клиента: дата, время, маршрут.

– Почему услуга возникла сейчас?

– Во-первых, в Туле появилось много достойных предложений, которые можно объединить в тур; они интересные, востребованные, современные, и сервис по выбору такой недвижимости мы готовы предложить соответствующий, – говорит Андрей. – На идею нас натолкнули наши прямые партнеры – клубный дом Пушкин и поселок АрхСити. Для таких проектов хочется создавать особую атмосферу уже на этапе просмотра.

В комфортном салоне дорогого авто мы говорим с Андреем о преимуществах, которые отличают жилье высокого уровня. «Это всегда уединенная клубная атмосфера, что возможно лишь при небольшом количестве квартир. Дорогие материалы и передовые технологии строительства. Богатое внутреннее наполнение – системы безопасности, консьерж-сервис, теплый паркинг, спортивный клуб. И конечно, выгодная локация – центр города или рядом с парком».

Наша первая остановка – Noir DOM, первый в Туле комплекс апартаментов. Самое сердце города, огромные окна, высокие потолки (более 5 м), что позволяет сделать квартиру двухуровневой. Жить в центре – бесценно, инвестировать в такой объект для последующей сдачи – безусловно выгодно.



Второй пункт маршрута – АрхСити, поселок в селе Архангельское. Я выбрала два эти объекта, потому что оба нетипичны для Тулы: у них особая архитектура и философия. АрхСити – это европейский минимализм, с одноэтажными домами и единой концепцией застройки. И конечно, всеми составляющими премиум-класса: малое количество домов, элитные материалы (например, серия облицовочного кирпича создана специально для этого поселка), новейшие инженерные решения, закрытая территория. Не скрою: я до сих пор под впечатлением. И мечтаю здесь жить!

Во время экскурсии я задалась вопросом – а пользуются ли покупатели элитной недвижимости ипотекой? «Конечно, – говорит Андрей. – В премиум-сегменте, как и в остальных, востребованы особые условия приобретения. Наши клиенты умеют считать и привыкли получать лучшие предложения. Так, сейчас застройщики максимально лояльны и предлагают рассрочку под 0%.

Кроме финансовых продуктов, ECH-Премьер обеспечивает полный сервис по сопровождению сделки. Например, если для покупки вам необходимо продать имеющуюся недвижимость, компания поможет с ее предпродажной подготовкой – от юридических формальностей до клининговых работ. Оформить сделку можно без посторонних, в офисе ECH, пригласив туда сотрудника МФЦ – это тоже часть премиального сервиса».

Во время индивидуальной экскурсии можно посетить любые элитные объекты на ваш выбор: клубный дом Пушкин, Наследие, Manhattan, Noir DOM, АрхСити и другие интересные вам локации.



Забронировать тур и познакомиться с премиум-недвижимостью можно по единому номеру ECH Премьер 8-800-101-25-71.

АНДРЕЙ АНТОНЕНКОВ,
руководитель проекта ECH Премьер



ECH
Премьер

Автомобили для тура предоставляет партнер проекта – сервис по аренде авто DreamCars Pro, тел. +7-993-535-90-00





КЛУБНЫЙ ДОМ «ПУШКИН»: ОПЕРЕЖАЕТ ВРЕМЯ

Центр города, закрытая территория, всего 41 квартира, дорогая изысканная отделка – клубный дом «Пушкин» стал одним из самых ярких открытий этого года. А уже сегодня вы можете не просто увидеть построенный дом, но и даже зайти в свою будущую квартиру. Невероятно? Но факт! Мы побывали на площадке, выяснили все подробности и готовы ими поделиться.

По темпам строительства этот объект можно назвать уникальной для Тулы историей: от покупки квартиры до получения ключей пройдет всего несколько месяцев. Уже сегодня вы можете выбрать будущее место для жизни не по красивым проектам – а своими глазами увидеть, как выглядит дом, зайти в разные квартиры, оценить масштабы, планировки, виды из окна. Можно выйти на террасу и представить, как по утрам вы будете пить здесь кофе, любуясь городом и фонтанами возле драмтеатра. «Пушкин» позволяет не мечтать о том, что реальность превзойдет ожидания, а убедиться в этом прямо сейчас.

Клубный дом показывает отличную динамику строительства: стены возведены, большая часть остекления закончена, в ближайшее время застройщик переходит к отделке и утеплению фасада. Готовы межэтажные и межквартирные перегородки, решены вопросы с инженерной составляющей. Ожидается, что дом приобретет свой окончательный облик уже в середине осени. И есть все предпосылки к тому, что «Пушкин» опередит заявленные сроки сдачи.



Высокая скорость строительства не отменяет тщательно-го подхода и строгого соблюдения стандартов качества. «Пушкин» – это дорогие материалы, современные техно-логии, забота о комфорте в каждом решении. Дом пора-дует широкоформатным остеклением, высокими потолками, бесшум-ными лифтами, двухуровневым паркингом с зарядными станциями для электромобилей и зонами для хранения шин. Дизайнерская от-делка общественных пространств, лаунж-зона и ресепшн при входе, отдельные помещения для велосипедов, колясок, самокатов, сноубор-дов – здесь все продумано для того, чтобы радовать взгляд и чтобы вам было удобно.

На сегодняшний день значительная часть квартир уже продана, и это легко объяснимо. Клубный дом находится в историческом серд-це Тулы – отсюда пять минут до Кремля, набережной и Центрального парка. В пешей доступности – вся богатая инфраструктура центра го-рода: детский сад, школа, супермаркеты, торговые центры.



Фотограф: Дзюбин. Дмитрий vk.com/photo_dzubin

Кроме прекрасного расположения, в числе основных преимуществ этого клубного дома – просторные квартиры с эргономичными планировками. Их всего 41, и из каждой открывается отличный вид на город. На выбор будущих жильцов – 11 вариантов квартир, в том числе с мастер-спальнями (с отдельной ванной и гардеробной).

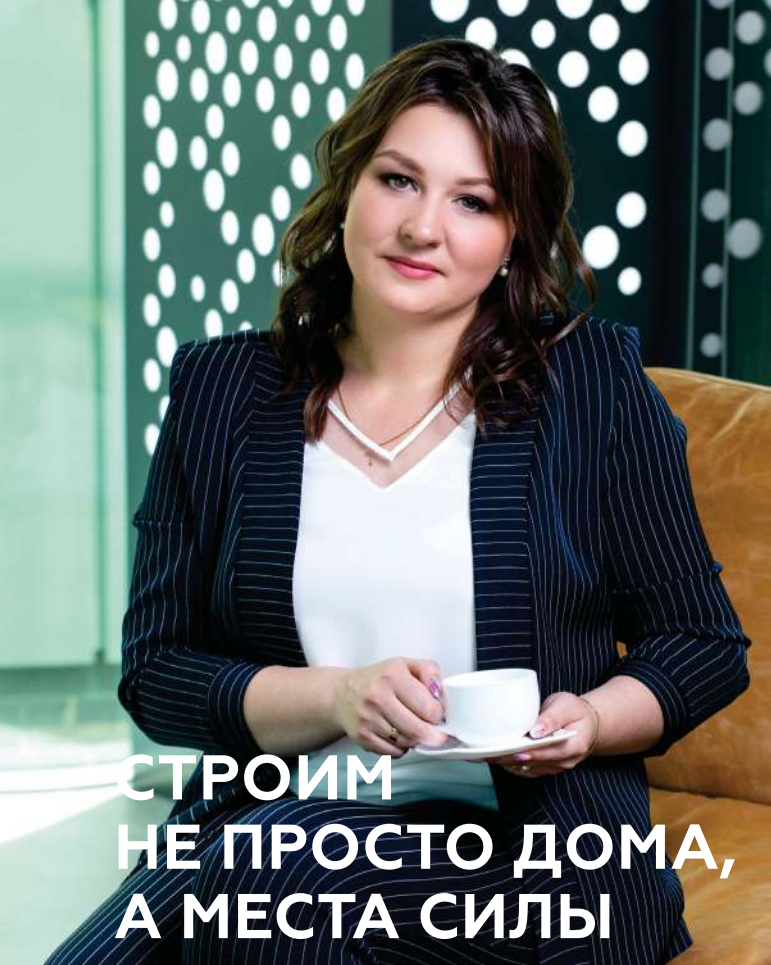
НОВЫМ КЛИЕНТАМ ЗА-СТРОЙЩИК ДЕЛАЕТ, ПОЖАЛУЙ, УНИКАЛЬ-НОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ – РАССРОЧКУ 0%.

Таких условий на преми-ум-недвижимость в Туле вы не встретите. Стоит поторо-питься с выбором, ведь среди приятных бонусов – пока еще свободные квартиры с соб-ственными террасами с видом на фонтаны драматического театра.

ПУШКИН
КЛУБНЫЙ ДОМ



kdpushkin71.ru,
+7 (4872) 38-47-38
Проектная декларация разме-щена на сайте наш.дом.рф



СТРОИМ НЕ ПРОСТО ДОМА, А МЕСТА СИЛЫ

КАЖДЫЙ ПРОЕКТ КОМПАНИИ «КАПИТАЛ – СТРОИТЕЛЬ ЖИЛЬЯ!» УСПЕШЕН. СМАРТ-КВАРТАЛЫ НА СУРИКОВА И ОКТЯБРЬСКОЙ, «ПРЯНИЧНАЯ СЛОБОДА», «СУРИКОВА 2.0» – ЭТИ ЖИЛЫЕ КОМПЛЕКСЫ ИЗВЕСТНЫ ВСЕМ ЖИТЕЛЯМ ТУЛЫ. КАК РАЗРАБОТАТЬ ПРОЕКТ, КОТОРЫЙ ПОНРАВИТСЯ ПОКУПАТЕЛЯМ? КАК БУДЕТ РАЗВИВАТЬСЯ РЫНОК? И КАКИМ СТАНЕТ НОВЫЙ ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС? ПОГОВОРИЛИ ОБ ЭТОМ С РУКОВОДИТЕЛЕМ ОТДЕЛА ПРОДАЖ КОМПАНИИ «КАПИТАЛ – СТРОИТЕЛЬ ЖИЛЬЯ!» НАДЕЖДОЙ СОТНИКОВОЙ.

– В чем успех ваших проектов?

– У нас крутая команда! Во-первых, компания создана на базе проектного института, проекты разрабатывают лучшие специалисты ЦФО с огромным опытом.

Во-вторых, мы всегда ставим себя на место потребителя: насколько комфортно будет жить в такой квартире? Понравится ли детям играть на этой площадке? Будет ли где погулять с собакой? Только посмотрев на проект глазами покупателя, можно понять, хороший ли продукт мы создаем. Мы стремимся к тому, что бы создать не просто «спальник», в котором купить продукты – проблема, а сходить в парикмахерскую – целый квест, а место для действительно комфортной жизни.

В-третьих, в нашей команде профессионалов работают действительно неравнодушные люди, которые всей душой болеют за свое дело. Работа в таком коллективе – это постоянный рост, непрерывное развитие не только отдельных личностей, но и компании в целом.

– Какие проекты сейчас ещё на стадии строительства? Когда дольщики получат ключи?

– Сейчас идет активная работа в «Пряничной слободе». Проект включает в себя 17 жилых домов, разумеется, детский сад и современную школу со спортивным стадионом. Помимо этого, мы предусматриваем помещения под продуктовый ритейл, аптеки, салон красоты, кафе и многое другое, то есть все необходимое будет буквально во дворе – жителям не придется мотаться в город по мелочам.

И это еще не все. Детскими площадками никого уже не удивить, поэтому мы шагнули дальше и запланировали целую «территорию детства» – безопасное, экологичное и понятное для детей пространство, где ребенок любого возраста найдет себе занятие по душе: качели, горки, песочницы и лабиринты, всевозможные мини-аттракционы. Спортивные площадки тоже выходят на новый уровень: помимо тренажеров и мультиспортивных зон у нас будут скейт-чаши, где можно погонять на скейте или самокате.

Еще одна необычная часть проекта – «зона творчества». Каждый житель квартала сможет, например, оставить свой граффити-след в истории квартала на специальной стене для рисования или почувствовать себя режиссером, поставив спектакль на сцене рядом. А поскольку комплекс расположен в уникальном месте, где нет ни заводов, ни крупных предприятий, – на территории планируется установка памятника «Чистому воздуху». Первые счастливицы получат ключи уже в конце этого года.

Также в этом году получают ключи дольщики, купившие квартиры в СМАРТ кварталах на Октябрьской и Сурикова. В этих комплексах тоже много приятных особенностей. На Сурикова в прошлом году мы высадили более 250 яблоневых деревьев. Представьте, как там красиво весной!

– На старте ваш новый проект «Платон-парк». Каким он будет?

– Это проект для тех, кто любит природу, но не готов жить за городом. Это зелень, долгие вечерние прогулки и семейные традиции, это новейшие технологии, воедино слившиеся с природой. «Платон-парк» – это место силы, где захочется пустить корни.

– Какими должны быть современные жилые комплексы, чтобы понравиться покупателям?

– Людям больше не нужны безвкусные бетонные коробки с видом на гаражи, люди хотят комфорт, качество и стиль. Умные планировки, отвечающие ритму современной жизни, с панорамными окнами, гардеробными и мастер-спальнями. Им нужна инфраструктура, как внешняя, так и внутренняя, нужно чувствовать себя в безопасности.

– Как будет развиваться рынок недвижимости в ближайшие годы?

– Будущее за высоким уровнем качества, современным оснащением, новыми стандартами безопасности и благоустройства, за единением с природой и красотой. Недвижимость всегда будет самой надежной инвестицией, и что бы ни происходило – это единственный актив, который никогда не обесценится. Но инвестировать нужно только в лучшее и современное!

 **КАПИТАЛ**
СТРОИТЕЛЬ ЖИЛЬЯ!

г. Тула, ул. Пушкинская, д. 55А
Телефон отдела продаж: +7 (4872) 71-00-01
www.kapital71.ru

СДЕЛКИ ЗА ЧАШКОЙ КОФЕ

КОМПАНИЯ «КАПИТАЛ» ОТКРЫЛА ДВЕРИ НОВОГО ОФИСА

27 МАЯ В ТУЛЕ ПРОШЛО ОТКРЫТИЕ ОФИСА КОМПАНИИ «КАПИТАЛ – СТРОИТЕЛЬ ЖИЛЬЯ!». ТЕПЕРЬ КЛИЕНТОВ БУДУТ ПРИНИМАТЬ В СОВРЕМЕННОМ И СВЕТЛОМ ПРОСТРАНСТВЕ НА УЛ. ПУШКИНСКОЙ, 55-А.

На торжественной церемонии собрались сотрудники и партнеры строительной компании – риэлторы, специалисты крупнейших банков и сотрудники ведущих агентств недвижимости. Стильный интерьер, красивая живая музыка, фуршет и необычная церемония традиционного перерезания ленточки – открытие состоялось и оставило после себя теплые впечатления. В компании «Капитал – строитель жилья!» уверены, что работа в новом офисе будет интересной, а сотрудничество – выгодным:



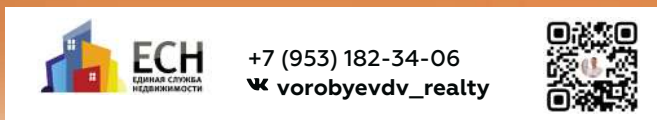
– Компания не стоит на месте, мы развиваемся, снова и снова показываем клиентам, что с нами удобно и надежно. Мы сделали новый офис стильным и современным, поставили на новый уровень общение менеджера с покупателем: намного комфортнее принимать решение о такой важной покупке за чашкой вкусного чая или кофе, чем покачиваясь на табуретке за столом, как на приеме у доктора. Дело, конечно, не только в клиентах, но и в сотрудниках: мы искренне ценим каждого и старались создать для наших специалистов лучшие условия. Кажется, у нас получилось. Мы берем на себя сопроводительные сделки, подбираем для каждого индивидуальную, наиболее комфортную ипотечную ставку. В целом, мы стараемся обеспечить покупателям комфорт и удобство не только в купленной квартире, но и с самых первых минут.





ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН – ЛУЧШЕЕ ДЛЯ ВЫГОДНЫХ СДЕЛОК

Сейчас многие приостановили проекты и отложили планы. Но в случае с недвижимостью ждать не стоит: сейчас открываются такие шансы, которые нельзя упускать! Какие знает Дмитрий Воробьев, эксперт по недвижимости компании «ЕСН».



– Дмитрий, периоды нестабильности называют временем возможностей. К недвижимости это относится?

– Да, как правило, самые выгодные сделки совершаются именно в такие моменты. Многие отложили планы по приобретению недвижимости до лучших времен, покупателей стало меньше, продавцы вынуждены идти на серьезные уступки – и это дает возможность взять желаемый объект по лучшей цене.

Для продажи недвижимости сейчас тоже подходящий момент: никто не знает, что будет дальше с ценами, и нужно продавать, пока они достаточно высоки. Как для покупателей, так и для продавцов недвижимости сейчас действительно время больших возможностей. Поэтому откладывать сделку не стоит.

– Что происходит с ценами и ставками по ипотеке?

– Относительно трехмесячной давности цены снизились – в основном за счет тех продавцов, которые ранее выставляли свои объекты выше рынка или по верхней его границе, а сейчас опустили цены на актуальный среднерыночный уровень. Ждать дальнейшего сильного снижения, я считаю, нет смысла. Скорее, возможен обратный процесс за счет того, что снижаются ставки по ипотеке. Пока цены относительно стабилизировались – надо использовать момент.

Что касается ипотеки, на момент нашего разговора средняя ставка на вторичном рынке составляет 10-12 %, а на новостройки с учетом семейных программ или программ господдержек – от 4,7 %, а по специальным программам от застройщиков может быть и вовсе 0,1%! Обращайтесь, с удовольствием всё расскажу и помогу одобриться по самой низкой из возможных ставок. И напомним, помощь в покупке новостроек у нас абсолютно бесплатная!

– Новостройки сейчас – самая выгодная покупка?

– Безусловно, условия крайне привлекательные – ставка 0,1%, рассрочка без процентов. Но у таких программ есть

целый ряд условий, и нужна помощь специалиста, риелтора, чтобы все просчитать и понять, насколько это подходит под вашу конкретную ситуацию.

Хороший риелтор всегда предложит вам выбор: купить квартиру от застройщика с акционной ставкой по ипотеке – или в той же новостройке, не от застройщика, но на несколько сотен тысяч рублей дешевле. Второй вариант особенно актуален для тех, у кого оплата планируется наличными без ипотеки. В общем, есть что взвесить и выбрать самое грамотное решение. Его всегда разумнее принимать вместе со знающим риелтором.

– Момент более выгоден для покупателей, чем для продавцов, верно?

– Не совсем так. Если ваш объект продается по адекватной рыночной цене и соответствует всем критериям покупателя, то вероятность успешной сделки велика. Самое главное – использовать все источники рекламы и грамотно заниматься продажей. А еще лучше доверить этот процесс риелтору.

И продавцу недвижимости, и покупателю сейчас сложно сориентироваться на рынке. Узнать об объектах, которых нет на сайтах объявлений, о новостройках, которые еще не вышли в открытую продажу, об акциях застройщиков, которые пока не анонсировались, покупатель зачастую может только через своего риелтора. Мне очень нравится слово «своего»: убежден, что риелтор должен становиться для клиента не только надежным партнером, но и хорошим верным товарищем. Моя практика это подтверждает!

Сейчас при сделке с недвижимостью как никогда важен четкий подход, точный расчет, грамотный анализ рынка – цен, ставок, акций. Профессиональный риелтор сумеет найти для вас квартиру, о которой вы мечтаете, или продать вашу недвижимость по удобной для вас цене. Его работа окупится многократно – той выгодой, которую он поможет вам получить. И я сейчас говорю о финансовой выгоде в том числе. Если вы хотите в полной мере воспользоваться шансами, которые открывает кризис, – звоните, с радостью помогу вам!

*Хорошие традиции
всегда в моде!*



Тула, ул. Оружейная, 23

Работаем с 11.00 до 23.00

8 (4872) 21-83-88, 8-920-780-83-88

limon-tula.ru



ТЕСТ-ДРАЙВ CHERY TIGGO 8 PRO MAX: любовь с первого метра



ЖИТЬ В ДВИЖЕНИИ, МЫСЛИТЬ МАСШТАБНО И СТРОИТЬ ГРАНДИОЗНЫЕ ПЛАНЫ ТЕПЕРЬ ЛЕГКО. ПОТОМУ ЧТО О МЕЛОЧАХ ПОЗАБОТИЛИСЬ РАЗРАБОТЧИКИ CHERY TIGGO 8 PRO MAX.

Э тот полноприводный городской кроссовер дает реальную уверенность на любой дороге. Жесткость подвески гарантирует управляемость – автомобиль устойчив на крутых поворотах. Мониторинг слепых зон, система автоматического экстренного торможения и достойная динамика (8,5 секунд до 100 км/ч) легко позволяет маневрировать в городском потоке. На трассе же незаменимым помощником станет надежно работающий адаптивный круиз-контроль. Куда бы вы ни отправились, он сделает вашу поездку безопасной: задаешь нужные параметры расстояния до объектов, скорость и просто наслаждаешься пейзажем за окном. Автомобиль четко держится в полосе, подтормаживает при появлении рядом каких-либо объектов. Любая грунтовая дорога – по силам Tiggo 8 PRO MAX.

ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ СИСТЕМА ПОЛНОГО ПРИВОДА АВТОМАТИЧЕСКИ МЕНЯЕТ РЕЖИМ РАБОТЫ ТРАНСМИССИИ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТИПА ДОРОЖНОГО ПОКРЫТИЯ.





Полностью диодная поворотная оптика не только презентабельно выглядит, но и также обеспечивает безопасность в темное время. Автоматический дальний свет освещает до 150 метров при ширине угла обзора 27 метров.

CHERY TIGGO 8 PRO MAX – ЭТО РОСКОШЬ ПРЕМИАЛЬНЫХ АВТОМОБИЛЕЙ ПРИ СРЕДНЕМ ЦЕНОВОМ СЕГМЕНТЕ. ПРОСТОРНЫЙ КОЖАНЫЙ САЛОН, В КОТОРОМ МОГУТ РАЗМЕСТИТЬСЯ ДО 7 ЧЕЛОВЕК, ПАНОРАМНАЯ КРЫША С ЛЮКОМ, ПРЕМИАЛЬНАЯ АУДИО-СИСТЕМА И БОЛЬШОЙ ЦИФРОВОЙ ПЛАНШЕТ ВМЕСТО ПРИБОРНОЙ ПАНЕЛИ, С ФУНКЦИЕЙ ГОЛОСОВОГО И СЕНСОРНОГО УПРАВЛЕНИЯ КЛИМАТ-КОНТРОЛЕМ, ВЕНТИЛЯЦИЕЙ СИДЕНИЙ И ДРУГИМИ ЭЛЕКТРОННЫМИ ПОМОЩНИКАМИ ВОДИТЕЛЯ – ВСЕ ЭТО ПРОСТО НЕ СПОСОБНО ОСТАВИТЬ РАВНОДУШНЫМ.

Оцените возможности Tiggo 8 PRO MAX уже сегодня в официальном дилерском центре Chery в Туле!





ЛЕТО В ГОРОДЕ –
ЭТО ЗДОРОВО!

НЕСКУЧНЫЕ КАНИКУЛЫ

ЛОМАЕТЕ ГОЛОВУ, ЧЕМ ЗАНЯТЬ РЕБЕНКА ЛЕТОМ? В НАШЕМ СПЕЦИАЛЬНОМ ПРОЕКТЕ МЫ СОБРАЛИ ДЛЯ ВАС САМЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ АКТИВНОСТИ, КОТОРЫЕ МОЖНО НАЙТИ В ГОРОДЕ: ОНИ НАПОЛНЯТ КАНИКУЛЫ СОБЫТИЯМИ, ПОБЕДАМИ, ЗНАНИЯМИ, ОБЩЕНИЕМ И ПРИКЛЮЧЕНИЯМИ. ЧТОБЫ НА ВОПРОС «КАК ТЫ ПРОВЕЛ ЛЕТО?» ВАШ РЕБЕНОК ОТВЕТИЛ «КРУТО!»



Пубертат для родителей: ПЕРЕЖИТЬ ИЛИ ВЫЖИТЬ?

ТРУДНЫЙ ВОЗРАСТ... ТАК ЧАСТО НАЗЫВАЮТ ПОДРОСТКОВЫЙ ПЕРИОД ИЛИ ПУБЕРТАТ. ЕЩЕ НЕДАВНО МИЛЫЕ СЛАВНЫЕ ДЕТИШКИ СТАНОВЯТСЯ ДЕРЗКИМИ, СЧИТАЮТ СЕБЯ ВЗРОСЛЫМИ И САМОСТОЯТЕЛЬНЫМИ. КАК ПОМОЧЬ ПОДРОСТКАМ, НАПИСАН МИЛЛИОН СТАТЕЙ. НО КАК БЫТЬ САМИМ РОДИТЕЛЯМ, ЧТОБЫ НЕ ДОВЕСТИ СЕБЯ ДО ДЕРГАЮЩЕГОСЯ ГЛАЗА И ДОРАСТИТЬ ЧАДО ДО ИСТИННОЙ ВЗРОСЛОСТИ? ПОИЩЕМ ОТВЕТЫ ВМЕСТЕ.

ПОЧЕМУ НАМ НЕПРОСТО?

Все больше специалистов заявляют: нам труднее всего справляться со своими детьми именно в том их возрасте, в котором нам самим было нелегко. Поэтому если ребенок-подросток кажется вам невыносимым, это признак того, что в этот же период вы сами не сумели что-то гладко и гармонично пережить.

Возможно, оставляли желать лучшего отношения с родителями. Может, вы не могли найти общий язык со сверстниками или переживали буллинг. Быть может, вы страдали из-за подросткового акне, излишней полноты, худобы. Или первая любовь окончилась драмой. Какие-то ваши мечты, чаяния, ожидания того времени не удалось исполнить, и это осталось в душе болезненным отпечатком.

И вот теперь, когда ваш ребенок дорос до стадии подросткового развития, вы бессознательно будто бы возвращаетесь в то время, когда вам самим было непросто. И кризисы, переживаемые ребенком, срабатывают как триггер – то есть как событие, запускающее у человека определенную негативную эмоциональную реакцию. Как это работает?

ИГРЫ РАЗУМА

Тут уже оказывается задействован головной мозг. Он старается функционировать по принципу наименьшего сопротивления, чтобы сберечь энергию, нужную ему для выживания.

Столкнувшись впервые с какой-то ситуацией, он «выдает» на нее определенную реакцию. И дальше записывает на подкорку что-то вроде команды: «на такие ситуации мы реагируем вот так». И даже если эта реакция оказалась нездоровой и некорректной, мозгу, собственно, наплевать. Главное, что дорожка синаптических связей проложена. А значит, каждый следующий раз в ситуациях, даже отдаленно похожих с точки зрения мозга на ту, первую, он снова среагирует, как в прошлый раз. Потому и срабатывают те самые ситуации-триггеры, о которых я говорила выше. И приводят человека к его непроработанной когда-то травме.

ПУТИ И РЕШЕНИЯ

Легких лайфхаков и решений здесь, к сожалению, нет. Потому что действительные изменения требуют системного подхода, времени и усилий. Если вы видите, что поведение, отношение и эмоции вашего ребенка вызывают в вас сильные негативные реакции, это прямое указание на то, что пора к специалисту: психологу или гипнологу с психологическим образованием. И не ребенку. А именно вам.

Потому что внутри вас бессознательно бушует та самая буря, незакрытые триггеры, которые мешают видеть в сыне или дочери просто взрослеющего человека. Ведь он или она переживают это впервые и действительно не имеют опыта столкновения с подобными ситуациями. И лишь спокойный, гармоничный, здоровый родитель, которо-



ИРИНА ЗВЯГИНЦЕВА,
клинический психолог, гипнолог
www.psygipnoz.ru

му можно доверять, не опасаясь резких реакций, осуждения, обесценивания, негатива в ответ на проявленную искренность и уязвимость, может стать опорой и поможет пережить любой самый острый кризис.

Да, очень непросто дать огромную любовь и понимание своему и так «колючему» ребенку. Особенно если вы сами в свой адрес всего этого не видели, не слышали и не чувствовали. Нередко в нас, когда мы сами того не желаем, «просыпаются» негативно к нам настроенные люди из нашего прошлого и настоящего. И уже нашим ртом кричат или выражают недовольство нашими детьми.

Вопрос лишь в том, готовы ли вы позволять происходить этому каждый раз? И жертвовать вашими хорошими отношениями с ребенком, которые, возможно, уже не выйдут восстановить в будущем.



ТУЛЬСКАЯ
ШАХМАТНАЯ
ГОСТИНАЯ

ЛЕТНЯЯ ШКОЛА ГРОССМЕЙСТЕРОВ

ТУЛЬСКАЯ ШАХМАТНАЯ ГОСТИНАЯ ПРИГЛАШАЕТ ЮНЫХ ШАХМАТИСТОВ В ЛЕТнюю ШКОЛУ ГРОССМЕЙСТЕРОВ – ИНТЕНСИВЫ, КОТОРЫЕ ПОЗВОЛЯТ СЕРЬЕЗНО ПРОКАЧАТЬ УРОВЕНЬ ИГРЫ И УСПЕШНО ВЫСТУПАТЬ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ТУРНИРАХ.



Летние интенсивы – уже опробованный и отлично зарекомендовавший себя формат занятий. Их цель – взрывной рост уровня игры юного шахматиста за короткий период. Всего за месяц ребенок получит огромный объем знаний и игровой практики!



На интенсивах юные шахматисты смогут подготовиться к успешному выступлению на крупном турнире – Первенстве области по шахматам, которое пройдет в Туле в конце августа.



Школа гроссмейстеров будет проходить в Тульской шахматной гостиной все три летних месяца. По просьбам родителей разработаны два формата интенсивов – 45 и 25 часов в месяц.



Если у вас запланирован отпуск, то есть возможность «заморозки» абонемента: неиспользованную часть уроков можно перенести на следующий месяц.



Летние интенсивы подойдут детям, уже знакомым с шахматами, имеющими определенные знания и опыт игры. Готов ли ваш ребенок к такому формату занятий, можно проверить на бесплатном пробном уроке.



**ЛЕТНИЕ ИНТЕНСИВЫ
В ТУЛЬСКОЙ ШАХМАТНОЙ
ГОСТИНОЙ:**

с 6 июня до 24 июня
с 4 июля до 22 июля
с 1 августа до 19 августа

Тула, пр-т Ленина,
д. 16, 2-й этаж
Тел. 8-915-789-789-6

 chess71.ru
 [chess71ru](https://vk.com/chess71ru)



ШАХМАТЫ ВОСПИТЫВАЮТ ОТЛИЧНИКОВ

ШАХМАТЫ ПОМОГАЮТ РЕБЕНКУ ПОДГОТОВИТЬСЯ К ШКОЛЕ, ШКОЛЬНИКУ – ЛУЧШЕ УЧИТЬСЯ. В ЭТОМ УВЕРЕН ГРИГОРИЙ ТКАЧЕВ, ДИРЕКТОР ТУЛЬСКОЙ ШАХМАТНОЙ ГОСТИНОЙ. ОН ЗНАЕТ, О ЧЕМ ГОВОРИТ: ДАННЫЕ О РОСТЕ ПОЛУЧЕНЫ В ХОДЕ ПРОВЕДЕНИЯ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОБ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОЕКТА «ШАХМАТЫ В ШКОЛАХ».

– Григорий, казалось бы, шахматы и подготовка к школе – какая между ними связь?

– Самая прямая. Занятия шахматами развивают те качества, которые полезны и необходимы ребенку в школе. В первую очередь, это усидчивость и внимание, и шахматы помогают развить и натренировать их лучше других видов спорта и хобби. На занятии нужно все 60 минут быть во внимании и концентрации. И ребенок, даже непоседливый (а таких у нас 80%), сам не замечает, как привыкает спокойно проводить этот час.

И бесспорно, шахматы учат выстраивать логические цепочки и критически мыслить. Когда ребенок играет в шахматы, он делает это ежесекундно – думает, куда пойти и что ему это даст. Мыслительный процесс идет непрерывно. Я всегда говорю: шахматы не сделают вас умным, но научат думать, сравнивать все «за» и «против» и делать выводы.

– Правда, что дети-шахматисты лучше учатся в школе?

– Чистая правда. Я защитил магистерскую диссертацию о пользе шахмат и для ее написания изучал наш проект «Шахматы в школе», который мы реализуем в Тульской области. И сегодня это доказано на основании данных по

тульским школам: занятия шахматами повышают средний балл. Благодаря умению концентрироваться ребенок-шахматист на любом предмете усваивает на 25% материала больше и получает более высокие оценки. Шахматисты лучше запоминают даты, им легче даются точные науки. Но повторюсь: на любом школьном уроке усидчивость, внимание и концентрация дадут свои результаты. Программа обучения шахматам выстроена так, что она учит думать и размышлять не только за доской, но и в школе, и в жизни.

– Если ребенок идет в школу в этом году, готовиться к ней с помощью шахмат уже поздно? Или они в любом возрасте не будут лишними?

– С точки зрения спортивной карьеры лучше начать за год-два до школы, пока голова ребенка не загружена уроками и он может все внимание отдавать шахматам. С возраста 4-5 лет и до школы он успеет стать профессиональным шахматистом с точки зрения отношения к делу – привыкнет ходить на занятия, делать домашние задания, ездить на турниры.

А для подготовки к школе – сейчас самое время. Даже если ребенок никогда не играл в шахматы, за три месяца он успеет освоить базовые вещи. Научится спокойно выдерживать занятие, которое близко к школьному формату, когда нужно весь урок провести за партой. Привыкнет думать и размышлять. Так что начинать можно и нужно прямо сейчас: каждый пропущенный день без шахмат отдаляет подготовку к школе.





Летняя
веранда!



Тула, Могилевский сквер,
пр. Ленина, 125
Ежедневно, 12.00–23.00
+7-991-414-44-99



CHIPOLLINI: ЯРКОЕ ЛЕТО В СЕМЕЙНОМ КАФЕ

В КАФЕ CHIPOLLINI ДЕТИ ВСЕГДА ВЕСЕЛЫ, А ИХ РОДИТЕЛИ СЧАСТЛИВЫ, ПОТОМУ ЧТО НЕТ БОЛЬШЕГО УДОВОЛЬСТВИЯ, ЧЕМ ВИДЕТЬ РАДОСТЬ СВОЕГО РЕБЕНКА! ПО-НАСТОЯЩЕМУ СЕМЕЙНОЕ И ДУШЕВНОЕ, CHIPOLLINI ЖДЕТ ВЗРОСЛЫХ И МАЛЫШЕЙ НА ВЕСЕЛЫЕ ПРАЗДНИКИ, ИНТЕРЕСНЫЕ МАСТЕР-КЛАССЫ И ВКУСНЫЕ УГОЩЕНИЯ.

Фотограф: Дзюбин Дмитрий vk.com/foto_dzyubin



В кафе Chipollini знают рецепт идеального семейного отдыха, когда дети заняты увлекательными и полезными делами, а родители могут перевести дух и расслабиться. Всё продумано! В кафе работает детская комната с воспитателями, развивающими играми и занятиями. В детском меню – всё, что дети любят и едят с удовольствием. По выходным в Chipollini проходят детские мастер-классы, где маленькие гости под руководством готовят пиццу, сладости и другие несложные, но такие вкусные блюда.

Если вы хотите отметить детский день рождения, окончание учебного года или любой другой праздник – в семейном кафе Chipollini вам предложат насыщенную программу – с кулинарными мастер-классами, разнообразными угощениями, конкурсами и играми.

Довольны дети – счастливы родители! Пока мальчишки и девчонки играют или занимаются, родители могут отдохнуть, пообщаться и насладиться прекрасной кухней. Приходите отдыхать всей семьей – и маленьким, и взрослым здесь вкусно, весело и интересно!

К ЛЕТНЕМУ СЕЗОНУ В CHIPOLLINI ОТКРЫЛАСЬ ВЕРАНДА, ГДЕ ТАК ПРИЯТНО ОТДОХНУТЬ ВСЕЙ СЕМЬЕЙ ВО ВРЕМЯ ДНЕВНОЙ ПРОГУЛКИ ИЛИ ПРОВЕСТИ РОМАНТИЧЕСКИЙ ВЕЧЕР ВДВОЕМ. УЮТНАЯ ОБСТАНОВКА, МНОГО ЗЕЛЕНИ, СВЕЖИЙ ВОЗДУХ, ВКУСНАЯ ЕДА – В CHIPOLLINI ЕСТЬ ВСЁ ДЛЯ ОТЛИЧНОГО ОТДЫХА!



Фото детского праздника: Мария Петнюнас



ЛЕТО В ГОРОДЕ? ЛЕТО – В IT!

Чем занять ребенка летом – вечная головная боль родителей. Хочется, чтобы он отдыхал, общался, узнавал что-то новое, а не сидел три месяца с телефоном... В «Компьютерной Академии РУБИКОН» создали новый формат летнего отдыха – IT-клуб, где дети учатся использовать гаджеты с умом и каждый день интересно отдыхают. Узнаем подробнее?

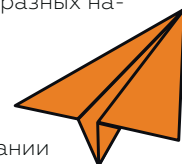
КОМУ ПОДХОДИТ ТАКОЙ ОТДЫХ?

- детям, которые любят гаджеты и компьютеры и проводят много времени в Интернете. В летнем IT-клубе они узнают, что в телефоне можно не только зависать в соцсетях, но и создавать свои крутые проекты.
- тем, кто интересуется компьютерными играми, технологиями, роботами, блоггингом. На мастер-классах ребята смогут погрузиться в интересную им сферу, многое узнать, а осенью – продолжить обучение в Академии.
- тем ребятам, которые хотят попробовать себя в IT. Возможно, пока ребенок не понимает, увлечет ли его эта сфера. В летнем IT-клубе он познакомится с разными направлениями IT и поймет, интересно ли ему это. Кстати, благодаря игровому формату клуб – это, пожалуй, самый легкий способ «войти в IT».
- всем детям, которые проводят лето в городе. Сидеть дома – скучно, а заниматься IT-технологиями – интересно и круто!

ЧТО В ПРОГРАММЕ?

За одну смену в летнем IT-клубе «Компьютерной Академии РУБИКОН» дети могут попробовать себя в разных направлениях IT. Каждый ребенок

- создаст свой сайт,
- напишет компьютерную игру,
- соберет настоящего робота,
- попробует себя в дизайне и 3D-моделировании
- своими руками сделает авторский предмет одежды
- узнает секреты соцсетей и сможет создавать контент для своего блога.





СКУЧНО ИЛИ ТРУДНО НЕ БУДЕТ?

Нет! В летнем клубе программа составлена просто и понятно, чтобы ребенок любого возраста мог играючи собрать робота или сделать свой сайт.

Занятия проводятся в формате мастер-классов, в игровой форме, в неформальной обстановке. Они не похожи на школьные уроки, поэтому дети приходят на них с удовольствием и быстро «схватывают» даже сложные вещи. Например, робототехнику ребята изучают на крутых конструкторах Lego WeDo и Lego Mindstorms: занятие превращается в увлекательную игру, в ходе которой они сами создают роботов, которые могут двигаться, выполнять задания и даже участвовать в соревнованиях.

Если вы все же сомневаетесь, справится ли ваш ребенок с программой клуба и понравятся ли ему занятия, – проверить это можно на бесплатном мастер-классе, которые проходят в «Компьютерной Академии РУБИКОН». Звоните и записывайтесь!

РАЗВЛЕЧЕНИЯ БУДУТ?

Безусловно, ведь это же лето, каникулы, отдых! В «Компьютерной Академии РУБИКОН» каждый год очень тщательно прорабатывают развлекательную программу, и в летнем IT-клубе она всегда очень насыщенная: в ней есть спорт, экскурсии, игры. За день у ребят проходит несколько мастер-классов, а после мы отправляемся навстречу приключениям – в детские досуговые центры или на прогулку. Список развлечений большой, дети в восторге от разнообразия и впечатлений! Их горящие глаза – это показатель для нас, что мы справились со своей задачей – сделать лето незабываемым!

Родители могут не волноваться – группы по возрастам небольшие, так что нашим преподавателям легко их контролировать и уделять внимание каждому ребенку. Ваши дети будут под бдительным присмотром, мы несем ответственность за них, пока они находятся в «Компьютерной Академии РУБИКОН».



ПРОГРАММЫ ЛЕТНЕГО IT-КЛУБА

ДЛЯ ЮНЫХ IT-ШНИКОВ (7-8 ЛЕТ):

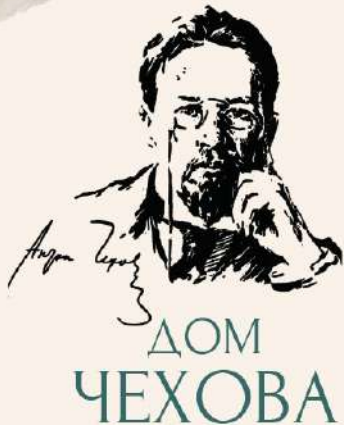
- **программирование** (создание алгоритмов; разработка компьютерных игр на платформах Kodu Game Lab и Scratch);
- **робототехника** (создание роботов Lego WeDo и программ для управления ими);
- **дизайн** (знакомство с понятием 2D- и 3D- графика, создание трехмерной модели любимого героя; изучение графического редактора Krita и работа с «пиксель-арт»; создание уникального принта, который можно распечатать и перевести на любимую одежду).

ДЛЯ УВЛЕЧЕННЫХ ГАДЖЕТАМИ И ТОЧНЫМИ НАУКАМИ (9-15 ЛЕТ):

- **программирование** (принципы построения алгоритмов; разработка компьютерных игр на платформах Kodu Game Lab и GDevelop в зависимости от возраста; создание собственного тематического сайта);
- **робототехника** (знакомство с робоплатформой Lego Mindstorms; создание и программирование роботов, написание программ для управления ими; соревнования роботов);
- **дизайн** (знакомство с понятием 3D-моделирования; создание трехмерной модели, ее печать на 3D-принтере; работа в графическом редакторе, разработка уникального постера в цифровом формате; создание уникального принта, который можно распечатать и перевести на любимую одежду);
- **видеоблогинг** (секреты успешного старта в Youtube и TikTok; знакомство с видеоредакторами и создание видеороликов; создание блога в Яндекс.Дзен и написание интересных статей).



rubiconpro.ru
+7 (4872) 711-711



В ЧЕЛОВЕКЕ ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ПРЕКРАСНО

НЕДАВНО ОТКРЫВШИЙСЯ МУЛЬТИКУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР «ДОМ ЧЕХОВА» ПРЕДЛАГАЕТ ГОСТЯМ СОВРЕМЕННЫЙ ФОРМАТ МЕРОПРИЯТИЙ В РАЗНЫХ НАПРАВЛЕНИЯХ, НАЧИНАЯ ОТ УЮТНЫХ КВАРТИРНИКОВ У СЕРГЕЯ ВОРОБЬЕВА, МУЗЫКАЛЬНЫХ ДЖЕМОВ И ДЖАЗОВЫХ СЕЙШЕНОВ И ЗАКАНЧИВАЯ СКАЗКАМИ И РАЗВИВАЮЩИМИ МУЗЫКАЛЬНЫМИ ЗАНЯТИЯМИ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ.



Недавно в «Доме Чехова» с успехом прошел квартирник с участием известного представителя ивент-индустрии Александра Волкова. Александр ещё раз доказал, что не зря считается непревзойденным мастером разговорного жанра, поделился невероятными историями из своей жизни, вместе с кавер-группой Джазофрения зажигательно исполнил свои любимые композиции. Общение получилось по-настоящему живым и двусторонним, все гости вечера активно задавали вопросы, шутили и конечно, подпевали!





Мероприятия для самых маленьких тоже пользуются большой популярностью. На «Музыкальной азбуке» малыши делают первые шаги в мире музыки, знакомятся с музыкальными инструментами и пробуют воспроизводить простые мелодии. «Бэби-концерты» учат детей понимать классику, воспринимать красоту и гармонию музыки, а новый формат волшебной постановки «Сказки у камина» не оставляет равнодушными ни детей, ни взрослых: сказка в прямом смысле слова оживает на глазах благодаря профессиональным актёрам и музыкантам.

СПЕШИМ АНОНСИРОВАТЬ!

Мы постоянно совершенствуемся и создаем новое – совсем скоро гостей «Дома Чехова» ждут самые трендовые музыкальные форматы. Например, событие с провокационным названием «Золотая молодёжь», организованное Татьяной Ребровой, вокалисткой коллектива «Джазофрения».



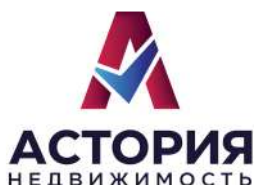
Также откроется новый цикл программ, посвященных парфюмерной индустрии – важной составляющей жизни человека. Парфюмерный эксперт с опытом в индустрии более 10 лет, настоящий знаток своего дела Карина Никифорова, совладелица бутика селективной парфюмерии Atelier des Parfums, поделится секретами своей загадочной и удивительной профессии. У гостей мероприятия будет возможность насладиться композициями из личной коллекции парфюмера, сравнить и оценить интересные сочетания. 10 июня в тандеме с невероятными парфюмерными аккордами гости «Дома Чехова» смогут окунуться в мир джазовой музыки от коллектива «Билет на М.А.Р.С.».





ДЛЯ ИПОТЕКИ СЕЙЧАС – ИДЕАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ!

СТАВКИ ПО ИПОТЕКЕ ТО ВЗЛЕТАЮТ В НЕБЕСА, ТО СНОВА СНИЖАЮТСЯ. ЧТО СЕЙЧАС ПРОИСХОДИТ С ИПОТЕЧНЫМ КРЕДИТОВАНИЕМ? И КОГДА СНОВА МОЖНО БУДЕТ РАССЧИТЫВАТЬ НА «ДЕШЕВУЮ» ИПОТЕКУ? ГОВОРИМ ОБ ЭТОМ С АЛЕКСАНДРОМ СТРЕЛКОВЫМ, ИПОТЕЧНЫМ СПЕЦИАЛИСТОМ КОМПАНИИ «АСТОРИЯ».



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

– Александр, повышение ипотечных ставок лишило многих надежды купить свое жилье. Каков процент по ипотеке сейчас? Есть смысл обращаться за кредитом?

– В конце февраля этого года в сфере ипотечного кредитования начался непростой период: Центробанк поднял ключевую ставку до 20%, этот показатель стал рекордным за все последние годы. Но ключевая ставка уже трижды снизилась, и выгодная ипотека вернулась! Сегодня рабочая ставка по ипотечным кредитам составляет 9-11% на объекты вторичной недвижимости и 6-8% на новостройки. Это практически «докризисные» условия, поэтому, если пару месяцев назад вы успели попрощаться с мечтой о новом жилье, пора строить новые планы и действовать.

– Раньше действовали низкие ставки на ряд новостроек, была господдержка, специальный процент для семейных заемщиков и т. д. Сейчас такая льготная ипотека доступна?

– Да, и у банков, и у застройщиков по-прежнему действуют специальные программы, и их много – приходите, будем рады познакомить вас с этими предложениями.

На вторичном рынке ряд банков оказывает поддержку разным категориям заемщиков – например, работникам оборонной промышленности, медицинской и образовательной сфер. Для них действует ставка от 7%.

Рынок новостроек предлагает еще более «вкусные» условия. Так, сейчас оказывается огромная поддержка сотрудникам IT-сферы: они могут взять ипотеку на новое жилье по ставке 4-5%. Для многодетных семей и тех, у кого после 1 января 2018 года родился ребенок, ставка составляет 5-6%. Даже сами застройщики идут навстречу клиентам и предлагают ипотеку практически на условиях рассрочки – всего под 0,1% на весь период кредитования! Это ли не идеальные условия, чтобы порадовать себя и совершить покупку?

– Александр, сейчас ипотеку можно оформить самостоятельно, даже в банк для заявки ходить не нужно. Для чего обращаться за ипотекой в агентство недвижимости?

– Для экономии времени и денег. Наша компания предлагает клиентам огромный сервис по ипотечному кредитованию, начиная от первичной консультации по кредитным продуктам до выдачи кредита в банке и оформления комплексного ипотечного страхования на наиболее выгодных условиях. А ипотечная ставка практически по всем продуктам с «Асторией» будет ниже, чем в банке, так как мы – ключевые партнеры практически всех кредитных организаций и поэтому имеем больше предпочтений. Несложные расчеты показывают: экономия на пониженной ставке и скидке по страховке на период в 10 лет позволяет клиенту кроме квартиры купить еще и небольшой домик!

Компания «Астория» предлагает своим клиентам, которые уже купили недвижимость, бесплатное рефинансирование ипотечного кредита, что позволит значительно снизить расходы по действующей ипотеке.

Ипотека по-прежнему остается доступным, удобным и быстрым способом приобрести недвижимость. Не откладывайте покупку – сейчас для нее созданы идеальные условия! А мы в «Астории» будем рады помочь вам оформить ипотеку выгодно и быстро. Вы работаете, занимаетесь своими делами – а мы полностью сопровождаем сделку, помогая вам исполнить мечту о новом жилье.

МОД НЫЙ ДОМ



ПОРА СМЕНИТЬ ОБСТАНОВКУ

Ремонт или переезд кажутся слишком серьезным шагом? Но на самом деле нужно только на него решиться – и возможности придут сами. Если хочется перемен вокруг себя, или дома стало тесно и некомфортно – действуйте! А мы расскажем о новых достойных местах для жизни и выгодных способах приобретения жилья, об актуальных трендах интерьера и о том, как превратить ремонт в увлекательное приключение.

Интерьеры будущего



Мargarита Некрасова, дизайнер, [margosha_140586](#) и Ирина Селянина, основатель бюро Atelier, [atelier_tula](#)

В ИЮНЕ В МИЛАНЕ ПРОЙДЕТ ЕЖЕГОДНАЯ ВЫСТАВКА SALONE DEL MOBILE.MILANO — ОДНО ИЗ ВАЖНЕЙШИХ СОБЫТИЙ ДЛЯ ЕВРОПЕЙСКИХ ДИЗАЙНЕРОВ И ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ МЕБЕЛИ. ЗДЕСЬ ФОРМИРУЕТСЯ МЕБЕЛЬНАЯ И ИНТЕРЬЕРНАЯ МОДА, ОПРЕДЕЛЯЮТСЯ ТЕНДЕНЦИИ РАЗВИТИЯ МЕБЕЛЬНОГО РЫНКА НА БЛИЖАЙШИЕ ГОДЫ. КАКИЕ ТРЕНДЫ В ОБЛАСТИ ИНТЕРЬЕРНОГО ДИЗАЙНА НАС ЖДУТ В НОВОМ СЕЗОНЕ, РАССКАЗАЛИ МАРГАРИТА НЕКРАСОВА И ИРИНА СЕЛЯНИНА.



Матовые поверхности. Они позволяют подчеркнуть форму предметов и глубину цвета, не дают лишних отражений, способных нарушить гармонию. Даже там, где традиционно царил глянцевый блеск, появляется все больше матовых поверхностей: керамическая плитка, смесители, санфаянс. Матовые стены и паркетные лаки, кухонные фасады и светильники — это не только актуально и красиво, но и практично.



Натуральные материалы.

Дерево, камень, металл, стекло, натуральные ткани остаются главными источниками вдохновения для производителей мебели со всего мира. А естественность, экологичность будут самыми актуальными трендами не только на ближайший год, но, скорее всего, на много лет вперед. Ведь природа — поистине гениальный дизайнер!



Сад в доме. Природа врывается в интерьер в самом своем натуральном, живом виде: растения становятся главным декором пространства. Вариантов много — от точечного озеленения с помощью миниатюрных кашпо и флорариумов до больших растений в напольных горшках, «графичных» комнатных цветов с крупными рельефными листьями и целых фитостен. Живые растения уместны даже в ванной комнате. Это свежо и необычно! Попробуйте сами или обратитесь к дизайнерам, которые впишут фитокомпозиции в ваш проект с учетом пространства, освещенности и микроклимата.

Благодарим за помощь в подготовке материала Ирину Селянину и Маргариту Некрасову.




Мрамор и дерево. Теплые природные оттенки дерева великолепно гармонируют с элегантностью мрамора. Такой тандем применим в любом пространстве (кухне, ванной, гостиной) и разных предметах интерьера.



НАСТОЯЩИЙ ЛОФТ – СЛЕПКИ ВЕКОВОГО КИРПИЧА

Легендарная фабрика камня
«Феодал» в Туле

 **СТРОЙ
ДИЛЕР**

Шоурум «СтройДилер»,
г. Тула, Веневское шоссе, 31-6
718-200, +7-910-077-66-00
www.stroy-diler.ru



ЭКСКЛЮЗИВНЫЕ
КОЛЛЕКЦИИ
ВЕКОВОГО
КИРПИЧА



СЕРТИФИЦИРОВАН-
НЫЕ ПРОИЗВОДСТВО
И ПРОДУКЦИЯ



МИНИМАЛЬНЫЙ
СРОК ИЗГОТОВЛЕНИЯ
ЗАКАЗА



БОЛЬШАЯ СКЛАДС-
КАЯ ПРОГРАММА



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ
КОНСУЛЬТАЦИИ И
УДОБНАЯ ФОРМА
ОПЛАТЫ

 **СТРОЙ
ДИЛЕР**

Шоурум «СтройДилер»,
г. Тула, Веневское шоссе, 31-6
718-200, +7-910-077-66-00
www.stroy-diler.ru



**ПРИГЛАШАЕМ
К СОТРУДНИЧЕСТВУ
ДИЗАЙНЕРОВ И
АРХИТЕКТОРОВ**

ИДЕАЛЬНАЯ ДЕТСКАЯ ДОЛЖНА РЕШАТЬ МНОГО ЗАДАЧ: БЫТЬ ПРОСТОРНОЙ, БЕЗОПАСНОЙ, РАЗВИВАЮЩЕЙ, ВМЕЩАТЬ В СЕБЯ МЕСТА ДЛЯ УЧЕБЫ, ТВОРЧЕСТВА, ОТДЫХА, ВСТРЕЧ С ДРУЗЬЯМИ. КАК СОВМЕСТИТЬ ВСЕ ЭТО В ОДНОМ ПОМЕЩЕНИИ, ЗНАЕТ ЕЛЕНА КОРОЛЕВА, ДИЗАЙНЕР, РУКОВОДИТЕЛЬ СТУДИИ «ДЕКОРАТОР».

ДЛЯ САМЫХ ВАЖНЫХ В ДОМЕ



ЕЛЕНА КОРОЛЕВА,
дизайнер, руководитель
студии «Декоратор»

Комната для ребенка должна быть многофункциональной, особенно если он не один, и тем более, если в одной комнате живут мальчик и девочка. Распланировать места для хранения так, чтобы они не загромождали помещение; уместить в детской спальные места, рабочие столы; оставить достаточно места для игр; предусмотреть будущие трансформации комнаты по мере роста ребенка – дизайнер детской должен все очень тщательно продумать и просчитать, чтобы ребенку было удобно и уютно в его личном пространстве.

У нашей студии «Декоратор» накоплен огромный опыт в проектировании квартир и домов с детскими комнатами. Мы решали самые разные задачи – создавали детские для активных непосед и спокойных творческих детей, для малышей и подростков, для разнополых детей и многодетных семей. Мы знаем, как «примирить» разные вкусы и интересы в одной комнате и как гармонично вписать интерьер детской в общую стилистику дома. Мы всегда подсказываем заказчику оптимальное зонирование, во многих случаях находим возможности для дополнительного расширения пространства. И помогаем оформить детскую под ключ – от проекта до поставки всех необходимых материалов и комплектации комнаты мебелью, светом, текстилем и декором. Чтобы ваш ребенок полюбил свою детскую с первых шагов!



DECORATOR

студия дизайна интерьера

www.decorator-studio.ru, ул. Пролетарская, д. 26
+7 (950) 911-38-55, +7 (950) 911-38-55



Екатерина Бушина,
дизайнер, компания Room,
и Тамила Курбанова, комплектатор,
интерьерный салон «Доминанта».

Именно так, легко и радостно, переживают процесс ремонта клиенты дизайнера Екатерины Бушиной и комплектатора Тамилы Курбановой. Они рассказали «Модному городу» историю одного ремонта – для многих удивительную, а для них – одну из многих.

Квартиру, в которой мы побывали вместе с Екатериной и Тамилей, ее владельцы впервые увидели практически одновременно с нами: до этого – только на фотографиях и проекте дизайнеров. Заказчики полностью доверились специалистам – начиная с поиска самой квартиры и заканчивая финальными штрихами в отделке.

– Для нас это была интересная история, но не первая в нашей практике, когда мы помогаем людям не только с интерьером, но и с поиском самой квартиры, – рассказывают Екатерина и Тамила. – Заказчики жили за тысячи километров от Тулы, планировали переезд и обратились к нам. Озвучили пожелания по поводу квартиры и будущего дизайна, и мы предложили варианты – квартиры, которые по метражу, планировке, наличию несущих колонн и другим особенностям позволяют реализовать их требования. Это верный подход: выбирать не только район, этаж и количество комнат, но и сразу пригласить дизайнера, чтобы он оценил квартиру с точки зрения будущего дизайн-проекта – возможно ли будет воплотить его в этом помещении?

Наши заказчики не видели квартиру в черновом варианте. Они не знают, что в ней происходило в процессе ремонта. Не вникали в наши сложности с поиском материалов (а в связи с последними событиями это оказалось непростым делом). Они регулярно получали наши отчеты и знали, что во второй половине мая смогут приехать в уже готовый интерьер. А когда приехали – пришли в восторг, потому что реальность оказалась лучше проекта и превзошла их ожидания.

РЕМОНТ – ЭТО ПРИКЛЮЧЕНИЕ

НЕ «ХУЖЕ ПОЖАРА» И НЕ ПОВОД ДЛЯ РАЗВОДА – РЕМОНТ МОЖЕТ БЫТЬ УВЛЕКАТЕЛЬНЫМ ПРИКЛЮЧЕНИЕМ! КОГДА ВЫ НЕ ЗАГРУЖЕНЫ ЗАБОТАМИ ПО ПОИСКУ МАТЕРИАЛОВ И КОНТРОЛЮ ЗА МАСТЕРАМИ, А ЖИВЕТЕ В ПРИЯТНОМ ПРЕДВКУШЕНИИ РЕЗУЛЬТАТА И ЗНАЕТЕ, ЧТО ОН БУДЕТ В ТОЧНОСТИ ОТВЕЧАТЬ ВАШИМ ЖЕЛАНИЯМ.



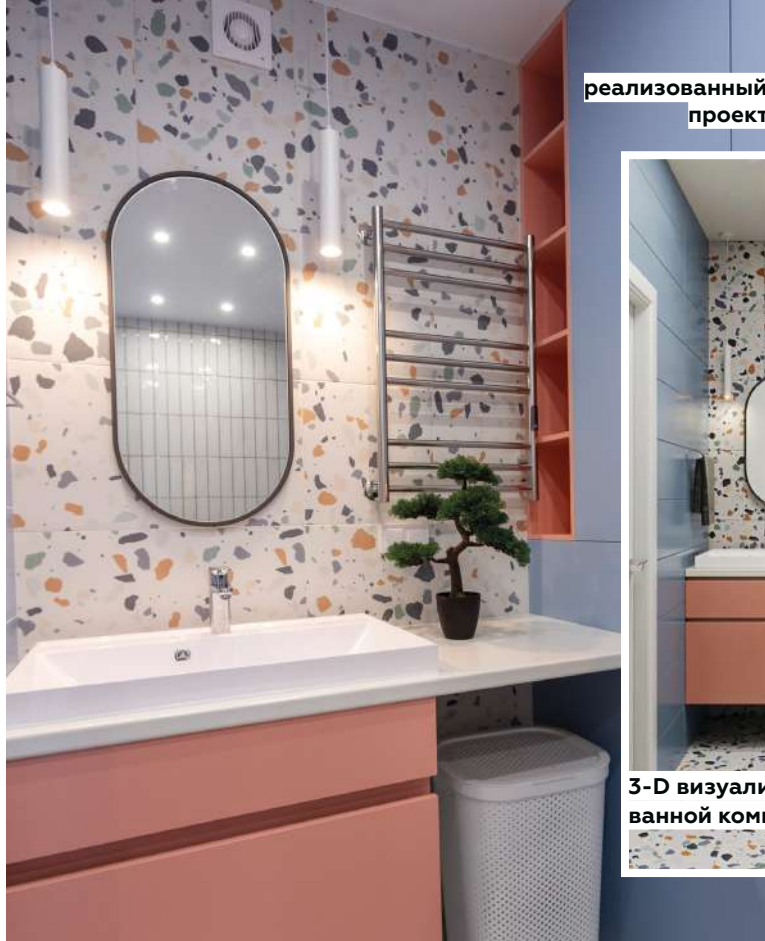
ROOM
студия
дизайна
и ремонта

ЕКАТЕРИНА БУШИНА,
руководитель студии ROOM
Дизайн&Ремонт, организатор
конференции «Квартира 2.0»
roomprof.ru
+ 7(920)277-33-17

КУРБАНОВА ТАМИЛА,
сооснователь сети салонов
сантехники и плитки il bagno
Основатель интерьерного
салона «Доминанта»

DOMINANTA
КОМПЛЕКТАЦИЯ ИНТЕРЬЕРОВ

Коминтерна, 24д, 2 корпус;
118, 120 место; 1 этаж
Мосина, 6/11 этаж
+79051197722, +79051197755
t.me/dominanta_showroom



3-D визуализация
ванной комнаты

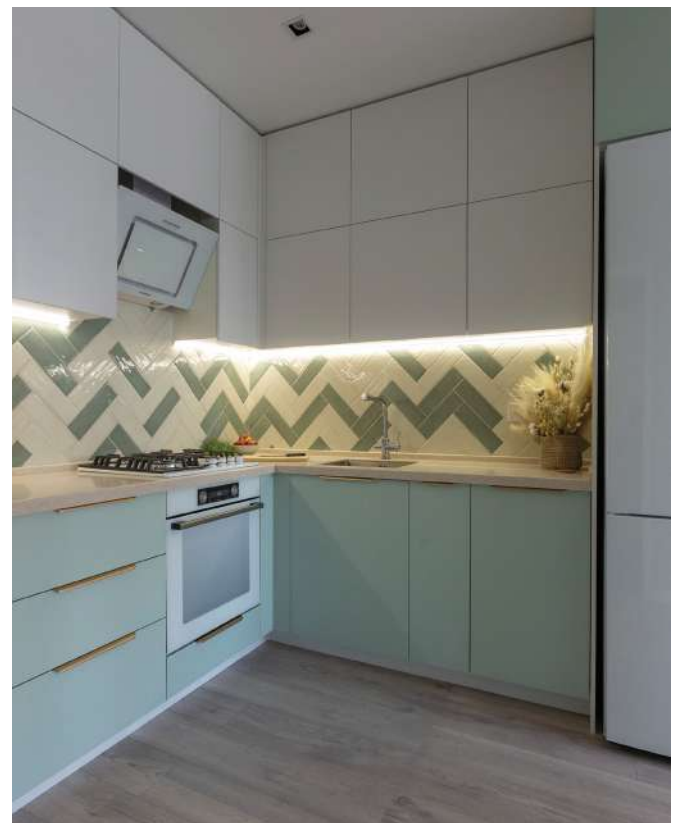
У нас получился светлый и воздушный интерьер. Ключевыми стали слова заказчицы «я романтическая натура», и от этого мы оттолкнулись. Во всей квартире выдержана цветовая палитра из очень нежных, спокойных оттенков. В интерьере переплетаются несколько стилей, но главное, что он является единым целым: общая концепция, нить прослеживается во всех помещениях, благодаря чему квартира выглядит гармоничным пространством.

Мы убеждены: ремонт должен быть не проблемой, а приятным приключением. Нашего заказчика не касаются никакие заботы. Он не нервничает по поводу исполнителей, материалов, технических сложностей: всё это – только наши проблемы. Мы работаем, а владелец квартиры находится в приятном предвкушении результата. Как мы этого добиваемся?

1. Мы работаем в тандеме – дизайнер+комплектатор. Первый создает проект и следит за его исполнением, второй – подбирает все необходимые материалы для его реализации. Он отлично ориентируется в рынке, может предложить разные варианты по производителям и цене, подскажет, как не переплачивать, умеет найти альтернативы в случае необходимости. В этой квартире разгар ремонта пришелся на санкции, и часть зарубежных материалов стала недоступна. Тамила быстро нашла достойные аналоги у наших производителей, и процесс отделки не остановился.

2. Тщательно подбираем исполнителей и следим за тем, чтобы каждый этап работ выполнял специалист, квалифицированный в своей сфере. Постоянно контролируем ход работ, чтобы мастера делали, как надо, а не как им проще.

3. Мы с уважением относимся к бюджету заказчика. И можем воплотить желаемый проект как в люксовых материалах, так и в демократичных. Знайте: кра-



сивый интерьер может быть как дорогим, так и вполне доступным – как раз за счет использования аналогов из разных ценовых категорий.

4. Мы отталкиваемся от результата, которого ждет клиент. Не берем «что есть» и делаем «что получится», а берем результат и намечаем этапы, необходимые для его достижения. С таким подходом реализация всегда совпадает с визуализацией, и человек получает именно то, чего ожидал.

КУХНЯ И ТЕХНИКА БЕЗ ПЕРЕПЛАТЫ!

0%

РАССРОЧКА*
на 12 месяцев

* Рассрочка – кредит без переплаты для покупателя. Предоставляется путем оформления покупателем потребительского кредита. Переплата – разница между стоимостью товара и размером кредита – погашается продавцом товара. Кредит выдается банком-партнером ПАО «МТС-БАНК», Генеральная лицензия Банка России на осуществление банковских операций № 2268 от 17.12.2014 г. Кредит на срок до 12 месяцев при условии внесения первоначального взноса до 50%. Максимальная ставка – 24,5% годовых. Максимальный размер кредита – 850 000 рублей. Банк оставляет за собой право отказать покупателю в предоставлении кредита. Срок проведения акции с 01.06.2022 по 30.06.2022. Подробности об организаторе акции, порядке и способах приобретения товара в рассрочку, условиях оформления кредита можно узнать у менеджеров-дизайнеров в студиях, по телефону 8 (800) 100-31-31 либо на сайте maria.ru. Организатор акции в любой момент вправе пересмотреть сроки и условия акции. Не является публичной офертой.

г. Тула,
пр-т Ленина, д. 112,
МЦ «Тaurus», 3 этаж,
тел.: 8 (920) 272-99-33

Мария
Кухни и Шкафы



**КОГДА
КУХНЯ
В РАДОСТЬ**

с 1999 года



БЛАГОУСТРОЙСТВО УЧАСТКА ВОЗЛЕ ЗАГОРОДНОГО ДОМА КАЖЕТСЯ ВАМ СЛОЖНОЙ И ДОРОГОЙ ЗАДАЧЕЙ? ЗНАЙТЕ: ЕСТЬ ПРОСТЫЕ И ДОСТУПНЫЕ ПО ЦЕНЕ РЕШЕНИЯ, КОТОРЫЕ ПОМОГУТ ВАМ БЫСТРО СДЕЛАТЬ ТЕРРИТОРИЮ КРАСИВОЙ И УДОБНОЙ. ЭТО НА САМОМ ДЕЛЕ ЭЛЕМЕНТАРНО – ЗАЙТИ НА САЙТ «САД-ТУЛА», ЗАКАЗАТЬ, ПОЛУЧИТЬ, ОТДЫХАТЬ!

ЗАГОРОДНАЯ ЖИЗНЬ: 4 шага к красивому участку

1. НАВОДИМ КРАСОТУ В САДУ
 Всё, что требуется от вас, – взять бумагу, карандаш и нарисовать, где вы хотите видеть клумбы с цветами, кусты роз и места для отдыха в тени. А дальше заходим на сайт sad71.ru и выбираем: для клумб – специальные ограждения, в которые можно сажать цветы на разных уровнях. Для роз, клематисов, вьющихся растений – арки и перголы. Для отдыха – лавочки всевозможных форм, в том числе скамейки с арками для цветов. Красота неописуемая! Если у вас еще не обустроена входная/въездная группа, в «Сад-Тула» можно заказать навес для автомобиля или козырек над входом в дом. Доставку и монтаж всех этих элементов благоустройства тоже обеспечит компания.

2. ОБСТАВЛЯЕМ БЕСЕДКУ/ ВЕРАНДУ
 Если в вашем доме есть веранда или отдельно стоящая стационарная беседка, «Сад-Тула» поможет вам создать в ней практичный и стильный интерьер. Здесь можно заказать столовые группы, сделанные специально для эксплуатации на улице.

А в самом уютном уголке веранды поставьте подвесное кресло – в нем так приятно отдохнуть после обеда! Кресло закреплено на устойчивом металлическом основании, сиденье имеет анатомическую форму, чтобы вы нашли в нем самое удобное положение, а подушка не только потрясающе мягкая, но и непромокаемая – так что даже в дождь ее можно не убирать в дом.



3. ОБУСТРАИВАЕМ ОГОРОД
 Хотите отвести пару соток территории под овощи, зелень, ягоды? Эту задачу тоже можно решить за один день. Покупаем теплицу, каркасы для грядок, автоматические системы полива – и ваш огород начнет работать на вас с минимальным вашим участием.

Найти всё для огорода можно в «Сад-Тула». Компания – производитель, поэтому в продаже есть теплицы любых размеров и форм. Чтобы подстраховаться на случай будущих снежных зим, выбирайте теплицы с усиленным каркасом. Покупки привезут на ваш участок, соберут, установят – и сажайте с удовольствием!

4. СОЗДАЕМ ЗОНУ ОТДЫХА И БАРБЕКЮ
 Определитесь с местом, где вы будете отдыхать, и ставьте там качели, готовую беседку, мангал и/или тандыр. Закажите всё, что нужно для отдыха, на сайте «Сад-Тула», и в течение пары дней покупки приедут к вам. Ставим, качаемся, разжигаем, жарим, отдыхаем! Кстати, обратите особое внимание на тандыр: это крутая альтернатива мангалу, мясо в нем получается божественным!



Интернет-магазин «Сад-Тула»
 г. Тула, пр-т Ленина, 169, строительный рынок
 «Слобода», павильон 96, sad71.ru

Плодово-ягодные деревья из «Изумрудного мира» дают хороший урожай. Здесь представлены более ста разновидностей яблонь, более 50 сортов груш, около 40 – вишневых деревьев, а еще многое другое.

Для любителей всего необычного – новинки селекции. Но большей популярностью все-таки пользуются традиционные сорта: антоновка, коричное полосатое, славянка – сочные и вкусные яблоки, знакомые всем с детства.

Обновить участок в питомнике «Изумрудный мир» можно довольно бюджетно. Здесь не тратят деньги на закупку черенков, производят их сами, поэтому стоимость саженцев ниже, чем у многих других компаний.

Особые условия действуют для оптовых покупателей, чей заказ стоит больше 50 000 рублей.

ПИТОМНИК «ИЗУМРУДНЫЙ МИР» Преобразите свой участок

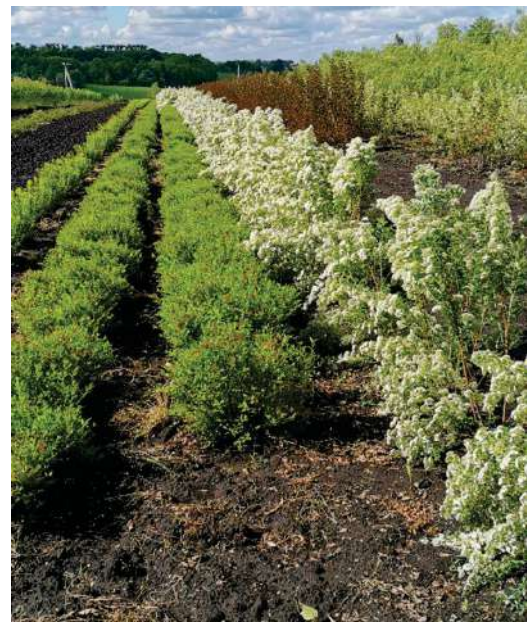
Даже самый обычный участок можно сделать райским уголком, если правильно его обустроить. Деревья и кустарники не только преобразят ландшафт, но и придадут ему индивидуальность.

Питомник «Изумрудный мир» считается одним из самых крупных в регионе. На 100 гектарах территории здесь выращивают сотни видов деревьев и кустарников. Декоративные, плодово-ягодные, традиционные и необычные сорта – чего здесь только нет! Если вы хотите вырастить дерево почти с нуля, выбирайте совсем молодые саженцы. Нужно сразу большое растение для реализации дизайн-проекта? Крупномеры возрастом до 12 лет тоже есть в «Изумрудном мире». Выбрать де-

рево в питомнике вы можете сами на месте. В этом случае профессиональная бригада выкопает и упакует растения, которые приглянулись именно вам.

Уже несколько лет в тренде у всех ландшафтных дизайнеров хвойные породы. В питомнике «Изумрудный мир» несколько десятков видов елей, сосен, туй и можжевельников. Все они выращены из черенков прямо в питомнике, поэтому адаптированы к климату нашей территории и не погибнут за один сезон.

Хорошая приживаемость саженцев – визитная карточка питомника. При правильной посадке и уходе все 100% растений отлично чувствуют себя на загородных участках. Питомник полностью отвечает за качество: квалифицированные специалисты тщательно следят за ростом деревьев и кустарников, вовремя проводят обрезку и опрыскивание. Так что к своим будущим хозяевам деревья попадают с правильно сформированной кроной и хорошим иммунитетом. Также у питомника есть заключение о карантинном фитосанитарном состоянии подкарантинной продукции и свидетельство карантинной экспертизы, выданные Федеральной службой по ветеринарному и фитосанитарному надзору.



ИЗУМРУДНЫЙ МИР

Питомник растений.
Российский посадочный материал.

Тепло-Огаревский район,
пос. Теплое, ул. Новодорожная.
8-910-555-70-42, 8-903-597-75-81
[изумрудный-мир.rf](http://izumrudny-mir.rf)
VK club84574824

17 ЛЕТ
УСПЕШНОЙ
РАБОТЫ
НА ТУЛЬСКОМ
РЫНКЕ



ТОВАРЫ ВСЕГДА
В НАЛИЧИИ



ДЕМОКРАТИЧНЫЕ
ЦЕНЫ



БЫСТРАЯ
ДОСТАВКА

- **ДЕКОРАТИВНЫЕ КРАСКИ И СОСТАВЫ**
- **ДЕКОРАТИВНЫЕ ШТУКАТУРКИ**
- **ФИНИШНЫЕ ПОКРЫТИЯ**
- **ГЛАДКИЕ ПОКРЫТИЯ**
- **ГРУНТЫ И ПРАЙМЕРЫ**
- **ЛАКИ И ЗАЩИТНЫЕ ПОКРЫТИЯ**
- **ИНСТРУМЕНТЫ** (КЕЛЬМЫ, ШПАТЕЛИ, КИСТИ, ВАЛИКИ, ТРАФАРЕТЫ)
- **УСЛУГИ КОЛЕРОВКИ ЛАКО-КРАСОЧНЫХ МАТЕРИАЛОВ** (ВЫСОКОТОЧНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ, ПОЗВОЛЯЮЩЕЕ ВОСПРОИЗВЕСТИ ЛЮБОЙ ОТТЕНОК С ТОЧНОСТЬЮ ДО 95%)

Сегодня покупателям не нужно совершать утомительные «экскурсии» по демонстрационным залам торговых центров, бесконечно долго искать нужные отделочные материалы. Приобрести декоративные покрытия просто, достаточно посетить наш каталог. Мы предоставляем своим клиентам свободный доступ к огромному ассортименту продукции, изготовленной ведущими отечественными и зарубежными производителями, имеющей выгодное соотношение «цена-качество».

Материалы, представленные в интернет-магазине, можно комбинировать между собой с бесконечной вариативностью. Это позволяет воплотить в реальность любой творческий замысел, передать особую стилистику помещения и выполнить имитацию камня, дерева, металла или мрамора на поверхностях.

📍 г. Тула, ул. Мосина, 2в

☎ +7 910 946-10-14

🌐 decorator-td.ru



На кухню – как на праздник

ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ ГОТОВИТЬ ДОМА ВКУСНО, КАК В РЕСТОРАНЕ, И ДЕЛАТЬ ЭТО ЛЕГКО, БЫСТРО И С УДОВОЛЬСТВИЕМ, В ТУЛЕ РАБОТАЕТ КУЛИНАРНАЯ СТУДИЯ «ПЕТУХ В ВИНЕ». ЗДЕСЬ СВОИМИ СЕКРЕТАМИ СО ВСЕМИ ЖЕЛАЮЩИМИ ДЕЛЯТСЯ ТАЛАНТЛИВЫЕ ШЕФ-ПОВАРА: ПОД ИХ РУКОВОДСТВОМ МОЖНО ОСВОИТЬ ЛЮБОЕ БЛЮДО – ОТ СЫРНИКОВ ДО ХАЧАПУРИ. И НА ВОПРОС «ГДЕ ТЫ НАУЧИЛАСЬ ТАК ГОТОВИТЬ?» ГОРДО ОТВЕЧАТЬ «У ШЕФ-ПОВАРА!»

Студию «Петух в вине» открыла тулячка Анастасия Победкина. Любовь к готовке в свое время привела ее саму на мастер-классы к поварам в столице, сподвигла окончить ресторанный школу, а затем и открыть свою. Пять лет назад в Туле появилась кулинарная студия «Петух в вине», где каждую неделю проходят мастер-классы – для тех, кто любит готовить и хочет делать это виртуозно, а также для тех, кто не любит, но мечтает полюбить.

– Моя студия работает для тех, кто хочет научиться готовить ресторанные блюда в домашних условиях, разноо-

образить меню, кому в целом интересна эта тема, – рассказывает Анастасия. – Помню, на самом первом мастер-классе мы готовили стейк: тема оказалась популярной и у женщин, и у мужчин. Но основная наша аудитория – все же женщины. Возраст разный: это и начинающие хозяйки, и опытные, которые хотят научиться чему-то новому и разнообразить домашнее меню.

Мы очень серьезно подошли к оснащению студии: все оборудование, посуда для приготовления, приборы – профессиональные. И мастер-классы ведут профи высокого уровня – это талантливые шеф-повара лучших туль-

ских заведений. В студии несколько постоянных ведущих мастер-классов. Это Вера Фомина, бренд-шеф ресторана «Император». Игорь Синдеев – недавно он открыл в Туле свой ресторан TEN, который уже у многих на слуху. С июня мастер-классы будет вести Тинатин Пацурия, шеф-повар ресторана «Шарден».

Блюда грузинской кухни вообще являются самыми востребованными на наших мастер-классах – потому что это очень вкусно, сытно, просто и понятно каждому. Но мы, конечно, не ограничиваемся Грузией: наши повара постоянно предлагают что-то особенное из итальянской, французской и других кухонь мира, чтобы наши гости открывали для себя новые сочетания вкусов. Тот же Игорь Синдеев проводил мастер-классы по блюдам из меню своего ресторана, и это было очень интересно.

«Петух в вине» открывался как кулинарная студия для мастер-классов, но через некоторое время возник запрос от гостей на кулинарные праздники – например, день рождения или корпоратив с кулинарной составляющей. И мы их с удовольствием проводим – любые праздники, включая детские. Маленькие гости готовят сырники, цезарь, пиццу, бургеры, пасту – простые понятные блюда, которые легко готовить и вкусно есть.

Каждый мастер-класс у нас – не просто занятие по принципу «делай как я». Это целое событие, с особой атмосферой, авторскими «фишками» от ведущего-повара, с живым общением между профессионалом и гостями.

ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ ИНТЕРЕСНО, НЕСТАНДАРТНО ПРОВЕСТИ ВРЕМЯ, ПЕРЕНЯТЬ СЕКРЕТЫ МАСТЕРСТВА У ПРОФЕССИОНАЛОВ, ПРИМЕНИТЬ ИХ НА СВОЕЙ КУХНЕ. МЫ ПОМОГАЕМ ПОЛЮБИТЬ ГОТОВИТЬ – ПОТОМУ ЧТО КОГДА ТЫ УМЕЕШЬ ДЕЛАТЬ ЭТО ПРАВИЛЬНО, ПРОЦЕСС ПРЕВРАЩАЕТСЯ В СПЛОШНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ!

«ПЕТУХ В ВИНЕ»: 5 ЛЕТ ВКУСНОЙ ЖИЗНИ

25 МАЯ КУЛИНАРНАЯ СТУДИЯ «ПЕТУХ В ВИНЕ» ОТМЕТИЛА ПЯТЫЙ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ. И НА ЭТОМ ПРАЗДНИКЕ, КОНЕЧНО ЖЕ, ВСЕ ГОТОВИЛИ – ПО ОСОБО ТОРЖЕСТВЕННОМУ МЕНЮ. ШЕСТЬ БЛЮД, АВТОРСКИЕ СЫРЫ, ФРАНЦУЗСКИЕ ВИНА, ИНТЕРЕСНЫЕ ГОСТИ – ЭТО БЫЛО ПОТРЯСАЮЩЕ!

Приглашенной звездой праздничного кулинарного мастер-класса стал Алексей Андреев, первый российский сыродел, посвященный в рыцари Международной Гильдии сыроделов (Франция), лауреат престижных российских и международных конкурсов, поставщик известных московских ресторанов, в том числе отмеченных звездами «Мишлена». Он представил свои сыры гостям мероприятия, из которых они под руководством шеф-поваров Веры Фоминой и Игоря Синдеева приготовили шесть блюд. Тур де шевр на багете с печеными баклажанами, яблоками и травами; гребешок с кремом из козьего сыра карре руж; гнуди из рикотты с уткой конфи и соусом бермонте на основе фермерского камамбера и другие изыски – это была поистине высокая кухня!



**ПЕРВЫЙ РОССИЙСКИЙ СЫРОДЕЛ
АЛЕКСЕЙ АНДРЕЕВ И СОМЕЛЬЕ
АНАСТАСИЯ КАЛИНОВСКАЯ**





ШЕФ-ПОВАРА
ИГОРЬ СИНДЕЕВ И ВЕРА ФОМИНА



А ккомпанементом к ней стали интересные французские вина. Их представила собравшимся еще одна специальная гостя – сомелье Анастасия Калиновская. Кулинарный вечер превратился в долгую и интересную дегустацию – с неожиданными гастрономическими открытиями, морем новой информации и приятным общением.

П Е Т У Х
в Вине

Тула, проспект Ленина, 49
+7 (920) 749 11 11 | coquavin.ru
coquavintula



ДВЕ ВЕЧЕРИНКИ ПОДРЯД, ДВА ЗВЕЗДНЫХ ГО-СТЯ, ДВОЙНАЯ ПОРЦИЯ МУЗЫКИ, ВКУСА И РАЗ-ВЛЕЧЕНИЙ – КЛУБ PYRAMIDA В МАЕ ОТМЕТИЛ СВОЕ ВТОРОЕ РОЖДЕНИЕ ПОСЛЕ ПЕРЕЗАГРУЗКИ.

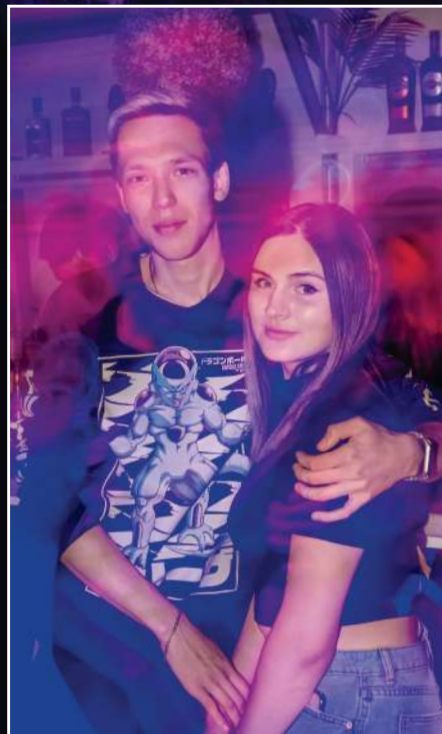
Открытие обновленного клуба порадовало гостей двойным «звездным десантом». 13 мая в PYRAMIDA выступила певица Элона Миллер, звезда двух сезонов проекта «Песни» на ТНТ. А 14 мая в клубе сыграл резидент «Радио Рекорд», питерский диджей Роман Иванов, выступления которого собирают огромное количество ценителей клубной музыки. Зажигательные ведущие, улетные конкурсы, неповторимая атмосфера – эти вечеринки надолго запомнятся ценителям ночной жизни.

PYRAMIDA: ПЕРЕЗАГРУЗКА



Cocktail bar
Lounge Cafe
& club





Если вы никогда не были в PYRAMIDA – вы удивитесь новому необычному пространству. Если были здесь до перезагрузки – удивитесь еще больше тому, как сильно всё изменилось. Новая концепция, стильный интерьер, крутой бар, вкусная еда в эффектной подаче, модные диджеи, клубные треки и мощный профессиональный звук – PYRAMIDA стала новой точкой притяжения на карте клубной Тулы, где отдохнуть еще интереснее и приятнее!



ул. Советская, 10/С
+7 (4872) 589-589
VK pyramida.club

Понедельник, вторник, среда
с 12.00 до 24.00

Четверг и воскресенье
с 12.00 до 02.00

Пятница и суббота
с 12.00 до 06.00

Полетели на море!

ВЫБИРАЕМ КУПАЛЬНИК, ДОСТАЕМ ЧЕМОДАН! ЕСЛИ ВЫ ЕЩЕ НЕ ВЫБРАЛИ, КУДА ОТПРАВИТЬСЯ В ОТПУСК, – ЛОВИТЕ СОВЕТЫ ОТ АННЫ ТИТОВОЙ, РУКОВОДИТЕЛЯ ТУРАГЕНТСТВА SUNDALI. ОНА ПОДСКАЖЕТ, КУДА МОЖНО ДОБРАТЬСЯ ПРЯМЫМ РЕЙСОМ, СКОЛЬКО ДЕНЕГ ГОТОВИТЬ НА ТУР И КАК НЕ ИСПОРТИТЬ ОТДЫХ ФОРС-МАЖОРНЫМИ СИТУАЦИЯМИ.



АННА ТИТОВА,
руководитель турагентства **sun.dali**

Выбор направлений, открытых для пляжного отдыха, сейчас, вопреки ожиданиям, достаточно большой. Но куда-то придется лететь с пересадкой и долгим ожиданием, куда-то по воздуху не добраться вовсе, а где-то еще действуют жесткие ковидные ограничения. Поэтому для этой подборки я остановилась на тех курортах, с которыми все просто, – прямые рейсы, нормальная обстановка, комфортный климат и возможность купить тур по вполне адекватной цене.

Почему тур, а не самостоятельный отдых? Думаю, в нынешней ситуации ответ на этот вопрос очевиден: тур – это спокойствие, уверенность в том, что отдых пройдет, как надо, простота организации, когда не нужно самому искать жилье по непроверенным каналам и бояться, что что-то пойдет не так. И с финансовой точки зрения покупатель тура почти всегда будет в выигрыше: и билеты, и проживание туроператор бронирует со значительными скидками, которые самостоятельный турист вряд ли получит. Итак, полетели!



ТУРЦИЯ
от 31000 р., 5* ALL

Любимая всеми, теплая, комфортная, вкусная – Турция неизменно занимает первое место в топе самых популярных летних направлений. В июне здесь еще достаточно комфортная температура даже в разгар дня, но уже теплое море. Никакой напряженности в связи с геополитической обстановкой не ощущается, коронавирусные ограничения смягчены до нуля. Рейсы прямые, в основном их выполняют турецкие авиакомпании.



СОЧИ
от 29000 р., 3* ВВ

Сочи – единственный российский курорт, куда на сегодняшний день можно добраться самолетом (в Анапу, Геленджик, Крым полеты пока не возобновились). Удивительно, в этой ситуации цены и на билеты, и на отели пока вполне приемлемые. Советую ловить момент и бронировать отдых заранее, пока все желающие полететь на «наш юг» не раскупили всё, и цены не взлетели в космос.



МАЛЬДИВЫ
от 85000 р., 4* НВ

Одним из самых популярных направлений для премиального отдыха остаются Мальдивы. Что интересно: в июне здесь обычно несезон, но в последнее время что-то случилось с погодой))). Сезон дождей сократился до редких кратковременных осадков, и июнь стал подходящим временем для отдыха в этом тропическом раю.



ОАЭ
от 40000 р., 3* НВ

В июне здесь еще жарче, чем в Египте, поэтому выбираться из-под кондиционера лучше пораньше или попозже, когда солнце более милосердно. Зато – фантастическая архитектура, шопинг, пляжи, теплейшее море. Летим прямыми рейсами от Emirates и Fly Dubai.



ЕГИПЕТ
от 44000 р., 4* ALL

Для тех, кто любит погорячее! В первый месяц лета здесь в среднем +35°, но при этом за счет сухого климата жара не кажется изнурительной. Море сейчас уже теплее: +25° – самое время купаться, любоваться богатейшим подводным миром, нырять к кораллам. Добраться можно прямым рейсом.

Инна Филина

2 июня

ОВЕН

21.03–20.04

Суэта, хаос и неопределенность в начале июня – не лучшее время для важных дел. Вообще сейчас вам стоит избегать крупных покупок и финансовых операций: берегите деньги, силы и нервы. Отложите задачи на конец месяца, а сейчас просто расслабьтесь.

ТЕЛЕЦ

21.04–21.05

Намечаются серьезные изменения в личной жизни: уже пора принять важные решения, и вы, скорее всего, сделаете это с большой радостью. А вот со сменой работы лучше повременить: чуть позже подвернутся более удачные варианты, чем сейчас.

БЛИЗНЕЦЫ

22.05–21.06

Перемен не избежать, но большинство из них будут позитивными. На место старых связей, проектов, отношений придут новые люди и идеи, и вы в полной мере прочувствуете энергию обновления. Вероятно приятное романтическое знакомство.

РАК

22.06–22.07

Для вас начинается новый жизненный этап, который обещает, что как минимум 10 ближайших лет будут очень удачными. Свободные Раки ощутят это прямо сейчас: их личная жизнь забурлит и заиграет новыми красками.



ЛЕВ

23.07–23.08

В июне у вас будут все ресурсы для того, чтобы рисковать по-крупному и совершать смелые шаги. Сейчас может сбыться то, о чем вы мечтали в последние месяцы. Поэтому действуйте и ничего не бойтесь.

ДЕВА

24.08–23.09

Сейчас в вашей рабочей сфере могут произойти серьезные изменения. Встречи и начинания в середине июня могут кардинально повлиять на ваши планы и подтолкнуть вас в том направлении, о котором вы и не мечтали.

ВЕСЫ

24.09–23.10

Лето начнется бурно, откроеет вам массу возможностей, которые обеспечат вас финансами на много месяцев вперед. Главные шансы июня будут завязаны на партнерстве, так что учитесь слушать, понимать и работать в команде.

СКОРПИОН

24.10–22.11

В начале месяца поезжайте в отпуск, займитесь домом или здоровьем: для важных рабочих дел сейчас не время. Если планировали смену работы – хорошие возможности появятся с середины июня.

СТРЕЛЕЦ

24.10–22.11

В деловой сфере наметится некий хаос – самое время отстраниться. Удачными будут поездки с семьей, порадуют успехами дети (старшие хорошо сдадут экзамены), у свободных Стрельцов случатся бурные романы. Наслаждайтесь!

КОЗЕРОГ

22.12–20.01

В этом месяце актуальным станет вопрос покупки недвижимости или вложений в развитие бизнеса. В личной жизни некая давняя и неразрешимая проблема наконец, к вашей радости, сдвинется с мертвой точки.

ВОДОЛЕЙ

21.01–19.02

Настало время взяться за что-то масштабное: проявить инициативу, взяться за новый проект, попробовать себя в другой сфере. Все получится! С деньгами аккуратнее: сейчас не стоит рисковать и по-крупному тратить.

РЫБЫ

20.02–20.03

В июне на первый план выйдут личные дела – наведение красоты в доме, общение с детьми. Долгоиграющий роман перейдет в новую фазу. Семейные пары могут задуматься о переезде, в том числе в другой город.



ПОСТУПАЙ ПРАВИЛЬНО!

В какой вуз поступить после школы, чтобы образование было качественным, обучение – интересным и современным, а студенческая жизнь – активной и насыщенной? Об этом поговорим с ректором «Международной полицейской академии ВПА» Евгением Каршовым и проректором академии, директором Социально-технологического колледжа Елизаветой Каршовой.

– Если говорить о качестве высшего образования – на что вы советуете обратить внимание выпускникам школ?

– Важных моментов много: это репутация вуза, его оснащенность, преподавательский состав, наличие востребованных и интересных ребенку направлений, процент трудоустройства выпускников по полученным специальностям.

В нашей Академии учится около 3000 студентов, эта внушительная цифра о многом говорит – нас выбирают, потому что доверяют и считают лучшими. И мы гордимся тем, что являемся одним из лучших негосударственных вузов региона,

прекрасно оснащенным, с мощнейшим преподавательским составом, большим перечнем актуальных специальностей и современным программами обучения. Наши студенты получают качественную подготовку по профессиям, которые удовлетворяют как их личные интересы, так и современные запросы рынка труда.

Не менее важна и внеучебная активность. У нас студенческая жизнь кипит: постоянно проводятся интеллектуальные игры, фестивали, викторины, квесты, экскурсии, встречи с интересными людьми, наши студенты участвуют в научных конференциях, конкурсах, всех городских мероприятиях.

– На какие специальности можно поступить в Академию и колледж?

– В Академии ведется обучение по 11 направлениям бакалавриата: это прикладная информатика, бизнес-информатика, экономика, менеджмент, юриспруденция, государственное и муниципальное управление, психология, психолого-педагогическое образование, лингвистика, управление качеством, организация и технология защиты информации.

В колледже студенты учатся по 10 специальностям в области экономики, юриспруденции, информационных технологий и педагогики. С прошлого года появились два новых направления – «Право и судебное администрирование» и «Правоохранительная деятельность». После окончания колледжа выпускники могут продолжить обучение в Академии по ускоренным программам высшего образования. Это позволяет после 9 класса всего за шесть лет получить среднее профессиональное и высшее образование.

– После вуза или колледжа, не имея опыта, всегда непросто найти работу. У ваших выпускников с этим есть сложности?

– Наша статистика говорит сама за себя: 95% выпускников трудоустроены, причем практически все – по полученным в вузе специальностям. По одному из ведущих наших направлений, юриспруденции, работают около 93% выпускников, по менеджменту – 91,7%, 90% по экономике, почти 92% – по психолого-педагогическому профилю. Мы даем качественное образование, поэтому наших выпускников высоко ценят в государственных и коммерческих структурах. И мы сами не стоим в стороне от проблемы трудоустройства: в нашей структуре есть Центр карьерного развития, который активно помогает в поиске работы.

– Дайте совет школьникам – как выбрать дело по душе и правильно определиться с будущей профессией?

– Ищите то, что вас увлекает. То, что вы можете представить своим делом на ближайшие 5, 10, 15 лет и даже на всю жизнь. И начинайте думать о будущем как можно раньше – это позволит вам попробовать себя в разных сферах и понять, к какой из них больше лежит душа.

У нас путь к своей будущей профессии можно начать со школьных лет: после 7 класса поступить в Кадетский учебный центр на курсы военно-патриотической и профподготовки, затем – в колледж на льготных условиях, в дальнейшем – получить высшее образование в Академии по ускоренной программе.

Прием документов в Международную полицейскую академию и Социально-технологический колледж уже идет. Предоставить оригиналы документов для зачисления на очное отделение можно до 30 августа, на заочное – до конца сентября.



**ПРОГРАММА
ТРЕХ ДИПЛОМОВ**

**ОБУЧЕНИЕ
БЕЗ ГРАНИЦ**



МЕЖДУНАРОДНАЯ ПОЛИЦЕЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ВПА

- Информационная безопасность
- Юриспруденция
- Управление качеством
- Государственное и муниципальное управление
- Прикладная информатика
- Менеджмент
- Экономика
- Бизнес-информатика
- Лингвистика
- Психология
- Психолого-педагогическое образование

СОЦИАЛЬНО- ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ

- Компьютерные системы и комплексы
- Обеспечение информационной безопасности телекоммуникационных систем
- Право и организация социального обеспечения
- Правоохранительная деятельность
- Право и судебное администрирование
- Операционная деятельность в логистике
- Финансы
- Экономика и бухгалтерский учет
- Дошкольное образование
- Преподавание в начальных классах

г. Тула, ул. Рязанская, 1
www.mpa71.ru

8 (4872) 700-354
abitur@mpa71.ru

8 (4872) 700-353 (приемная комиссия)
8-800-707-19-76 (звонок бесплатный)

г. Тула, ул. Рязанская, 1
pk1@ctk71.ru

**ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ДИПЛОМ**

8 (4872) 700-352 (приемная комиссия)
8-800-555-04-21 (звонок бесплатный)



ОХРАННЫЙ ХОЛДИНГ ПРАЙД

ОХРАННЫЕ УСЛУГИ



Физическая
охрана



Охранное
видеонаблюдение



Монтаж и обслуживание
пожарной сигнализации



Техническая
охрана



Охрана культурно-
массовых мероприятий



Личная охрана
граждан



г. Тула, ул. Пирогова,
д. 14а, оф. 212
pride-security.ru
+7 (4872) 36-79-46



УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ
И НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР
СТРАТЕГИЯ ПРОФИ

