

# МОДНЫЙ ГОРОД

№ 124 НОЯБРЬ 2019

## ДЕЛУ ВРЕМЯ

ЧАСЫ ДЛЯ СТИЛЬНЫХ

ПРИГЛАШЕННЫЙ РЕДАКТОР

ВИКТОРИЯ СИЛАЕВА,  
ЛЭШМЕЙКЕР

**7**  
ЗВЁЗД  
ВАШЕГО  
ПРАЗДНИКА

Элвар  
**АХАДОВ**

ЧЕСТНЫЙ СТОМАТОЛОГ

Рекламно-информационное издание



STUART WEITZMAN



Эксклюзивное право продажи в Туле  
МУЛЬТИБРЕНДОВЫЙ БУТИК «ТРИУМФАЛЬНАЯ АРКА»  
Тула, Демонстрации, 1а, +7 4872 30 95 59  
[instagram.com/triumfarka](https://www.instagram.com/triumfarka)





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

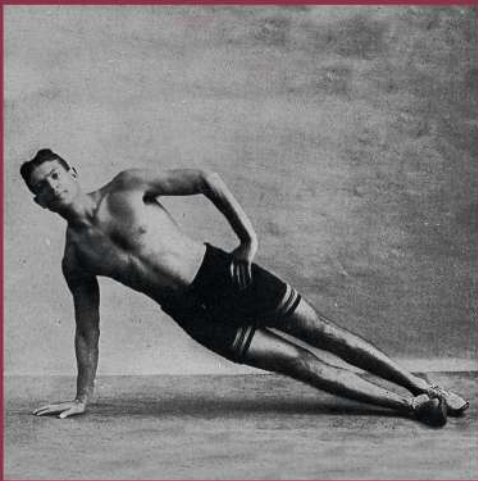


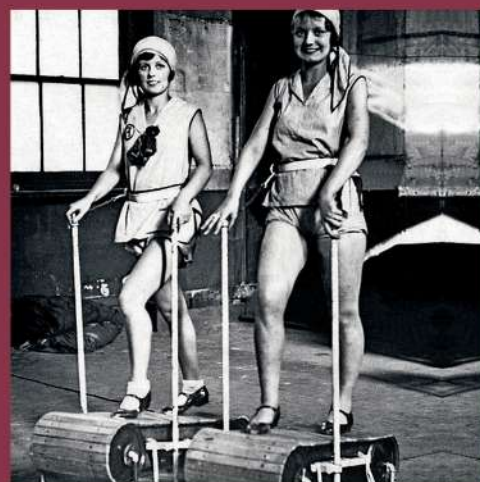
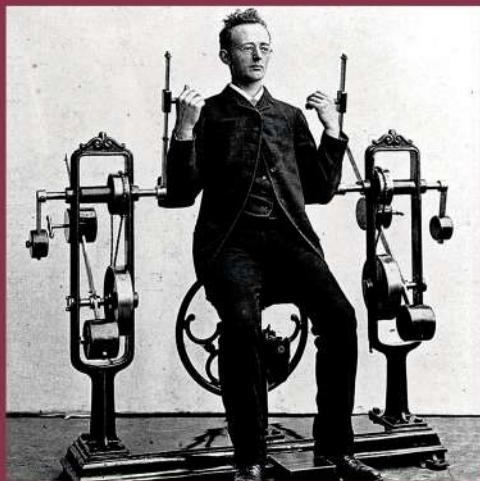
ИП Ибраева И. В.

**WEEKEND**

---

**MaxMara**





Откройте для себя

# ГОГОЛЬ

ФИТНЕС-ЦЕНТР



*Фитнес  
В лучших традициях!*



Тула, ул. Гоголевская, 45-а. Тел. 52-52-05.

[www.gogol-fit.ru](http://www.gogol-fit.ru)

# ПРЯНОСТИ & РАДОСТИ

РЕСТОРАН

Г. ТУЛА | УЛ. ОКТЯБРЬСКАЯ 1Д | ТЕЛ. 773-007

  PRYANOSTITULA





*Вы еще не заказали  
корпоратив?  
Приходите к нам!*

• ГОСТИНИЦА •  
**ТУРГЕНЕВЪ**  
• РЕСТОРАН •



ВЪ Туле

Тургеневская, 13

Уважаемые дамы и господа!

Имеем честь пригласить

вас отпраздновать

НОВОГОДНИЕ

КОРПОРАТИВЫ

2020

в ресторане

«ТургеневЪ».

[www.restoran-turgenev.ru](http://www.restoran-turgenev.ru)

[www.turgenevhotel.ru](http://www.turgenevhotel.ru)

Тел.: +7(4872) 25-97-26, 25-97-25



# ИТАЛЬЯНСКИЙ ДОМ МОДЫ

мультибрендовый бутик

Красноармейский пр-т, 6, тел. 31-50-90

# TWIN - SET

FALL/WINTER 2019-20

# СВЕЖИМ ОТ ОСЕНИ

**К**огда за окном холодно и, что еще хуже, пасмурно и серо, в голове то и дело всплывает такая теплая и заманчивая картинка: мягкий плед, мурчащий кот, чашка чая или кофе и интересная книга. Почему-то именно осенью книги воспринимаются как нечто особенно желанное – может, потому что из-за непогоды за окном они становятся еще одним символом домашнего уюта?

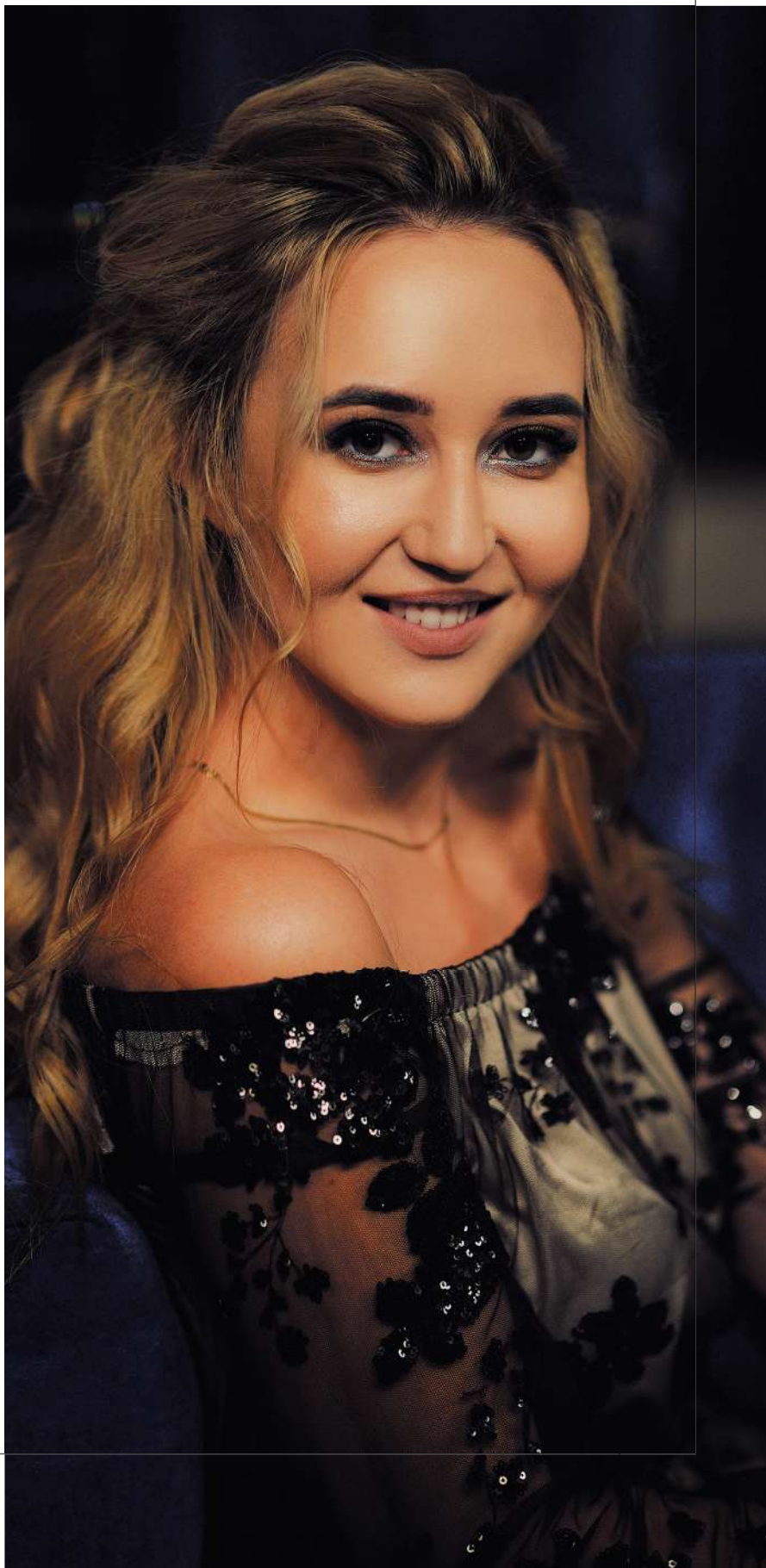
Хотя моя любовь к книгам не зависит от времени года: я всегда очень много читаю. Книги для меня – это богатство мыслей, мнений и опыта: иногда он мне не близок, но от этого не менее ценен. Недавно прочитала одну забавную мысль: «У хороших книг есть одно важное преимущество перед людьми – они не задают idiotских вопросов». Наверное, в этом есть доля правды))).

Я читаю с утра и перед сном, если остаются силы после рабочего дня. Читаю в дороге, когда еду на чемпионаты и конференции. Читаю в самолете по пути в новый для меня город, который, надеюсь, станет моим. В нем солнечно и тепло даже поздней осенью, но уютные вечера с пледом и книгой даже здесь никто не отменял.

Есть книги, которые для меня становятся таким личным источником душевного тепла. В их числе – новеллы и романы Анны Гавальды, легкие, изящные и ироничные; захватывающие истории Дэна Брауна; произведения Паоло Коэльо – например, «Брида», красивая и таинственная история о любви и духовном поиске; трилогия итальянской писательницы Ирэне Као «Я смотрю на тебя», «Я чувствую тебя», «Я люблю тебя». Смотрите, чувствуйте, любите! Согревайтесь чувствами и хорошими книгами!

## ВИКТОРИЯ СИЛАЕВА,

приглашенный редактор «Модного города», лэш-методолог, автор учебных курсов по наращиванию ресниц, спикер международных конференций



Реклама. Официальный дистрибьютор ООО «Свент Групп (РУС)». Элегантность как стиль жизни.



Elegance is an attitude\*

*Simon Baker*  
Саймон Бейкер

# LONGINES®



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



HydroConquest

# СТАНЕТ ВСЕМ СВЕТЛЕЙ

Хмурой поздней осенью организму нужно больше позитива – смешных историй, праздников, красивых вещей. Подборка событий и новостей в нашей афише позволит вам улыбнуться – и надеемся, не раз.



КУПИТЬ БИЛЕТ  
MYSLO.RU/KASSA

## «ПУТАНЫ» (18+)

Спектакль по пьесе итальянца Нино Манфреди: автор дал разрешение на постановку в России только при условии, что режиссером будет Роман Виктюк. Трогательная история о взаимоотношениях драматурга и проститутки, профессии которых, как выясняется, имеют очень много общего. Мягкая обаятельная постановка со смешными диалогами, блистательным дуэтом Ефима Шифрина и Екатерины Карпушиной и пятеркой клоунов-хулиганов, которые и ведут спектакль. **20 ноября. ГКЗ**



## ДИМА БИЛАН (6+)

Музыкант представит программу «Планета Билан» – это шоу в новом для России формате, на стыке музыки, перформанса, кино и героического комикса. Это фильм в жанре фэнтези, сыгранный вживую на сцене.

**20 ноября. Манеж стадиона «Арсенал»**



КУПИТЬ БИЛЕТ  
MYSLO.RU/KASSA

## GAYAZOV\$ BROTHERS (12+)

Талантливые хитмейкеры GAYAZOV\$ BROTHERS давно покорили все музыкальные чарты и плейлисты. Братья Гаязовы – авторы хитов «Кредо», «До встречи на танцполе», «Черная пантера», «Пьяный туман» и «Увезите меня на Дип-хаус», который уже 4 недели держится в топах музыкальных чартов на первом месте.

**7 декабря. CONCERT HALL**



КУПИТЬ БИЛЕТ  
MYSLO.RU/KASSA

## СЛАВА КОМИССАРЕНКО (18+)

Один из главных резидентов проекта Stand Up на ТНТ едет в Тулу с большим сольным концертом и новой программой. Слава рассказывает о своих друзьях, знакомых, а также о любимой девушке и отношениях между ними. Наблюдательность этого парня и его умение посмотреть на тривиальную ситуацию под нестандартным углом зрения делают его монологи по-настоящему смешными. **19 ноября. ГКЗ**

## ТУФЛИ ОТ ВЕРЫ БРЕЖНЕВОЙ

Певица и актриса Вера Брежнева выпустила капсульную коллекцию обуви совместно с брендом Aquazzura. В капсуле Vera x Aquazzura – семь моделей, отражающих уникальный стиль звезды.



КУПИТЬ БИЛЕТ  
MYSLO.RU/KASSA

## НАСТЯ КУДРИ (12+)

Яркая блондинка с фигурой модели, «русская Джиджи Хадид», героиня светской хроники – певица Настя Кудри представит зрителям в Туле свои хиты «Нам будет жарко», «Mayday», «Тамагочи», «БУ» и новые, еще неизданные треки. Эту исполнительницу вы могли видеть в клипе «Будет жарко» с Ольгой Бузовой, а также она успела записать дуэтную песню и клип «Я обещаю» с туляком Алексеем Воробьевым.

**15 ноября. Backstage Club**



Фото из архива футбольного клуба «Арсенал»,  
сезон 2018–2019 г.



# CASA DI LUKA

## ТУЛА, Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ!

«Тула – красивый и богатый на исторические места город», – говорил Лука Джорджевич в одном из первых своих интервью. – «Я очень счастлив, что приехал сюда. Здесь хорошая команда, хороший клуб. Я рад, что смог помочь «Арсеналу» достичь больших результатов». И он не подвел! Проведя серию игр за тульский клуб, футболист не только помог «Арсеналу» snискать славу, но и сам упрочился в своей любви к городу оружейников.

Casa di Luka откроется в знак благодарности и любви к тулякам, клубу и команде «Арсенал». Ресторан предложит лучшие блюда семейной кухни дома Луки Джорджевича. Уютный, спокойно оформленный зал ресторана порадует гостей и создаст атмосферу тепла и радости от встреч с любимыми и родными, а по-домашнему вкусное меню европейской кухни влюбит каждого гостя в гастрономические традиции Луки, его семьи и друзей.



Лука Джорджевич:  
«Жду в гости!»

ЗНАКОМЬТЕСЬ С РЕСТОРАНОМ  
CASA DI LUKA (ДОМ ЛУКИ),  
ДРУЗЬЯ!

ДОМАШНЯЯ КУХНЯ ПРИДЁТСЯ  
ПО ДУШЕ КАЖДОМУ ТУЛЯКУ  
И ГОСТЮ ГОРОДА.



пр-т Ленина, 57,  
тел. +7(4872) 71-11-15

# ЖЕНСКИЕ ШТУЧКИ

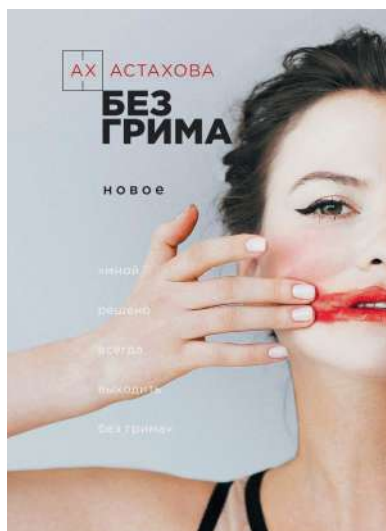
Для журнала, посвященного женщинам года, мы выбрали три книги, написанные женщинами о женщинах и для них (хотя и не только!). В них – необычные эксперименты, увлекательные истории, красивые стихи. Всё для того, чтобы приятно провести не один вечер, подумать о важном и не очень – например, о том, какие ваши мечты должны сбыться под Новый год. О счастливых отношениях, карьерных вершинах или новых сережках? Хотя одно другому не мешает, правда?



**Наталья Краснова.**  
**«1000 и 1 день без секса».**

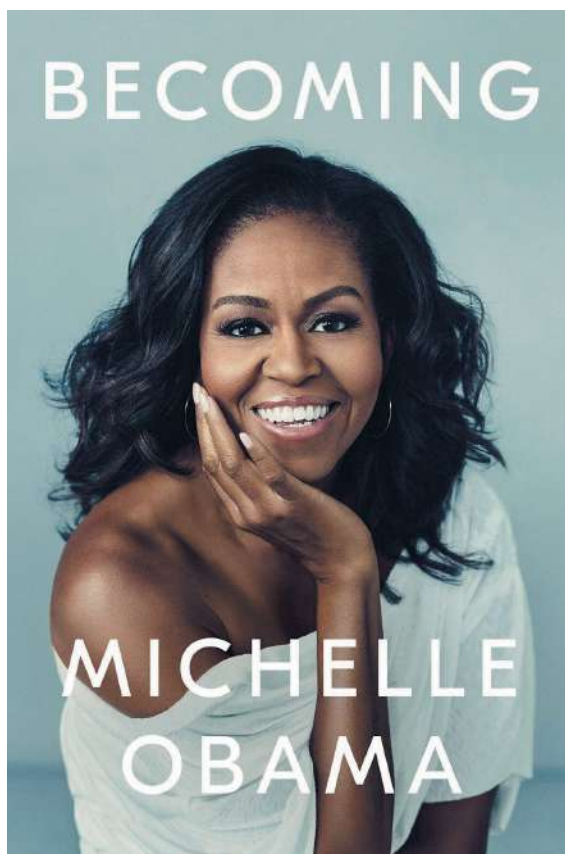
В своей книге «1000 и 1 день без секса» блогер, стендапер и сценарист Наталья Краснова рассказывает, как провела три года без секса (кстати, вполне неплохо!) и сколько всего успела без него сделать. Однако книга далеко не о сексе или его отсутствии. Это сборник правил, которые помогут сделать жизнь проще, насыщеннее и просто приятнее. Вы узнаете, как быть хорошей матерью и в то же время строить успешную карьеру, как привлекать внимание противоположного пола, если тебе почти 40 и даже немножко за, можно ли быть счастливой без мужа. Автор дает прямые ответы на вопросы, адекватные советы и порой смешит до слез.

«Сначала я не замечала, что секс ушел из моей жизни. Просто он ушел, не громко хлопнув дверью, а тихо ушел, как будто за хлебом. И там в хлебобулочном отделе так и остался лежать где-то между рогаликами с маком и свежими круассанами. Я как-то не особо сильно переживала, что секса пока нет. Я жила с уверенностью, что, если понадобится, я знаю, где его взять. Мне было просто некогда заниматься сексом, я занималась карьерой и детьми, занималась ремонтом новой квартиры и ремонтом старой машины».



**Ах Астахова.** «Без грима»

Поэтесса Ирина Астахова собирает полные залы зрителей, а в этом году она собрала новую книгу стихов. Она из двух частей: в первой – новые произведения, которые еще не публиковались на бумаге. Вторая часть сборника – это избранные и любимые многими произведения поэтессы. Среди них такие популярные стихи, как «Тебя хоть там любят?», «Время сменить маршрут», «Совет» и другие хиты, которые ее поклонники пересылают друг другу по всему миру. «А в голове навечно курсивом мысль: Сердцу любовь и честность необходимы. Я, потеряв в игре театральную смысл, Твердо решил – всегда уходить без грима».



**Мишель Обама.**  
**Becoming**

Искренние и вдохновляющие мемуары бывшей первой леди Соединенных Штатов Америки уже проданы тиражом более 10 миллионов экземпляров, переведены на 32 языка.

В своей книге Мишель Обама впервые делится сокровенными моментами своего брака – когда она пыталась балансировать между работой и личной жизнью, а также стремительно развивающейся политической карьерой мужа.

«Перед первой леди Америка предстает без прикрас. Я бывала на аукционах в частных домах, больше похожих на музеи, где стояли ванны из драгоценных камней. Видела семьи, которые потеряли все в урагане Катрина и были до слез благодарны получить в дар хотя бы работающие холодильник и плиту. Я встречала лицемеров и лгунов. Но также встречала и учителей, жен военнослужащих и многих других людей, настолько сильных духом, что я с трудом верила своим глазам».

Коллекция Осень-Зима 2019  
Партнерский бутик Swarovski в Туле салон подарков «Эго Арт»,  
г. Тула, проспект Ленина, 50, +7 4872 307354

swarovski.com



  
**SWAROVSKI**

**#SparkDelight\***

Паинька или хулиганка? Не имеет значения! Ты все равно не останешься без подарка!  
Новогодняя коллекция Swarovski от 4990 рублей

\*сияющее удовольствие

# ТРЕНДЫ НА ЗИМУ, ПРИМЕНИМЫЕ В ЖИЗНИ



Стилист Наталья Касаткина (@natasha\_martlet)

проанализировала главные тренды зимы и выбрала те, которые вы с легкостью увидите в свой гардероб и повседневную жизнь.

Трендов очень много, они меняются каждый сезон. Я хочу поделиться тенденциями, которые будут с нами долго и которые легко применить в повседневной жизни.

Выбирая тренды, не забывайте о себе, думайте, что подойдет именно вам, что впишется в вашу повседневную жизнь, что будет отражать ваш внутренний мир, и тогда вам удастся избежать ненужных покупок и быть стильными.



# 1

## ОБРАЗ ПОЛНОСТЬЮ В ЧЕРНОМ ЦВЕТЕ

Последние 10-15 лет дизайнеры и модники отдавали предпочтение белым и бежевым оттенкам, и черный цвет отошел на второй план. Но сейчас мода на черный снова набирает обороты.

Особенно актуален этот цвет с приближением зимы, потому что черная одежда практична. Поэтому делаем ставку на total black look этой осенью и зимой.

И забываем о стереотипе, что черный цвет старит и может не подходить. Замечательный пример – француженка Карин Ройтфельд, которая была главным редактором французской версии журнала Vogue. Ей далеко за 40, но она любит носить черный и выглядит замечательно. Цвет не старит – старят неудачные сочетания, текстуры, обилие неуместного макияжа, много винтажа в образе.

## РОЗОВЫЙ – ЦВЕТ НОСТАЛЬГИИ

Еще один актуальный оттенок на зиму – насыщенный розовый. Практически фуксия, но не совсем.

Как мы знаем, мода циклична. Сегодня многие ностальгируют по нулевым, которые ассоциируются с розовым цветом, потому что это была эпоха гламура. И многие дизайнеры выпускают целые коллекции, где преобладает розовый цвет. Советую разбавлять свои базовые вещи яркими розовыми. Есть мнение, что розовый – цвет для юных девушек. Не верьте. Если вам за «дцать», это вовсе не значит, что носить этот цвет не по статусу и не по возрасту. Дело не в цвете, а в том, как вы сочетаете вещи и как формируете и наполняете свой стиль.

Для себя я выбираю розовый пуховик, и носить его хочу с худи схожего оттенка. А еще очень нравится, как смотрятся брючные костюмы в розовом цвете.



# 2

**БЕЖЕВЫЕ ОТТЕНКИ В ОДНОМ ОБРАЗЕ**

Смотрится дорого, красиво, может составлять основу базового гардероба.

Сейчас в массмаркете много хороших вещей этого оттенка: в одежде, в верхней одежде, в обуви, сумках.

Если не знаете, на каком оттенке остановиться, берите бежевый, не прогадаете, особенно если вы не гонитесь за острыми тенденциями. Бежевая гамма будет с нами еще долго.

3

4

**ГЛАВНЫЙ АКСЕССУАР ОСЕНИ: ПЕРЧАТКИ**

Сделать образ стильным, не тратя много денег, можно добавив перчатки – могут быть абсолютно любые: цветные или нейтральных тонов, на контрасте с верхней одеждой или в тон, укороченные или длинные, с бахромой, кожаные или вязаные. Главное – сделать их заметными: натянуть поверх рукава или выбрать яркую модель.



5

**МАССИВНАЯ ОБУВЬ В ДУХЕ МИЛИТАРИ**

Выбираем ботинки, челси, сапоги на тракторной подошве. Сочетаем с чем угодно: от кэжуал образа до женственных платьев. Опять же очень практично в наших погодных условиях!

Такой тренд не для всех, и если массивная обувь в тренде, вовсе не значит, что противоположность – антитренд. Если предпочитаете тонкую подошву и утонченность – носим и радуемся!



6

**ПАЛЬТО ОВЕРСАЙЗ**

Что может быть удобнее и практичнее, чем вещи оверсайз? Такие пальто можно надевать на объемные свитера, худи, жакеты.

Это может быть пальто-халат, пальто-кокон, пальто прямого кроя. Самая универсальная длина – миди. С таким пальто можно носить юбки и платья ниже колена, джинсы и брюки – в общем, всё, что вы можете себе представить. Опять же, если пальто оверсайз сейчас трендовая модель, это не значит, что пальто по фигуре антитренд и его нельзя носить. Выбирайте то, что нравится и подходит именно вам.





# НИКА

РОССИЙСКИЙ ЧАСОВОЙ ЗАВОД



сеть ювелирных салонов  
**Бриллиантовая Рука**

ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, д.2  
ТК «Парадиз», пр. Ленина, д.17  
ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22а







# НИКА

РОССИЙСКИЙ ЧАСОВОЙ ЗАВОД



сеть ювелирных салонов  
**Бриллиантовая Рука**

ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, д.2  
ТК «Парадиз», пр. Ленина, д.17  
ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22а

# ЭЛВАР АХАДОВ. ЧЕСТНЫЙ СТОМАТОЛОГ

«Когда я открывал L-Dent, я хотел дать людям правду», - говорит владелец клиники, врач стоматолог-ортопед Элвар Ахадов. О прозрачном ценообразовании и доступных ценах при премиальном уровне услуг и материалах, о новых услугах и планах на будущее доктор рассказал «Мощному городу».

**К**огда заходишь в L-Dent, в первые минуты не можешь поверить, что находишься в стоматологической клинике. Снежно-белые стены, огромные часы на стене, ярко-красная люстра, сочные ягодные оттенки мебели в кабинетах врачей – интерьер как будто сошел со страниц модного глянца. Это место, где приятно быть, – и такая атмосфера как нельзя лучше сказывается на настроении пациентов: страх уходит, они расслабляются и спокойно идут к врачу. «Места, где нам нравится находиться, напрямую воздействуют на наше подсознание. В L-Dent мы сделали так, чтобы пациент не ощущал атмосферы «больницы». Это создает у людей позитивный настрой, который влияет и на эффективность лечения», – говорит Элвар Ахадов, или доктор Эл, как называют его пациенты и коллеги.

– Я хотел создать клинику, в которой всё будет сделано для пациента – его комфорта, здоровья и хорошего настроения. Еще важнее то, что в своей клинике я хотел дать пациенту главное – правду.



Образ с обложки:  
Магазин-ателье PATRIKMAN  
Тула, ул. Пролетарская д. 24  
+7 (4872) 74 05 25

**Стоматологическая  
клиника L-Dent  
Тула, пр. Ленина, 70.  
Тел.: 570-700.  
[www.ldent71.ru](http://www.ldent71.ru)  
[@ldent71](https://www.instagram.com/ldent71)**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ. И

В стоматологии я уже 10 лет и, работая в других клиниках, всегда переживал за то, что пациентам приходится сталкиваться со, скажем так, непрозрачным и неоправданным ценообразованием. Мне не нравилось брать с человека больше, чем требуется. Не нравилось, когда пациент не понимал, почему та или иная услуга стоит именно столько и почему стоит так дорого.

Для меня правда в стоматологии – когда человек получает только те услуги, которые необходимы, когда ему не навязывают лишнее, и когда лечение стоит ровно столько, сколько должно стоить.

Два года назад у меня появилась возможность открыть собственную клинику, и это позволило мне воплотить все мои идеи. Создать современную клинику с широким спектром услуг и безупречным качеством. Оснастить ее передовым оборудованием. Собрать штат отличных врачей. И работать так, как я всегда хотел, – предоставлять людям качественные услуги по честным, прозрачным ценам. Большинство планов реализовано, но впереди еще много того, что хочется сделать.

**– Элвар, L-Dent находится в центре города, в клинике дорогой интерьер, Вы используете дорогие материалы. При таких условиях даже честные цены должны быть достаточно высокими.**

– Они должны быть экономически оправданными и доступными для людей. Цены в L-Dent лишь немногим выше, чем в муниципальных поликлиниках. По многим позициям мы делаем, пожалуй, лучшее ценовое предложение среди частных стоматологий. Например, отбеливание ZOOM4 у нас стоит 19 800 рублей при средней цене по городу 25 000. Недавно у нас проходила акция, в рамках которой можно было установить виниры за 14 900 – такой цены в городе я не видел. Акции для пациентов мы устраиваем постоянно. Так, в декабре будем разыгрывать среди них бесплатную процедуру отбеливания зубов или профессиональной гигиены полости рта.

Для нас пациент – главный человек, вне зависимости от его состоятельности. В практике L-Dent были примеры, когда мы бесплатно принимали пациентов с острой болью, несмотря на то, что они не могли заплатить. Мы не раз предоставляли услуги протезирования ветеранам войны в знак уважения к их подвигу. Это работа, которую делаешь для души, от всего сердца и по совести,

и лично для меня она важнее денег.

При всём этом наша клиника финансово успешна, мы постоянно обновляем оборудование. Просто, наверное, есть разные подходы: можно стремиться к сверхприбылям, а можно работать для людей, и это тоже позволяет зарабатывать на достойную жизнь и вкладываться в развитие.

**– Как Вы подбирали врачей для L-Dent?**

– Со всеми нашими докторами я в свое время познакомился в разных клиниках, и мне нравился их подход. У нас с ними общие взгляды на работу, общие принципы. И это действительно очень крутые врачи – все: терапевты, хирург-имплантолог, ортодонты, гигиенист.

И мы все – фанаты своей работы. Если у человека есть срочная необходимость, мы не смотрим на то, что рабочий день уже закончился или еще не начался. Недавно ночью устанавливали виниры пациенту, которому нужно было экстренно улететь за рубеж.

**Мы переживаем за каждого клиента, подбираем оптимальный план лечения, чтобы человек получил отличный результат и не переплачивал за него. И люди это ценят: многие едут к нам из области, есть немало пациентов из других регионов, в том числе из Москвы и Санкт-Петербурга.**

**– Какие услуги можно получить в вашей клинике?**

– Всё, что предлагает современная стоматология. Это терапия и хирургия, то есть лечение и удаление зубов любой сложности.

Исправляем прикус брекет-системами, капями и «невидимыми» элайнерами.

Проводим безопасное отбеливание зубов системой последнего поколения

ZOOM4. Процедура безопасна для эмали, совершенно безболезненна, а эффект поражает – зубы становятся светлее сразу на несколько оттенков.

Для восстановления утраченных зубов приходите в L-Dent на протезирование. Клиника предлагает все виды протезов, от недорогих съемных до премиальных, из безметалловой керамики Emax, которая полностью повторяет цвет и прозрачность натуральных зубов.

Мы проводим имплантацию, используем импланты из титанового сплава и различные виды коронок. В L-Dent работает замечательный врач-имплантолог.

Эстетику улыбки восстанавливаем с помощью инновационных стеклокерамических виниров. Они делают зубы безупречно ровными, скрывают потемнения, пломбы и другие дефекты.

**– Вы сказали, что впереди еще много планов, которые хочется реализовать. Что нового появится в L-Dent в ближайшее время?**

– До конца года планирую закупить для клиники компьютерный томограф для 3D-диагностики полости рта. Это обеспечит высокую точность диагностики и лечения.

Еще одна задумка, которая тоже уже близка к воплощению, – оснастить клинику CAD/CAM-системой. Это полностью компьютеризованная система изготовления зубных коронок: она сканирует слепок, создает трехмерную модель и отправляет на фрезерный станок. Точность изготовления не зависит от человеческого фактора, эстетика – на высоте. И пациент может получить готовую безметалловую коронку всего за 2-3 часа, то есть за один визит к врачу.

Как я уже говорил, в нашей клинике всё для пациента. И даже время ожидания в L-Dent мы стараемся сделать максимально приятным. Угощаем посетителей очень вкусным кофе, а скоро у нас появится кофе-принтер: клиент может отправить на него любую картинку со своего телефона, и аппарат напечатает ее на кофейной пенке.

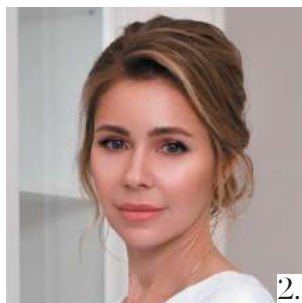
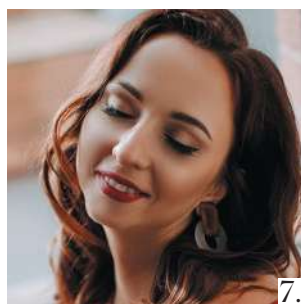
**– О чем Вы мечтаете, какие цели перед собой ставите?**

– Хочу, чтобы люди не боялись идти к стоматологу. Чтобы понимали, что докторам L-Dent можно доверять. Лично я доверяю им как себе. И чтобы пациенты не боялись высоких цен: в нашей клинике, при высоком качестве работы и материалов, они есть и всегда будут доступными.

# ЖЕНЩИНА ГОДА – 2019

В этом году «Модный город» впервые объявляет премию «Женщина года». Мы помпировали на все очень разных участниц, у которых тем не менее много общего: все они – талантливые, красивые, успешные. Они – те, на кого равняются и хотят быть похожими. Они задают тренды, делают нас лучше, а нашу жизнь – ярче и интереснее.

Кто станет женщиной года? Это решаете вы! Фотографии и истории всех номинанток уже опубликованы на портале Myslo.ru. Заходите на сайт или переходите по QR-коду с этой страницы и отдайте свой голос за одну из них. Голосование продлится до 30 ноября.



1. Светлана Савина
2. Елена Черных
3. Екатерина Захарова
4. Ольга Волкова
5. Татьяна Неченурнова
6. Наталья Демидова
7. Елена Рядинская
8. Виктория Попова
9. Карина Никифорова



Победительница получит в подарок обложку январского номера журнала и большое интервью о себе, своем деле, успехах и планах.

# Светлана САВИНА

**ДИРЕКТОР «КОМПЬЮТЕРНОЙ  
АКАДЕМИИ «РУБИКОН»**

Светлана – мама двух сыновей и знает, как важно для ребят всестороннее развитие. Поэтому к своей работе относится в первую очередь как родитель и вместе со своими коллегами делает так, чтобы каждый ребенок получил не только качественное IT-образование, но и приобрел знания и навыки для личного роста, школы и для успешного будущего. В академии регулярно обновляется программа курсов, чтобы студенты получали только актуальную информацию и им было интересно на занятиях.

В этом году академия совершила прорыв в IT-образовании. Студенты вошли в число лучших на городских и международных конкурсах, среди которых – Сертификационная олимпиада «Траектория будущего», мировой чемпионат по робототехнике IRC International. В сотрудничестве с ТулГУ академия провела первый интеллектуальный конкурс «РУБИтех» для старшеклассников. Для студентов академии были организованы экскурсии в московские офисы топовых IT-корпораций – Microsoft, Mail.Ru Group, Яндекс – и посещение крупнейшего мотивационного форума Level Up. И главное – академия расширяется: в этом году появился первый филиал «РУБИКОН» в Новомосковске. Планы на будущее грандиозны: внедрить новые учебные программы, открыть новые филиалы.





# Елена ЧЕРНЫХ

**ВРАЧ-КОСМЕТОЛОГ, ОСНОВАТЕЛЬ  
КЛИНИКИ КОСМЕТОЛОГИИ**

Секрет ее успеха – в сочетании высокого уровня профессионализма и использовании последних достижений науки. Пациенты ценят это, а главное, видят результат. Поэтому и идут к Елене: только за этот год в клинику обратилось более 1500 человек.

Сегодня в клинике Елены Черных собран мощный парк лазерных аппаратов: лазеры такого уровня есть далеко не во всех клиниках Москвы. Это немецкий диодный лазер для эпиляции – эффективный и безопасный. Это эрбиевый лазер для шлифовок и омоложения. «У нас представлены, пожалуй, самые сильные протоколы по лечению акне всех степеней тяжести и устранению рубцов любого происхождения», – говорит Елена. Разработаны протоколы по удалению сосудов на лице и теле на лазере MeDioStar Next Pro с помощью сосудистой насадки. Процедуры на подобном оборудовании не могут похвастать даже флебологические центры города. А трихоскоп Aramo 300 и программа TrichoScience Pro – эксклюзив, представленный только здесь, – помогают пациентам, страдающим от выпадения волос.

Один из успехов года – участие в международном проекте «Эстетическая медицина без границ» для помощи пациентам, пострадавшим от осложнений. Единственной клиникой города, вошедшей в этот проект, стала клиника Елены Черных.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

# Екатерина ЗАХАРОВА

**ОСНОВАТЕЛЬ БРЕНДА ОДЕЖДЫ  
LIVENTINI**

Еще год назад LIVENTINI была молодой тульской торговой маркой. Сегодня это модный, узнаваемый, востребованный бренд, которым можно гордиться, потому что местом его рождения стал наш город.

Основатель бренда Екатерина Захарова в начале этого года приняла важное решение – организовать собственное производство полного цикла. И как показало время и результаты работы, это решение было правильным. «Я требовательна, поэтому лично проверяю изделия на качество и руковожу производством. Только так я добилась достойного качества своего продукта. Бренд LIVENTINI – одежда и аксессуары европейского уровня. И это не только мои выводы – это отзывы наших уже постоянных и благодарных покупателей», – говорит Екатерина.

А еще Екатерина круто и очень удачно сменила имидж, за что ее можно было бы наградить в отдельной номинации «Преображение года». «Мне не пришлось долго думать: в голове возник образ, а через пару дней я его уже увидела в зеркале. Думаю, это еще один показатель моей решительности, уверенности и отсутствия страха».

@liventini\_tm

@live\_by\_liventini

ТЦ «Парадиз», 2-й этаж.





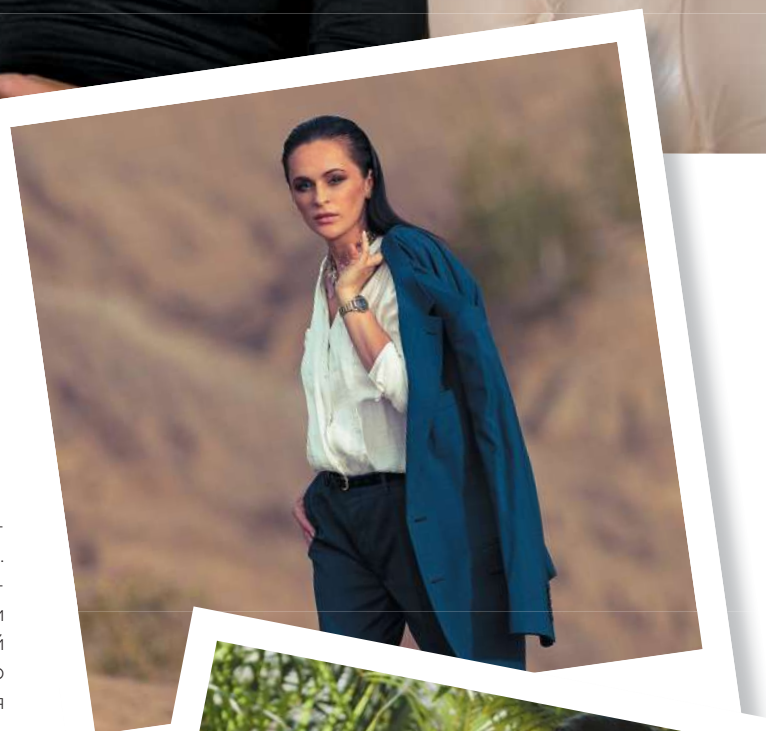
# Ольга ВОЛКОВА

**ДИРЕКТОР ТУРАГЕНТСТВА  
«АЭРОПОРТ»**

В этом году Ольга взорвала туристический рынок Тулы своей новинкой – авторскими турами. Шопинг в Италии, гастрономический тур в Санкт-Петербург, фотодевичник в Каппадокии – эти и другие туры, организованные по эксклюзивной программе, были набраны за несколько дней. Тур в Париж «разобрали» всего за три дня! «Для меня это огромный шаг вперед в развитии бизнеса, – говорит Ольга. – Авторские туры оказались очень востребованы в Туле, и это направление только растет. В новом году планирую проводить такие туры в три раза чаще, чем раньше, то есть каждый месяц, чтобы дать возможность всем желающим путешествовать интересно и разнопланово».

Агентству «Аэропорт» в этом году исполнилось уже 10 лет, и на праздник в честь дня рождения собралось огромное количество клиентов агентства. «Для меня это тоже показатель успеха. Что касается других сфер моих интересов – приятно, что Тула не осталась безучастной к благотворительным проектам, которые проходили в городе».

В следующем году Ольга планирует расширить количество офисов турагентства, организовать благотворительный ужин и реализовать себя в совершенно новой сфере деятельности. Какой – узнаем в 2020-м!





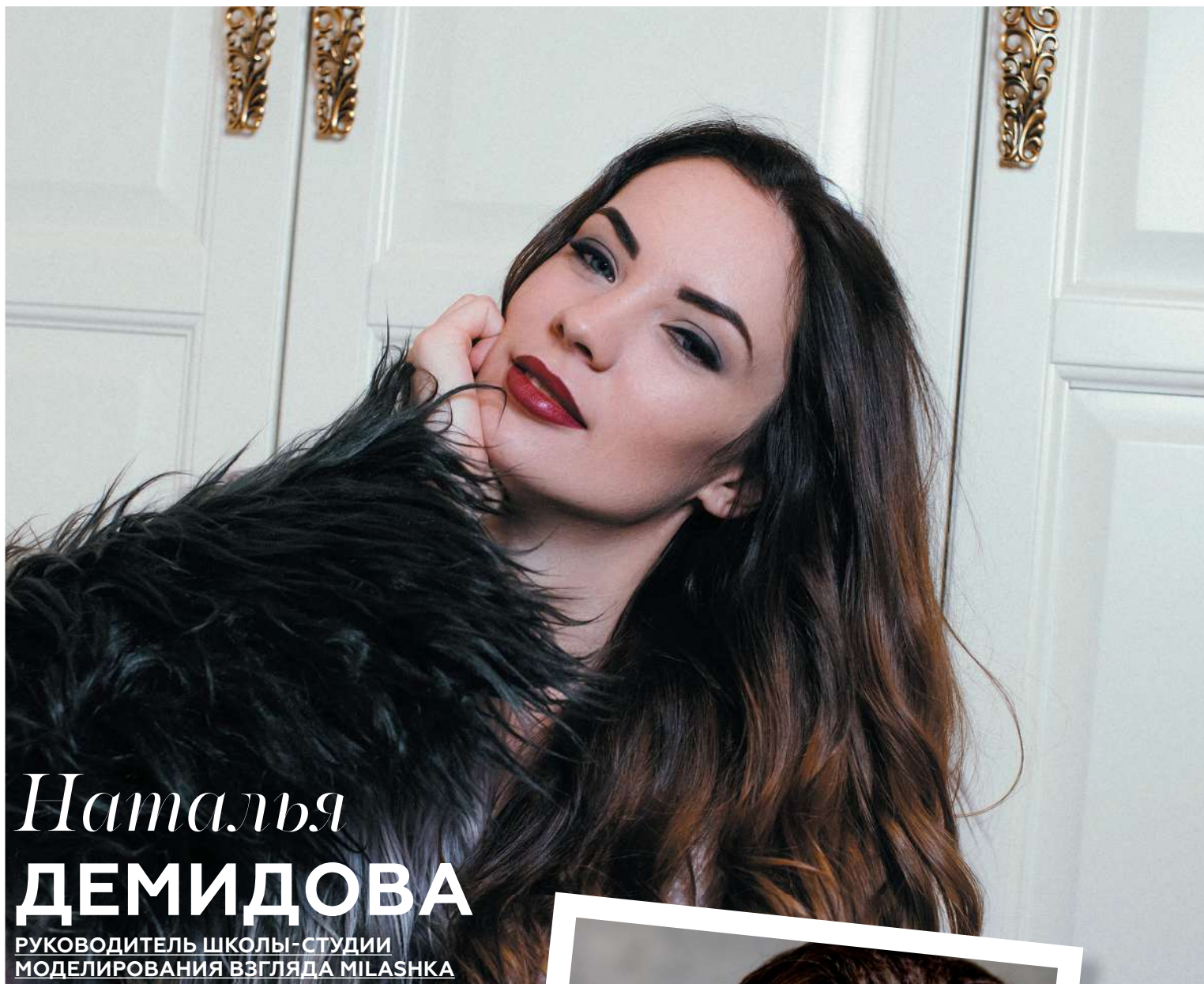
# Татьяна НЕЧЕПУРНОВА

**ВЛАДЕЛИЦА МАГАЗИНА  
«ЦЕНТР САНТЕХНИКИ»**

Именно магазину «Центр сантехники», которым руководит Татьяна Нечепурнова, доверил открытие своего эксклюзивного шоу-рума культовый французский бренд Jacob Delafon. И не случайно: по словам представителей концерна, «Центр сантехники» полностью отвечает требованиям бренда. Это удобное расположение в центре города, помещение в собственности, тщательно подобранный ассортимент и надежный деловой партнер в лице руководства: «Директор магазина Татьяна Нечепурнова – человек, горящий своим делом, грамотный и ответственный руководитель», – отметили в Jacob Delafon.

В октябре Татьяна побывала на заводе еще одного знаменитого бренда, представленного в «Центре сантехники»: «С компанией GROHE мы работаем давно, и мне всегда хотелось посетить завод и штаб-квартиру бренда, чтобы лично увидеть, как появляется на свет продукция со знаком качества «Сделано в Германии». Меня всегда привлекало в GROHE их умение выпускать визуально простые, но при этом эффектные, инновационные и удобные в использовании вещи. Я могу с уверенностью сказать: когда ультрамодные тенденции идут в гармонии с функциональностью, это позволяет создавать интерьеры вне времени».





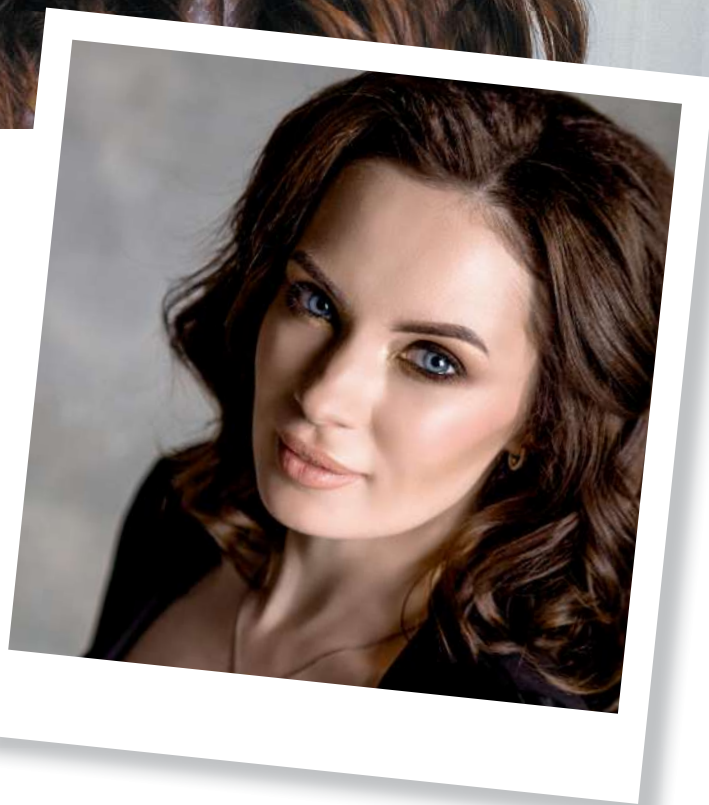
# Наталья ДЕМИДОВА

**РУКОВОДИТЕЛЬ ШКОЛЫ-СТУДИИ  
МОДЕЛИРОВАНИЯ ВЗГЛЯДА MiLASHKA**

Наталья управляет одной из самых известных в Туле школ-студий, которая дарит девушкам яркий выразительный взгляд. За год для наращивания были использованы миллионы ресничек разной длины и изгиба, а клиентки студии сэкономили сотни часов своего времени и еще больше денег, отказавшись от ежедневного макияжа и покупки туши для ресниц.

MiLASHka – это сильная школа для новых мастеров, где обучаются лэшмейкеры, бровисты, мастера по ламинированию и другим процедурам красоты. Студия продолжает развиваться, растет штат мастеров, специалисты и педагоги постоянно повышают свой профессиональный уровень и получают новые знания на российских и международных выставках.

«В личном плане год был насыщен разными событиями, и хорошими, и грустными, но моя семья остается моей опорой и гордостью. Только благодаря ей я и могу заниматься любимым делом, - говорит Наталья. – В бизнесе у меня очень много планов – надеюсь, новый год даст мне силы и время для их реализации».





## Елена РЯДИНСКАЯ

**ОСНОВАТЕЛЬ СЕТИ МАГАЗИНОВ  
ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ ECO-STORE**

Ее сильные стороны – целеустремленность и ответственность. Именно поэтому к своему делу она относится с особым вниманием, для клиентов хочет организовать лучшее качество обслуживания и не останавливается на уже достигнутом.

Елена гордится тем, что каждый день предоставляет людям возможность выбирать полезные продукты, показывает альтернативу и открывает новые вкусы. Как опытный управляющий, она точно знает, что для успешного ведения бизнеса важен личностный рост. Именно поэтому Елена постоянно продолжает обучение, посещает форумы, маркетинговые мероприятия и семинары.

За последнее время предприятие Елены добилось немалых успехов: ассортимент значительно расширился, специалисты внедряют систему автоматизации бизнес-процессов. Eco-Store активно поддерживает местных производителей и фермерские хозяйства и всегда открыт для сотрудничества. В планах – продолжать расширять ассортимент товаров и провести масштабное обучение продавцов для обеспечения лучшего сервиса.





# Виктория ПОПОВА

**ОСНОВАТЕЛЬ И ИНСТРУКТОР  
СТУДИИ МАНИКЮРА POPS NAILS**

В этом году в студии маникюра Виктории и в ее профессиональной жизни произошли большие перемены. Студия Pops Nails переехала в городское пространство «Искра», и это дало компании мощный стимул к дальнейшему развитию. Сама Вика стала инструктором по маникюру и дизайну ногтей в одной из ведущих школ Москвы. А в Туле благодаря ей появилась новая техника – пилочный маникюр, атравматичный, быстрый, безопасный и очень комфортный для клиента.

Студия Pops Nails – семейный бизнес, ею Виктория руководит вместе с супругом: «Я рада, что и на работе нам удастся относиться друг к другу так же трепетно и бережно, как дома. Еще больший повод для радости и гордости – в том, что мы успеваем быть и хорошими родителями для нашего сына-первоклассника». Важной личной победой наша номинантка считает умение отстаивать свои границы и точку зрения: это потребовало работы над собой, но помогло стать более уверенной в себе.



# Карина НИКИФОРОВА

**СОВЛАДЕЛИЦА ATELIER DES PARFUMS**

Проект Atelier des Parfums живет и трансформируется из года в год, меняются бренды, фавориты клиентов, а суть остаётся: делать клиентов счастливыми и красивыми. С каждым гостем в Atelier des Parfums работают индивидуально, подбирая ароматы под тонкие струны души, под настроение. «Для меня парфюмерия – это как инструмент «марафона желаний»: загадываешь сокровенное, выбираешь аромат, и... оно исполняется. Настолько сильна энергетика и ощущение себя в нем!»

В этом году Карина и ее команда вдохновились политикой экологичности, сделав выбор в пользу органических брендов по уходу за кожей, телом и волосами. Также они «заразили» клиентов идеей окружения себя аксессуарами, предлагающими синергию дизайна и аромата. Это прекрасное изобретение итальянцев – парфюмерные фигурки для автомобилей и интерьеров.

Год для нашей героини стал знаковым в саморазвитии: она углубила свои познания в психологии и мотивации, в маркетинге, парфюмерии и новых технологиях сохранения молодости и здоровья. Чтобы поделиться новыми знаниями, уже в середине декабря Карина порадует новым «продуктом» в рамках проекта Atelier des Parfums.

В планах на следующий год – стать мобильнее, и речь идёт, конечно, о диджитал. Atelier des Parfums выходит в онлайн, чтобы быть с вами 24/7.



# СЛАВА БЛОГУ: @SILAEVA\_LASHES

В Инстаграме нашего приглашенного редактора Виктории Силаевой – 5800 подписчиков. Как превратить свой аккаунт в образовательную платформу для коллег и начинающих мастеров индустрии красоты, Вика рассказала «Модному городу».

**– Как давно ты в Instagram? И с какой целью изначально создавала аккаунт?**

– Рабочую страницу завела сразу же, как начала работать, то есть в 2016 году. Цель была конкретная – продвижение себя как мастера. Это была страничка с моими работами, чтобы клиенты могли зайти и посмотреть, что я делаю.

**– Рассматривала ли ты Instagram как серьезную площадку?**

– О том, что мой аккаунт в дальнейшем станет площадкой для мастеров, я даже и не мечтала. Но в силу того, что в своей профессии я развивалась в направлении образовательных программ, стала использовать свою страницу для того, чтобы знакомить других мастеров со своими курсами, тренингами, учебными пособиями, онлайн-проектами. Поэтому сейчас веду рубрики, которые нацелены не только на клиентов, но и на мастеров. Например, я работаю над книгой с профессиональной лексикой для лешмейкеров и регулярно выкладываю у себя на странице подборки английских слов.

**– Как ты набрала подписчиков?**

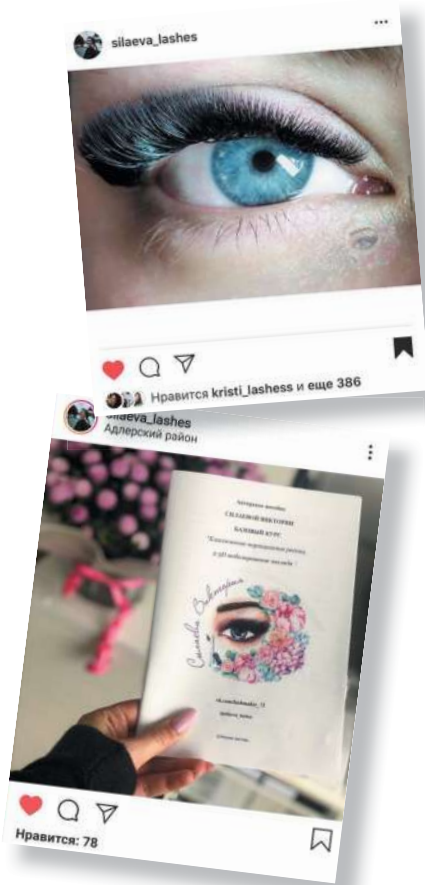
– Они как-то сами набрались (смеется).

**– Раскрутка аккаунта потребовала финансовых вложений? Покупала рекламу, подписчиков?**

– Покупала таргетированную рекламу, но эффекта от нее не увидела: даже количество подписчиков она не увеличила. Гораздо лучше, по моим наблюдениям, работают мои выступления на профессиональных конференциях. Пока я делаю доклад, на экранах крутится моя страничка, и слушатели конференции активно на нее подписываются.

**– То, о чем ты пишешь в своих постах, подчинено каким-то правилам? Чередуешь темы или пишешь о том, к чему сегодня лежит душа?**

– Так как я человек творческий, раньше писала по вдохновению – о чем



пришла мысль, то и выкладываю. Когда стала больше углубляться в образовательные проекты и увидела, что моя страница привлекает мастеров, – поняла, что нужен контент-план. Собрала всю информацию, которую могу дать людям, и выдавала ее в определенной последовательности. Сейчас эту работу по планированию постов, их оформлению выполняет приглашенный smm-специалист – у меня времени не хватает.

**– Посты на какие темы лучше «выстреливают» в твоём аккаунте?**

– На личные: людям всегда была интересна чужая жизнь. Но я не сторонник ее афишировать, поэтому в моем рабочем аккаунте она представлена по минимуму.

**– Сколько времени ты тратишь на блог?**



– Сейчас, когда у меня есть smm-щик, уже меньше. Раньше ведение аккаунта занимало 1-2 часа каждый день: писала, редактировала, подбирала фото. Сейчас только пишу (свои тексты пока не могу никому доверить – это мой язык, мой стиль) и отвечаю на комментарии.

**– На своем аккаунте ты зарабатываешь?**

– Как рекламную площадку для сторонних брендов и компаний я свою страницу не использую. Аккаунт приносит мне доход, рекламируя мои продукты – курсы, пособия, книги – и привлекая людей ко мне как к мастеру и педагогу.

Сейчас я продвигаю себя как мастера в новом для меня городе – Сочи. У меня нет там друзей или большого количества знакомых, и я активно использую Инстаграм. Результат есть: запись на ноябрь практически закрыта.

**– Как ты реагируешь на неприятные комментарии?**

– Они появляются у меня на странице очень редко, и я их никогда не удаляю. Отвечаю на нейтральной ноте, не переходя на личности и оскорбления. Примерно так: «Все мы – разные люди, и здорово, что вы высказали свое мнение».

**– Дай совет тем, кто тоже хочет раскрутиться в Инстаграме.**

– В жизни и в соцсетях я никогда не высказываюсь негативно в адрес своих коллег и конкурентов. Своей работой, проектами, идеями, просто своим существованием мы развиваем и продвигаем друг друга вперед. Поэтому главный совет – никакого негатива. Для меня это ключевое правило.

# ДЕЛУ ВРЕМЯ

Тот, кто научился ценить время, разгадал секрет успеха: ты не упустишь ни одного мгновения, если хочешь многое сделать, увидеть, почувствовать. Вот почему в гардеробе человека, день которого расписан по минутам, обязательно есть часы. Разные – от элегантной классики до смелых форм и оттенков – они помогают следить за временем, беречь его и подчеркивают разные оттенки вашего стиля и настроения. В нашем фешн-проекте известные люди Тулы дополнили свои образы моделями от магазина «Мир часов».

Мария Селявина  
Часы TISSOT



**МИР  
ЧАСОВ**

Тел. 8 800 450 05 05  
[www.chasy71.ru](http://www.chasy71.ru)

Манучар Пипия  
Часы EDOX





Юлия Пучкова  
Часы HAMILTON

Визаж: Екатерина Паршина  
@parshina\_make\_up  
тел. 8 910 948 68 86





Дина Пучкова  
Часы RADO

Визаж: Екатерина Паршина  
[@parshina\\_make\\_up](#)  
тел. 8 910 948 68 86

Григорий Сергеев  
Часы RADO



**МИР  
ЧАСОВ**

Тел. 8 800 450 05 05  
[www.chasy71.ru](http://www.chasy71.ru)



# РЕГИНА ТОДОРЕНКО: «Я ХОРОШАЯ ДЕВОЧКА»

Популярная телеведущая побывала на VI Тульском медиафоруме, поделилась с журналистами секретами завоевания миллионов подписчиков и дала интервью «Модному городу».

**Р**егина Тодоренко – певица, композитор, автор, телеведущая. Миллионы зрителей знают ее по проекту «Орел и решка» на телеканале «Пятница». А еще она – жена певца Влада Топалова, мама 10-месячного Майкла, ведущая шоу «Пятница с Региной» на YouTube и утренней программы «Регина+1», за которую недавно получила главную телевизионную премию «ТЭФИ», «лицо» нескольких мировых брендов – и этот список можно продолжать.

**– Регина, как маме маленького ребенка удается вести столько проектов?**

– Я не знаю (смеется), мне кажется, мне ничего не удастся. Скажу честно, материнский темпоритм – местами спокойный, местами гиперактивный, наполненный удовольствием наблюдать за подвигами и достижениями малыша – он прекрасен, в нем хочется быть всю жизнь. Но, как мне кажется, каждая мама должна обязательно реализовываться, чтобы потом, через 18-20 лет, не упрекать ребенка в том, что «я на тебя всю жизнь потратила». Когда мама не только занимается с детьми, но и работает, она от этого становится моложе, лучше и энергичнее. А ребенок, видя, что мама работает, она активна, у нее есть свои увлечения, равняется на нее. Ведь дети нас отзеркаливают. Если папа дома играет на гитаре, а мама дома много поет, есть большие шансы, что дети будут перенимать у них любовь к музыке.

**– Тема медиафорума звучит как «Скоро будет один сплошной интернет». Вы от него зависимы? Сколько времени проводите в интернете за работой и отдыхом?**



– Честно – думаю, что зависима. Мне кажется, полтора часа в день – это много. В интернете сосредоточена вся моя работа: я отслеживаю проекты моих коллег, анализирую рейтинги, слежу за трендами. Интернет – уже неотъемлемая часть нас, и мне нравится эта индустрия.

**– Смогли бы Вы отказаться от интернета хотя бы на один день?**

– Спокойно. Иногда я устраиваю себе мораторий на интернет на несколько дней. Иногда захожу в сеть только по ночам, когда все спят. Самое спокойное время для мамы (смеется).

**– А как же сон?**

– Я уже привыкла не спать. Когда работала в «Орле и решке», спала не больше четырех часов – иногда раз в двое суток. Поэтому закалка есть.

**– Вы постоянно путешествовали, пока были ведущей этой программы. Не скучали по этой активности во время перерыва?**

– Нет, я за это время успела посетить 25 стран. Я много путешествовала, ездила по работе, снимала рекламу и видео для своего ютуб-канала, участвовала в разных проектах. Это такой круговорот, в котором не успеваешь соскучиться. Сейчас мне, наоборот, хочется, чтобы все было медленнее, плавнее.

Хочется наблюдать за ребенком, радоваться его успехам.

**– Когда Вы сегодня вошли в зал медиафорума, одна из зрительниц сказала: «Надо же, такая же, как на экране!»**

– Правда? Это комплимент! Обычно говорят: «Ты чего такая тощая и хилая?» (смеется).

**– А в целом Регина на экране и в жизни – это разные люди? Или Вы не играете роли?**

– Мне кажется, у меня есть образ – такой хорошей девочки, диснеевской принцессы, как я иногда себя называю. Даже говорю о себе в третьем лице, когда мы монтируем программы: «Вот тут она (то есть я) переиграла, надо вырезать». Но я и в жизни такая же хорошая девочка, как оказалось. И это так раздражает! (смеется) Хорошей быть сложно: я пытаюсь искать во всем только положительное, меня так родители научили, а большинство людей видят только негатив. Даже на встрече подругок чаще всего говорят о том, что наболело, не пытаюсь из этого «наболело» вынести какой-то урок и идти дальше. Возвращаясь к вопросу – в жизни и телеке я одинаковая.

**– Кто из гостей шоу «Пятница с Региной» впечатлил Вас большего всего?**

– Порадовала Анастасия Решетова (модель, девушка Тимати, мать его сына. – Прим. авт.). Она оказалась очень искренней и умной девчонкой, каковой ее не видели до моего интервью. Очень впечатлила Ксения Собчак, которая раскрылась в моей программе как мамочка – такая трогательная и душевная. И мне важно было ее такой раскрыть, потому что все мы знаем ее как вояку, солдата, злого интервьюера. Очень понравились Сергей и Регина Жуковы, обалденные, добрые ребята. Они так открыто рассказывали про свою семейную жизнь, как я даже не ожидала.

**– А кого мечтаете пригласить к себе в программу?**

– Джулию Робертс! Она всегда была моим кумиром, я очень люблю ее актерские работы и давно мечтаю взять у нее интервью. И это может получиться! Скоро я лечу в Нью-Йорк, она там живет, мы обе являемся послами одного мирового бренда, так что, возможно, моя мечта сбудется.

**– У Вас в Инстаграме 7 миллионов подписчиков. Поделитесь секретами, как стать популярным блогером?**

– Понять, кто вы и что хотите транслировать своему подписчику, зрителю. Вы должны стать главным героем своего блога и писать на темы, в которых разбираетесь. Пишите о том, что откликается в вашей душе, что доставляет вам удовольствие.

Важно экспериментировать, создавать нетривиальный контент. Как-то я ехала в такси и, чтобы не терять время, занималась йогой. Выложила фото с ногами с головой в Инстаграм, а через неделю один спортивный бренд предложил мне рекламный контракт (смеется).

Важно постоянно учиться, развиваться, обогащать свой ум. Сегодня уже невежливо знать только один иностранный язык – нужно говорить на многих. Няня моего сына, например, не знает английского, и я приучила ее каждый день запоминать по 10 новых иностранных слов. Нужно быть разносторонним, многогранным, и тогда все двери откроются. Больше читайте, смотрите, ходите на курсы, расширяйте свой круг общения. Да, это занимает много времени, но чтобы быть первым, нужно знать больше, чем все остальные.

**– Вы много работаете. Когда-нибудь возникало чувство выгорания?**

– Конечно. Впервые я его ощутила на пятом году ведения «Орла и решки». Показалось, что я стала пресной, неинтересной зрителю. Приелись все эти радости жизни, которые пробуешь уже в 155-й раз... В такие моменты надо или

менять что-то в своей сфере деятельности, или менять направление. Я часто хожу на курсы, – актерские, ораторские, чтобы получать новые знания, навыки, которые помогают по-новому донести что-то зрителю. Хожу на кастинги: прохожу я их или нет, неважно, потому что они в любом случае дают мне эмоциональную встряску, после которой снова хочется заниматься своей работой.

**– Есть то, чего вы боитесь в своей профессии?**

– Подать неправильный пример. Например, с татуировками. Я люблю это искусство, но мне страшно, когда подростки пишут мне о том, что собираются сделать тату, как у меня. В этих случаях вступаю с ними в диалог и пытаюсь отговорить.

**– В этом году Вас уже в третий раз номинировали на премию «Женщина года», в номинации «Лицо с экрана». А кого Вы сами выбрали бы женщиной года?**

– Маму, конечно. Женщина каждого года – моя мама!

**Досье «МГ»**

**Регина Тодоренко**

**Родилась** 14 июня 1990 года в Одессе.

**По образованию** магистр театрального искусства.

**Участвовала** в украинской «Фабрике звезд», стала финалисткой и солисткой группы Real\_O. Принимала участие в 4 сезоне российского шоу «Голос» в команде Полины Гагариной. В 2016 г. выпустила сольный дебютный альбом Fire.

**Четыре года** была ведущей телепрограммы «Орел и решка». В рамках проекта совершила кругосветное путешествие, которое длилось 8 месяцев.

**Играла главную роль** в спектакле «Заложил жену в ломбард» в Театриуме на Серпуховке в Москве.

**С 2018 года** выпускает собственное шоу «Пятница с Региной», с 2019 – утреннюю программу «Регина+1» о воспитании детей.

## БЛИЦ-ОПРОС

Мы попросили Регину ответить на вопросы, которые она сама задавала своим подписчикам в Инстаграме.

**Вы часто врете или недоговариваете?**

Недоговариваю часто.

**Вы суеверны?**

Нет.

**Какой у вас размер одежды и вес?**

Размер M, вес 57 кг.

**Как Вы относитесь к body-positive?**

Двояко. Можно говорить о бодипозитиве, если тебе легко в своем теле. А если вес таков, что он приводит к болезням, стоит задуматься.

**Какая песня Влада у вас самая любимая?**

«Там, где ты» и песня «Орел и решка», которую он подарил мне на роды.





## В.ЛЮБЛЕННАЯ ПАРА ИЗ ТУЛЫ ВЫИГРАЛА СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

Алексей и Ульяна Желяковы проведут медовый месяц в Таиланде.

Лёша сделал предложение любимой 31 декабря в Санкт-Петербурге – под бой курантов. Девушка, конечно, сказала заветное «Да!». Жених и невеста запланировали свою свадьбу на 1 ноября.

Как влюбленная пара выиграла свадебное путешествие – целая история. Будущая семья Желяковых отправилась покупать обручальные кольца, выбирали долго и придирчиво. Идеальный для себя вариант они нашли в Центре обручальных колец в ТЦ «Парадиз». Там как раз проходила интересная акция от ювелирной компании Brilliant Style: нужно было зарегистрироваться на сайте, получить регистрационный номер и ждать итогов. В прямом эфире в Инстаграме ювелирный завод разыграл призы. Алексей и Ульяна в итоге выиграли сертификат на 150 тысяч рублей!

Такой подарок будущим молодоженам пришелся кстати. Вообще они не планировали отправляться в свадебное путешествие, а теперь ни за что не упустят такую возможность!



### СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУЧКА»

ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2, тел. 8 800 100 85 25  
[instagram.com/bruka\\_shop](https://www.instagram.com/bruka_shop)

# ЧАСТНЫЙ МАСТЕР ВЕРА БЕЛЯЕВА

Вересаева, 6 ☎ 56-93-83, +7 960 600-60-70



- МОДЕЛИРОВАНИЕ
- ПОШИВ
- ПЕРЕКРОЙ
- РЕМОНТ ИЗДЕЛИЙ  
ИЗ НАТУРАЛЬНОГО  
МЕХА



[www.mastervera.ru](http://www.mastervera.ru)  
@ mastervera\_belyaeva  
**300 ФОТО АВТОРСКИХ РАБОТ**  
ЦЕНА ПО ЗАПРОСУ

# ТЫ МОЯ НЕЖНОСТЬ

Красивые вещи всегда дарят нам радость, даже если их видим только мы и самые близкие люди. На них хочется смотреть, к ним приятно прикасаться, они создают особую атмосферу вокруг и эмоции внутри тебя. Окружить себя красотой, нежностью и соблазном поможет роскошное постельное белье и украшения для дома от Lamore Home и изысканные комплекты белья от Nu Lingerie Studio.

**lamore home**

Тула, ул. Советская, 17  
(вход с Денисовского переулка).  
Тел.: 36-56-95,  
8 (953) 443-10-02,  
8 (953) 995-85-33.  
[www.lamorehome.ru](http://www.lamorehome.ru)  
@Lamorehome

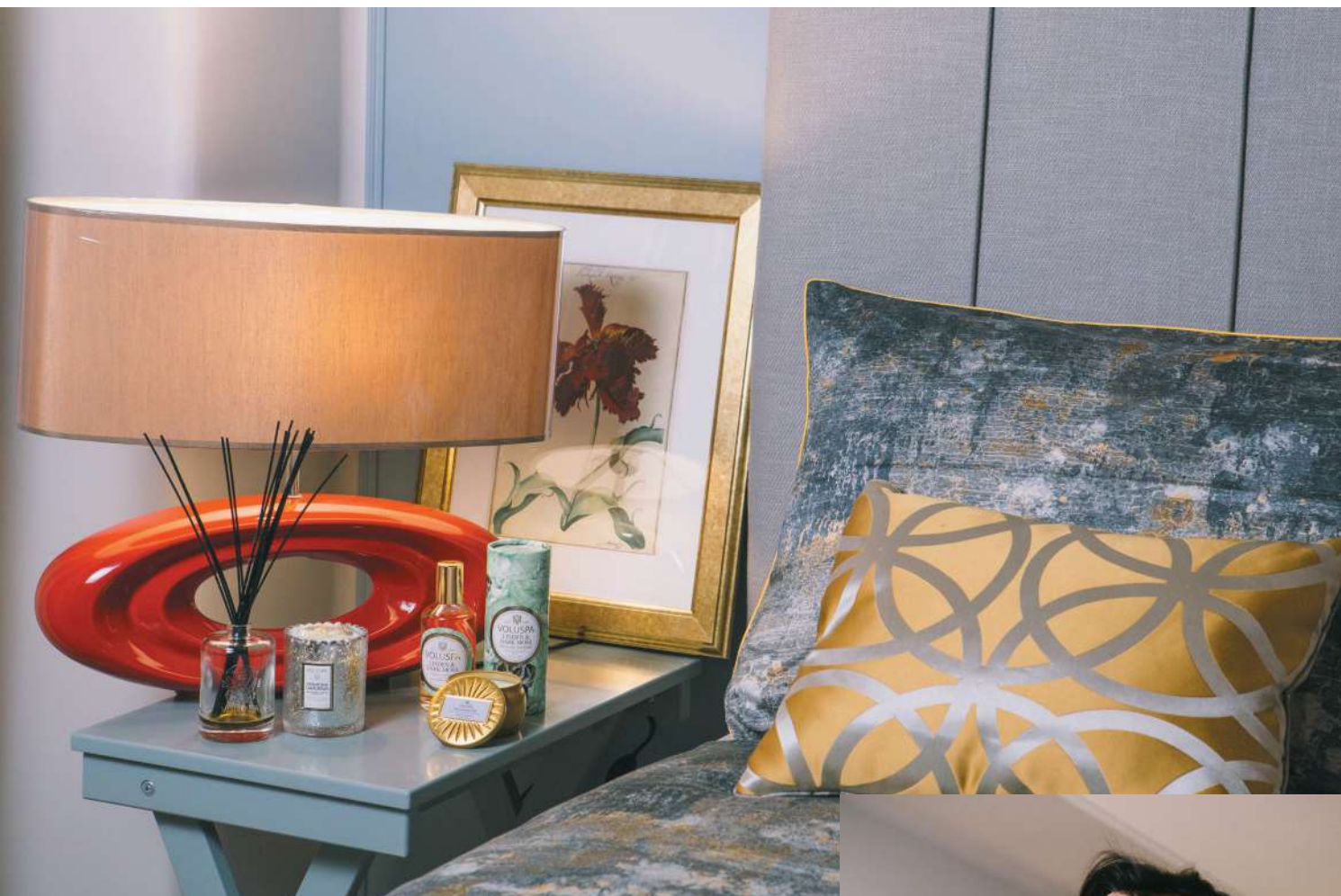
Дизайнер интерьера Ольга Пунина



Атмосферу дома формируют детали – и в студии Lamore Home есть всё для создания уникального, только вашего интерьера или для быстрого обновления привычной обстановки. Качественный текстиль с уникальным дизайном – шторы, декоративные подушки – расставит нужные акценты и наполнит дом уютом. Фрески, картины, светильники дополняют красоту любого помещения и придадут ему торжественность. Постельное белье ручной работы из дорогих натуральных тканей сделает вашу спальню королевской, а сон – крепким и сладким, как у младенца. Арома-свечи и диффузоры придадут дому неповторимый аромат и создадут нужное настроение, а их изысканный дизайн украсит любой интерьер. В Lamore Home вы найдете множество важных деталей, которые превращают дом в самое уютное и любимое место на земле!



Нижнее белье LingaDore  
(Нидерланды)  
в Nu Lingerie Studio



@nu\_lingerie\_studio



www.nu-ls.ru



## LINGERIE STUDIO

Студия нижнего белья  
Тула, пр. Ленина, 85, корп. 5  
«Ликёрка Лофт»,  
тел. 588-237

Постельное бельё Curt Bauer  
(Германия), эксклюзивно в  
Lamorehome



Свечи и аромадиффузоры  
Voluspa от Lamorehome



## В ТУЛЕ ВПЕРВЫЕ ПРОШЕЛ ФЕСТИВАЛЬ «ФОРМУЛА СТИЛЯ»

18 октября в Туле состоялся Всероссийский фестиваль красоты и таланта «Формула стиля», организованный министерством образования Тульской области и «Тульским колледжем профессиональных технологий и сервиса». Генеральным модельным партнером стало агентство Gold Models.

Фестиваль собрал более 60 участников – мастеров сферы красоты из Санкт-Петербурга, Брянска, Москвы, Тулы, Донского, Богородицка, Новомосковска. Конкурсантам предстояло доказывать свое мастерство в шести номинациях: «Дневная прическа», «Свадебная прическа», «Креатив», «Фантазийная прическа», «Визажное искусство», «Дизайн ногтей». Тульские мастера смогли получить призовые места во всех номинациях, а в «Дизайне ногтей» заняли весь пьедестал почета.

В рамках фестиваля прошел дизайнерский показ коллекций одежды, посвященный 500-летию Тульского кремля. В нарядах можно было увидеть цветовую гамму филимоновских игрушек, мотивы яблоневых садов, которыми славится Тульская область, и элементы одежды Тульской губернии. Гости мероприятия также смогли посетить лекцию о трендах сезона, принять участие в мастер-классах от визажистов, парикмахеров и узнать о лайфхаках от бьюти-мастеров.





Подробные правила акции, информацию об организаторе, месте и порядке получения призов вы можете узнать на сайте ТЦ [www.sarafan-tc.ru](http://www.sarafan-tc.ru). Согласно п. 2 ст. 224 НК РФ все выигрыши облагаются налогом. В акции участвуют все магазины торгового центра, кроме супермаркета Билла и точек общественного питания.

# Удачный шопинг

**на 1000 покупаем - 10 000 на шопинг получаем!**

Совершайте покупки с 1 ноября по 27 декабря!  
Приходите на розыгрыши в 12.00 07, 14, 21, 28 декабря!



**WWW.SARAFAN-TC.RU**  
**ПУТЕЙСКАЯ, 5**

# Бьюти-РЕЦЕПТЫ



СВОЕЙ ПОДБОРКОЙ МАКИЯЖА НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ ДЕЛИТСЯ ВИЗАЖИСТ АСЯ ПОГОСОВА.



1.

Тренд на здоровую, сияющую кожу – вне времени. Поэтому в своем макияже я делаю безусловный акцент именно на коже.



2.

1. Подсвечивающая база от Clarins в оттенке 00 придает коже красивое свечение. Средство удобно и приятно в нанесении, визуально выравнивает кожу, придает лицу свежий отдохнувший вид.

2. Консилер от Весса в оттенке Light Medium позволяет создать покрытие тоньше среднего, имеет хорошую укрывистость, подсвечивает кожу и спасает от темных кругов под глазами (но все же лучше высыпаться!).



3.

3. У меня есть два тональных средства, которые я уважаю и люблю. Первое – увлажняющий Skin Illusion от Clarins. Крем создает покрытие средней плотности и нематовый финиш. А какой запах – просто ах! Идеален на каждый день для сухой и нормальной кожи.

Второе средство – Teint Regenerant от Clarins. Он плотнее, насыщеннее, но не менее прекрасен. С ним кожа выглядит «дорогой», увлажненной и сияющей. Этот крем хорош для сухой, нормальной, возрастной кожи.



4.

4. Тушь чаще всего использую коричневых оттенков. Она делает взгляд ярче, но эффекта накладных и накрашенных ресниц нет. Мой выбор – тушь Clarins.



5.

5. Брови. Без красиво оформленных бровей – никуда! С помощью туши или геля для бровей можно придать им форму.



6.

6. Для губ в моей косметичке всегда найдется ухаживающий бальзам или блеск – например, от Kiko.

7. Бронзер – еще одно необходимое средство в моей косметичке. В дневном макияже я предпочитаю матовый бронзер с небольшим шиммером: он более естественно смотрится при дневном свете. С помощью бронзера можно легко придать лицу отдохнувший вид и создать рельеф. Мои фавориты – FILMSTAR BRONZE & GLOW от Шарлота Тилбери и DIOR BACKSTAGE CONTOUR PALETTE.



7.



8.

8. Румяна считаю очень важной деталью в макияже. При выборе правильного оттенка они за секунду освежают лицо. Я пользуюсь румянами CHANEL в оттенке 190.

# Smile SPA —

## ЛУЧШАЯ СТОМАТОЛОГИЯ ГОДА!



Тула, ул. Демонстрации, 141,  
тел. (4872) 704-533  
[www.smilespa.ru](http://www.smilespa.ru)  
[@smilespa71](https://www.instagram.com/smilespa71)  
[@smilespa\\_odintsovo](https://www.instagram.com/smilespa_odintsovo)  
[@smilespa\\_moscow](https://www.instagram.com/smilespa_moscow)



Клиника Smile SPA вошла  
в число победителей  
ежегодной звездной премии  
«Прорыв года 2019»  
в Москве.

22 октября на самой модной площадке столицы «MODUS» состоялась 10-я церемония вручения ежегодной премии «Прорыв Года 2019» журнала MODA topical, главным редактором которого является «Мисс Вселенная» Оксана Федорова. Ведущими премии выступили невероятные Вячеслав Манучаров и Саша Савельева. Своими выступлениями гостей вечера порадовали певица Жасмин, Рита Дакота, Наталья Подольская и Дмитрий Галихин, группа RaSa, Звонкий, Алина Гросу. Каждый год номинантами премии становятся самые успешные представители шоу-бизнеса и истеблишмента. В этом году на победу претендовали такие звезды, как Ксения Собчак, Ольга Бузова, Кристина Орбакайте, Елена Летучая и многие другие. В число номинантов на «Прорыв года 2019» вошла клиника Smile SPA, пациентами которой являются артисты, спортсмены и другие известные личности.



На церемонии награждения клиника Smile SPA и ее учредители и руководители Михаил Арзуманян, Мгер Арзуманян и Сергей Ковальчук получили заветную статуэтку и титул «Лучшая стоматология года». Поздравляем Smile SPA с вручением престижной премии и заслуженной победой! А Smile SPA поздравляет с этим достижением всех своих пациентов, с которыми клиника изо дня в день добивается блестящих результатов, и представляет ежегодный проект «Улыбка года». Его героями стали пациенты Smile SPA, которые теперь идут по жизни только с улыбками, – ведь они ослепительны!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

Екатерина Нечепурнова



Макияж Юлия Черкасская  
@yulia\_cherkasskaya\_mua  
+7 920 760 11 00

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ. И



Наталья Калашникова

Макияж и прическа Юлия Чер-  
каскасская  
@yulia\_cherkasskaya\_mua  
+7 920 760 11 00



Тула, ул. Демонстрации, 141,  
тел. (4872) 704-533  
[www.smilespa.ru](http://www.smilespa.ru)  
@smilespa71  
@smilespa\_odintsovo  
@smilespa\_moscow

И. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

Наталья Соболева



Визажист Екатерина Паршина  
@parshina\_make\_up  
+7 910 948 68 86

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ. И

Светлана Шibaева



Визажист Екатерина Паршина  
@parshina\_make\_up  
+7 910 948 68 86



Тула, ул. Демонстрации, 141,  
тел. (4872) 704-533  
[www.smilespa.ru](http://www.smilespa.ru)  
@smilespa71  
@smilespa\_odintsovo  
@smilespa\_moscow

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

# СЕЛФИ БЕЗ ФИЛЬТРОВ

Мы полюбили фотографироваться, потому что фильтры-приложения в телефоне помогают нам выглядеть хорошо. Мы научились редактировать свое изображение так, что на лице и теле не остается ни одного изъяна. Но у красивых снимков в соцсетях есть обратная сторона – в жизни героинь этих фото бывает сложно узнать.

**Ф**

ильтры для фото помогают нам создать лучшую себя. Сделать кожу ровной, цвет лица ярким и здоровым, и в итоге на фото выглядеть значительно моложе и эффектнее. И если раньше к косметологам пациентки приходили с фотографиями звезд, то теперь приносят изображения самих себя – но отредактированные до идеала: «Хочу выглядеть так же – но не только на фото, а всегда».

И косметологам приходится отвечать этому вызову времени. Если девушка хочет, чтобы ее кожа была совершенной без фильтров, – значит, должно было появиться решение, которое даст требуемый эффект.

На самом деле оно уже есть – и не одно. В клинике В. Н. Комаровой разработан целый комплекс процедур «селфиомоложения», эффект от которых – как будто на лицо наложили фильтр для селфи. Это процедуры с быстрым эффектом, без боли, долгой реабилитации и без неестественности: вы просто выглядите в жизни так же, как на хорошо «отретаченном» фото.

Например, с технологией Finepeel можно обновить кожу практически до состояния «мне всегда 18». Деликатное воздействие лазера повреждает микрочастицы кожи, запуская процесс ее омоложения. Finepeel «ретуширует» все не-

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ. И

ровности рельефа и цвета, устраняет морщинки разной глубины и выраженности, убирает пигментацию, стимулирует синтез коллагена и эластина, то есть заставляет кожу омолаживаться изнутри. И больше не нужно никаких фильтров.

PRP-терапия восстанавливает кожу на клеточном уровне: источником молодости становятся собственные клетки крови пациента – тромбоциты, богатые факторами роста. Введенные в кожу, они дают ей мощный импульс к омоложе-

нию и запускают процесс формирования нового 3D-каркаса кожи из коллагена и эластина. Процедура мгновенно разглаживает и уменьшает морщины – вам уже не придется ретушировать фото.

Красивые фото без ретуши – это уже сегодняшняя реальность даже в возрасте «за ...» для тех, кто попробовал процедуру биоструктуризации. Инъекции специально подобранных составов заставляют клетки зрелой кожи работать, как в молодости.

Революционный пилинг ТМС 3+ запускает процесс обновления на клеточном уровне и делает это без инъекций, боли и следов на коже. Мгновенно придает коже молодой и свежий, сияющий вид.

Фильтры для фотографий помогают улучшить себя мгновенно, без усилий. Косметология дает такой же результат, но с двумя важными особенностями: он сохранится надолго, и вы будете выглядеть так, как на лучших своих фотографиях, всегда – утром и вечером, при любом освещении. Ровная кожа, сияющее молодое лицо – как после фильтров. И никто не скажет, что реальная вы не похожи на себя в Инстаграме.

#### **КЛИНИКА В. Н. КОМАРОВОЙ**

Тула, ул. Демонстрации, 137,  
тел.: +7 (4872) 79-02-28,  
+7 906 622-22-66

ООО «Клиника В. Н. Комаровой» Лицензия ИПО-71-01-001093 от 26 декабря 2013 г.

Визажист Наташа Каткова  
@katkovanatasha  
+7 910 551 87 29

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

# ПРОДУКТИВНЫЙ НОЯБРЬ

Один из самых действенных способов понять свой потенциал – выйти из зоны комфорта! Atelier des Parfums и Nanoasia знают, как изменить ваши бытовые привычки, а вместе с ними и настроение в лучшую сторону. Результат вы увидите сразу!



## ПОПРОБУЙ НАНОДЕСЕРТ

Nanodessert Nutritional от Nanoasia – суперпродукт для красоты, разработанный учеными. Он нормализует микрофлору и активизирует кишечник, обновляет клетки, укрепляет барьерные функции кожи, защищает от свободных радикалов и повышает иммунитет. Добавьте его в свой рацион питания, чтобы запустить процесс омоложения не только кожи, но и всего организма! Подробнее на сайте [icdmc.ru](http://icdmc.ru)



## ЭКСПЕРИМЕНТИРУЙ С АРОМАТАМИ

Выбирая аромат на осень, попробуйте отойти от собственного шаблона: например, вместо любимых цветочных сделайте выбор в пользу древесно-мускусных. Доказано, что уже на третий день мозг начинает воспринимать новый аромат как привычный. Смелее! Всего три дня, и результат вас удивит: ваш взгляд решительнее, образ увереннее, даже окружающие смотрят на вас иначе. Кандидаты для эксперимента – провокативный Tantrico, Laboratorio Olfattivo, с аккордами лайма, грейпфрута, перца, сандала, белого мускуса; пьянящий Ambre Elixir, Vertus, с нотами рома, черного перца, сухофруктов, амбры, шафрана, сандала, древесными аккордами; и солнечный Solar, Boadicea The Victorious, где переплетены ноты персика, черной смородины, жасмина, магнолии, пиона, пачули и ванили.

## ЗАСТАВЬ КРЕМ РАБОТАТЬ ВСЬ ДЕНЬ

BC-кушон Nanodessert Peptide Nanoasia – крем нового поколения: он обеспечивает идеальное матовое покрытие и ровный цвет и ухаживает за кожей. Один крем решает все задачи: скрывает всё, что нужно, и при этом незаметен на коже, и работает на коже в течение всего дня, а к вечеру дает максимальный эффект лифтинга. В нем столько полезных компонентов, что кожа будто светится изнутри!



## ОСТАНОВИ ВОЗРАСТ

Можно ли остановить старение кожи? Можно – говорит Nanoasia и выпускает в честь Анфисы Чеховой первый в мире крем My Che со стволовыми клетками 100-летнего женьшеня и 1000-летнего тиса, с пептидами и аминокислотами. Эти удивительные компоненты дают коже мощное увлажнение и иммунитет к свободным радикалам и вредным внешним факторам, предотвращают распад коллагена, «будят» собственные стволовые клетки кожи, приостанавливают появление морщин. Результат – биологическое старение клеток приостанавливается.

## ЗАЙМИСЬ ГОЛОВОЙ

Выбирайте средства по уходу, исходя из состава, забудьте о рекламе, рекомендациях подруг или блогеров. Доверяйте только своим глазам! Dimethicone, Sodium laureth sulfate, Silicone – под запретом: они сушат волосы изнутри, повреждая даже здоровые от природы. В шампуне Miriamquevedo Extreme Caviar Shampoo ничего из вышеперечисленного нет, а есть экстракт черной икры и другие, не менее ценные компоненты для бережного ухода за окрашенными волосами.



Тула, ул. Первомайская, 52

@atelier\_des\_parfums, тел. +7 953 970 53 10

@parshina\_make\_up @nanoasiatula, тел. +7 910 948 68 86



### ВОЗЬМИТЕСЬ ЗА ТЕЛО

Крем с революционным пептидным комплексом Nanodessert Body Cream от Nanoasia идеален для сухой потрескавшейся кожи – то есть для всех нас в осенне-зимний период. Он даст коже нужные ей питательные вещества, восстановит упругость, усилит выработку нового коллагена и сделает нежной, как у ребенка. Все неровности исчезнут без следа всего за неделю.

### ВЕРНИ ВЗГЛЯДУ МОЛОДОСТЬ

Стволовые клетки и активное питание особенно нужны нежной коже вокруг глаз. My Che Eye Cream от Nanoasia обеспечивает мощный лифтинг, снижает отечность, уменьшает темные круги под глазами. И омолаживает кожу изнутри и снаружи благодаря экстрактам женьшеня и тиса.



## JUST EPIL ЧЕРНАЯ ПЯТНИЦА!

Just Epil – первая специализированная студия удаления волос в Пролетарском районе Тулы. Здесь вашу кожу сделают идеально гладкой – быстро, безболезненно и надолго. А в ноябре – еще и по специальным ценам!

Just Epil – студия на ул. Metallurgov, в двух шагах от остановки транспорта. В студии – два уютных кабинета с удобными кушетками и приятным интерьером: здесь проводятся процедуры удаления волос воском и сахарной пастой (шугаринг). Также в Just Epil можно прийти на коррекцию бровей и на маникюр и педикюр.

Все мастера студии – не новички в бьюти-сфере, поэтому все процедуры проводятся быстро и при этом с безупречным результатом. В Just Epil очень строго относятся к чистоте и безопасности: используются одноразовые материалы, соблюдаются все нормы чистоты и дезинфекции.

Каждая услуга для вас будет оказана с соблюдением всех требований протокола процедуры, согласно нормам санитарии и гигиены, с применением одноразовых материалов и только на качественных товарах.

Как известно, ноябрь – время «черной пятницы» с грандиозными скидками. В студии Just Epil «черная пятница» будет длиться весь месяц! Записывайтесь на удаление волос по суперценам: глубокое бикини – 500 руб., комплекс «ноги+глубокое бикини+подмышки» – 1750 руб. Скидки предоставляются по промокоду «ПЯТНИЦА» – просто назовите его администратору при записи и оплате услуг.

### ПОДНИМИ СЕБЕ НАСТРОЕНИЕ

Купите красивые живые цветы. Расположите их в доме в месте, где чаще всего находитесь. Дополните покупку парфюмерной свечой Gardenia Royal с ароматами спелых абрикосов, цветущей гардении и зелени или диффузором Cuba Mint, Mr&Mrs для создания атмосферы страстной Кубы. Уютно и эффектно, интерьер преобразился, радует взгляд и обоняние. Ожидаемый результат: настроение на высоте!



### ПОМЕНИЙ УХОД ЗА ЛИЦОМ

Сезонные изменения погоды – один из факторов, на который стоит ориентироваться: коже необходимо питание, защита. Акцент при выборе на регенерацию, придание сияния, осветление. Добавьте необычный для себя этап в очищении – например, энзимный пилинг. Попробуйте очищающую ферментную пудру Enzyme Cleanser, Babor, и очищающую маску с экстрактами 8 красных растений, Double Dare OMG. Результатом станет свежий цвет лица, сияние изнутри, наслаждение от процесса процедуры и эффекта новизны!



СТУДИЯ  
ГЛАДКОСТИ И КРАСОТЫ  
ВАШЕЙ КОЖИ

## Just Epil

### ШУГАРИНГ ВОСК

тел. 8 980 723 48 46

ЕЖЕДНЕВНО  
10:00 - 20:00

justepil71

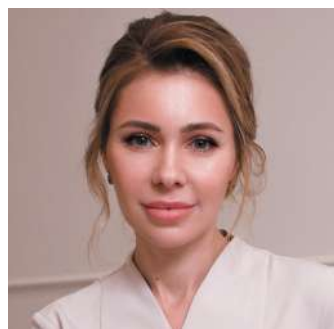
# ПОМОГИТЕ, ОТЕКАЮ!



Отеки под глазами придают лицу уставший вид, поэтому желание избавиться от этого эстетического недостатка весьма закономерно. Всегда ли это возможно?

**П**р о б л е - ма отеков всегда связана с накоплением жидкости в тканях зоны глазницы. И подчас это не только эстетический недостаток, но и признак некоторых заболеваний.

До назначения процедур специалист в первую очередь должен провести дифференциальную диагностику между истинным отеком и грыжей нижнего века. Оба состояния визуально похожи, однако, если отек – это скопление жидкости, то грыжа – слабость, истончение, растяжение соединительнотканной мембраны, которая удерживает жировую



ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ, врач-косметолог, основатель Клиники эстетической медицины.

ткань внутри глазницы. Грыжа всегда требует хирургического лечения, и диагностировать ее помогают две подсказки:

**1. В положении лежа** грыжевое выпячивание исчезает, а отек – нет.

**2. Выраженность грыжевого выпячивания** в течение суток не меняется, а отек (если это не патологическое состояние) уменьшается или проходит к вечеру. В ночное время циркуляция крови и лимфы в периорбитальной зоне замедляется, что провоцирует застой жидкости.

Если отечность не корректировать, то кожа век начинает терять тонус и растягиваться. Ее растяжение усиливается, если у человека есть привыч-

ка щуриться или гримасничать. Это создает дополнительное препятствие для устранения застоя жидкости. Причин возникновения отека век много: это генетическая предрасположенность, перебор жидкости, соленых и острых продуктов на ночь, алкоголь, дефицит движения, безбелковая диета, зрительное переутомление, гормональный сбой, возрастные изменения, злоупотребление загаром и даже привычка спать лицом в подушку. Отеки могут быть симптомами заболеваний почек (они белого цвета, рыхлые, появляются по утрам), сердечно-сосудистой системы (отеки под глазами сочетаются с плотными отеками ног, одышкой), эндокринной системы. При предрасположенности к отечности (если такая проблема есть у родственников) начинать регулярный уход за зоной век нужно с 15-18 лет.

**Для устранения истинного отека**, то есть состояния, связанного с застоем жидкости, необходимы не только косметологические процедуры, но и усилия со стороны самого пациента. Прежде всего это лечение основного заболевания (если оно имеется), ограничение употребления соли и жидкости по вечерам, отказ от алкоголя, физическая активность, сбалансированное питание с достаточным количеством белка, использование косметики, защита от солнца.

**В** профессиональном уходе на первом месте стоят лимфодренажные процедуры, которые помогают вывести лишнюю жидкость. Нужно обязательно обратить внимание на шейно-воротниковый отдел. Если у пациента есть признаки венозной недостаточности (варикоз вен на ногах, утренняя

головная боль и пастозность лица), ему рекомендуют дарсонвализацию шейно-воротниковой зоны: она стимулирует тонус венозной стенки и снижает застойные явления. Обязательным моментом является укрепление сосудистой стенки. Для этого в косметику вводят витамин С, рутин, экстракт конского каштана, гинкго билоба, очанку, лакричник, иглицу шиповатую, кофеин.

Специальную косметику можно сочетать с аппаратными процедурами – ультразвуком, ионофорезом, микротоками. Они улучшают проникновение активных компонентов препаратов и способствуют их накоплению в коже. Ультразвук может назначаться и для лимфодренажа. Хороший противоотечный эффект дают крио-процедуры. Кстати, и кремы для век для домашнего ухода лучше хранить в холодильнике.

Несколько слов о миорелаксантах (ботоксе и пр.). Для зоны вокруг глаз следует предпочесть мягкие миорелаксанты, потому что круговая мышца глаза должна работать, – это стимулирует кровообращение и дренаж, а значит, уменьшает отек и улучшает трофику кожи. Замечу, что выраженные отеки век, жировые грыжи и значительные избытки кожи являются противопоказаниями к инъекциям препаратов ботулинического токсина.

**Чтобы снизить риск возникновения отеков**, пользуйтесь косметикой правильно. Все косметические продукты на кожу век наносят постукивающими движениями по линии на первом минимальном растяжении кожи. Увлажняющие средства применяйте только утром, так как они накапливают жидкость в тканях. Вечером лучше использовать кремы с питательным или подтягивающим эффектом, причем делать это за 2 часа до сна, а через 30 минут после нанесения промокнуть кожу салфеткой.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.



# ALCINA

PROFESSIONAL

## Новая эра декоративной косметики

Бриллиантовые оттенки, инновационные текстуры и приятные ощущения на коже: новая линейка для макияжа – это признание в любви женщинам, которые хотят продемонстрировать все грани своей красоты. 29 новых продуктов разных оттенков, 10 новых великолепных кистей и аппликаторов... И безграничная красота!

С новой линией декоративной косметики Alcina быть женщиной – настоящее удовольствие. Подчеркнуть свою красоту, изменить настроение или создать гламурный образ – косметика Alcina с легкостью сделает всё это для вас. Гармонично сочетающиеся продукты просты в применении и помогают достичь превосходного результата.

Добро пожаловать  
в мир немецкого  
качества!



**ALCINA**  
PROFESSIONAL

ПРИБРЕСТИ КОСМЕТИКУ ALCINA МОЖНО ПО АДРЕСАМ:

бренд-корнер г. Тула, ул. Каминского, д. 24в,  
ТРЦ «Тройка», 1 этаж,  
[www.alcinatula.ru](http://www.alcinatula.ru)

+7 903 841 26 26 e-mail:[alcina-tula@mail.ru](mailto:alcina-tula@mail.ru)

[alcinatula](http://alcinatula.ru)

магазин «Красота PROF»  
г. Тула, ул. Лейтейзена, 6,  
тел.: +7 (4872) 557 693,  
+7 980 723 53 77



Красота PROF



КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

*Елены Черных*

8 960 602 85 13

Тула, ул. Шевченко, 5

Instagram icon dr.elenachernykh

# SMAS-ЛИФТИНГ

## *Вторая молодость*



HIROPIC  
**doublo**  
HIFU



ИП Черных Е. В., Лиц. ЛО 71-01-001983 от 22 октября 2018 г. «Хироник», «Дубло ХИФу».

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Как бы мы ни сопротивлялись, с возрастом кожа увядает. Следы гравитации у всех проявляются по-разному: морщины, мешки под глазами, обвисшая кожа, носогубные складки, так называемые «брыли», опущенные брови, второй подбородок, потеря контуров скул.

И если раньше невозможно было представить, что с помощью одной-единственной процедуры можно избавиться от этих проблем, то сегодня это – реальность.

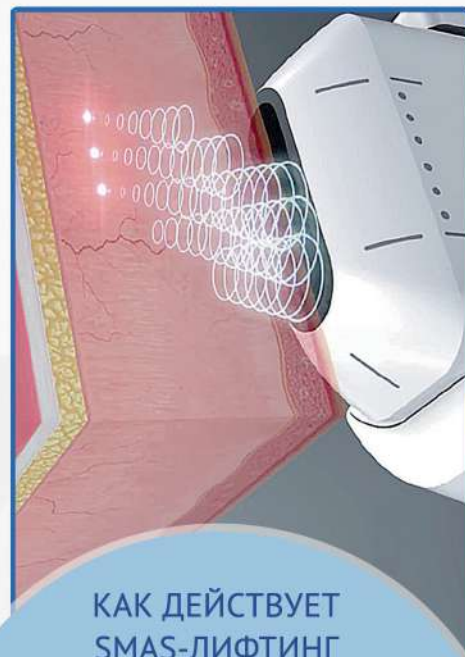
SMAS-лифтинг – не новичок в косметологии, а скорее заслуженный работник. Он уже покори сердца красавиц по всему миру. Сделать процедуру, которая по результату может посоревноваться с хирургической подтяжкой, теперь можно и в клинике Елены Черных.

Чтобы понять суть SMAS-лифтинга, визуализируйте: прямо под подкожно-жировой клетчаткой располагается SMAS, что в переводе с английского – поверхностная мышечно-апоневротическая система. Это футляр для мимических мышц, сосудов и нервов, на который и действует время. Именно с этим каркасом и работают хирурги, когда делают подтяжку лица.

SMAS-лифтинг поможет избежать скальпеля.

Без искажения естественных пропорций лица он воздействует на глубокие подкожные слои, обеспечивая за 30-40 минут сеанса заметное омоложение. Но это еще не все. Эффект от процедуры накопительный и максимальным будет спустя три месяца.

**ОДНА ПРОЦЕДУРА – НА 1,5 ГОДА**



### КАК ДЕЙСТВУЕТ SMAS-ЛИФТИНГ

Ультразвук запускает естественные процессы выработки коллагена, и подтяжка происходит за счет внутренних ресурсов организма. Это глубокий лифтинг без повреждения кожи. Процедура проводится на аппарате Double Hifu с запатентованной технологией визуализации. Она позволяет точно определить глубину залегания SMAS.



### ПОКАЗАНИЯ К SMAS-ЛИФТИНГУ:

- ✓ Возрастные изменения
- ✓ Второй подбородок
- ✓ Потеря контуров скул
- ✓ Дряблость и обвисание кожи в области шеи и подбородка
- ✓ Опущение уголков губ и бровей
- ✓ Мелкие морщинки в области вокруг глаз
- ✓ Носогубные складки

### ПРЕИМУЩЕСТВА SMAS-ЛИФТИНГА:

- ✓ Процедура выходного дня. Не нужно прятаться или носить вуаль, как Саманта Джонс из любимого телесериала. Небольшие покраснения пройдут в течение 1-2 дней
- ✓ Эффект держится 1,5-2 года
- ✓ Без неприятных ощущений
- ✓ Без сезонных ограничений
- ✓ Сертифицировано Росздравнадзором

# ОСЕНЬ НАСТУПИЛА – ПРО ПЕДИКЮР ЗАБЫЛА?



ВИКТОРИЯ ПОПОВА,  
креативный директор  
студии маникюра Pops Nails.

Многие девушки полагают, что в холодное время года никто не видит их ноготки на ногах. Получается, что и педикюр, и покрытие ногтей, и их дизайн в этот период не нужны? Осенью и зимой делать педикюр еще важнее, чем летом, – уверена Виктория Попова, арт-директор студии Pops Nails.

Действительно, мы надеваем носки или колготки – а сверху туфли, ботинки или сапоги. Под многими слоями одежды-обувки никто не разглядит и не оценит вашу красоту.

Однако заботимся мы о пальчиках и пяточках не только ради привлекательного внешнего вида. Для нас не менее важно их здоровье, а также наше общее самочувствие. Именно поэтому нужно заботиться о своих ножках независимо от сезона. Ощущение ухоженности не зависит от того, видно ли это окружающим и влияет ли на наше настроение и самочувствие.

Что чувствуют наши ножки зимой? В холодное время года мы подвергаемся значительному стрессу. Даже если вы держите ноги в тепле, они остаются частью общего организма. Кроме того, избежать подмерзания ножек в суровые холода или их промокания в слякоть получается далеко не всегда. В итоге – серьезные последствия.

Кожа на пятках высыхает и трескается, иногда трещинки становятся довольно глубокими и болезненными. Сложатся и покрываются трещинами и ногти. Все это не только неприятно, но и доставляет нам массу неудобств. Ходить, да и просто заниматься повседневными делами в такой ситуации очень сложно.



**ЗИМОЙ ПЕДИКЮР ДАЖЕ БОЛЕЕ ВАЖЕН И НЕОБХОДИМ, ЧЕМ ЛЕТОМ: В ТЕПЛОЕ ВРЕМЯ ГОДА ОН НУЖЕН ДЛЯ КРАСОТЫ, А В ХОЛОДА – ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ:**

**1.** В теплой обуви, носках или колготках ступни потеют, а дома, когда ты разуваяешься, – быстро высыхают. Из-за перепадов влажности пяточки быстро загрубевают до такого состояния, что никакая пемза и другие домашние средства не помогут. Поэтому педикюр должен быть обязательной частью зимнего бьюти-ритуала: за это ножки скажут тебе спасибо.

**2.** Та же история с перепадами температур: на улице холодно, дома тепло – кожа на ступнях пересыхает и трескается. Кроме того, что это болезненно, через трещинки легко проникает грибок и инфекции. Педикюр делает кожу идеально гладкой, избавляя тебя от дискомфорта и риска заражения.

**3.** Теплая обувь часто сдавливает пальчики, хотя мы сами этого можем не замечать. Даже легкое сдавливание, если оно происходит ежедневно, повреждает ногти, а вместе с неправильной стрижкой ногтей может привести к их врастанию на больших пальцах. Лучше не берись за ножницы, а приходи на педикюр!

И еще один совет: в холодное время года можно и даже рекомендуется обойтись без покрытия ногтей на ногах гель-лаком. Дело в том, что закрытая и тесная обувь сдавливает покрытие, что может вызвать отслоение ногтя от ногтевого ложа. Если гель-лак делать всё-таки необходимо, не носи одно покрытие дольше месяца.



# НОВЫЙ ФОРМАТ ОБМЕНА ОПЫТОМ ОТ КЛИНИКИ «МАТЬ И ДИТЯ»

В октябре клиника «Мать и дитя» отпраздновала свой первый день рождения. В легком формате светского бранча прошла научно-практическая конференция, спикерами которой стали ведущие репродуктологи тульской клиники и акушеры-гинекологи частного родильного дома «Лапино» (Москва), а слушателями – врачи-гинекологи со всей Тульской области.

На конференции московские и тульские коллеги обменялись опытом о тактике ведения естественных родов после кесарева сечения, наблюдения беременности после процедуры ЭКО и при резус-конflikте. А так же провели время в свободном неформальном общении в приятной обстановке: для них были приготовлены фотодекорации, вкусное угощение и подарки от партнеров мероприятия.



Главный акушер-гинеколог Тульской области Макарова Елена Сергеевна, директор клиники «Мать и дитя» Гришина Демфира Рафилъевна, врачи клинического госпиталя «Лапино» (Москва),



Екатерина Белогурова



Ангелина Чибисова, Игорь Копырин



Кирилл Сороколетов



Юлия Тулупова, Инна Щербина

Наталья Гусева, Светлана Спасская



Угощения от тульской линейки правильных блюд «Вкусно и полезно»



Леонтина Пичугина



Главный врач клиники «Мать и дитя» Роман Нижник



Лицензия ЛО-71-01-001963 от 14.09.2018



**мать и дитя**  
КЛИНИКА ТУЛА

г. Тула, ул. Пушкинская, 58а,  
тел. +7 (4872) 233-71-93



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

# БЬЮТИ-ТЕСТ: наращивание ресниц

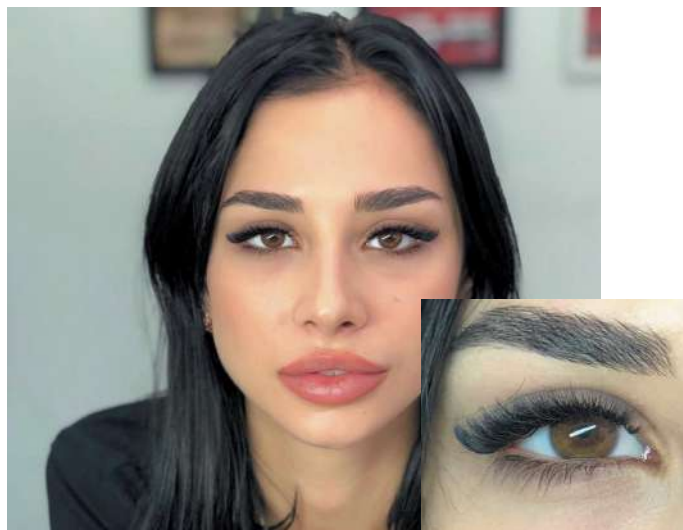
Приглашенный редактор ноябрьского номера «Модного города» Виктория Силаева – известный в России лэшмейкер, тренер, лэш-методолог. Свою технику и секреты наращивания ресниц Виктория продемонстрировала на нашем бьюти-тесте.

**1.** Первое, что должен сделать мастер, – изучить особенность глаз клиента (их форму, разрез, густоту собственных ресниц и другие параметры) и уточнить его пожелания: хочет ли он натуральный или более яркий эффект? Наша модель ждет от наращивания яркого и эффектного результата. Учитывая, что свои реснички у нее длинные и густые, мы подбираем для нее объем 3-4D: на ее глазах такой объем будет смотреться как 5-6D. Изгиб новых ресничек – D: это изгиб с завитком, который клиентка хочет попробовать.

**2.** Один из этапов моделирования взгляда – соблюдение симметрии. У большинства людей глаза имеют естественную легкую асимметрию. В обычной жизни это практически незаметно, но когда взгляд «усилен» наращиванием ресниц, асимметрия становится более выраженной, и даже эффект наращивания может оказаться разным. Чтобы этого не случилось, мы отмечаем определенные точки на подвижном веке и ориентируемся на них в процессе фиксации ресничек максимальной длины. Симметрия – один из множества нюансов, которые я раскрываю ученикам на своем курсе.

**3.** Обезжириваем реснички, чтобы подготовить их к процедуре. Изолируем нижние реснички специальной подложкой.

Материалы для наращивания гипоаллергенны. Аллергические реакции могут возникать только у тех, кто к ним предрасположен, и только на определенные компоненты – например, ароматизаторы в составе обезжиривателей. Поэтому я использую составы без отдушек: они более безопасны.



## ЕКАТЕРИНА ПСЯНИ, СТУДЕНТКА, МОДЕЛЬ:

*– Я уже не первый раз делаю наращивание ресниц: это очень удобно в повседневной жизни. Отпадает необходимость в макияже глаз, лицо становится ярче, и взгляд меняется, становится более выразительным. Наращивание ресниц у Виктории Силаевой я делала впервые и очень рада, что познакомилась с этим мастером. Теперь я знаю, как должна проходить правильная процедура, увидела массу нюансов, с которыми не была знакома раньше. И результат в зеркале порадовал меня как никогда!*



**4.** Искусственные реснички фиксируются на каждой натуральной. В среднем на одном веке от 80-120 ресниц, поэтому процедура занимает от 1,5 часов. Просто отдыхайте, расслабляйтесь, слушайте музыку, общайтесь с мастером – а потом радуйтесь отражению в зеркале, выразительному взгляду и комплиментам!



## ВИКТОРИЯ СИЛАЕВА:

– Длительность ношения наращенных ресниц зависит как от мастера, так и от клиента. Грамотная техника наращивания, количество клея, особенность фиксации ресничек – это 70% успеха. Остальные 30% – это индивидуальные особенности клиента, скорость обновления его натуральных ресниц, на которую мы не можем повлиять, и уход после наращивания – здесь уже всё в ваших руках. Если есть привычка тереть глаза, идет механическое повреждение ресничек, и срок их носки сокращается. Не применяйте средства для снятия макияжа и кремы на масляной основе: они растворяют клей, и реснички быстрее отпадают.

**23 НОЯБРЯ**  
начало в 13.00



г. Тула,  
ул. Metallургов д. 22,  
ЦКид «Металлург»

# GRAND PRIX TULA

*Bodybuilding and fitness*



ПРИЗОВОЙ ФОНД:  
**300 000 ₪**



BODY-PIT.RU



Myfit\_dessert



**ЕЭН**  
ENERGY DRINK

**# В ФОРМЕ**  
СЕТЬ ФИТНЕС-КЛУБОВ



# ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ «ЛЕГЕНДЫ»

24 октября отметил свой третий День рождения фитнес-клуб «Легенда» в Заречье. Для клиентов и друзей состоялся большой праздник, но еще грандиознее планы руководства «Легенды» по развитию и обновлению. Об этом мы поговорили с генеральным директором Сергеем Логшовым.

**– Сергей, как давно Вы работаете в фитнес-индустрии? И правда ли, что клубы «Легенда» ждут большие изменения?**

– Фитнесом я занимаюсь более 20 лет – с 1998 года. Работал на руководящих позициях в крупных федеральных фитнес-сетях, которые сейчас являются лидерами рынка, чему я очень рад. Когда лично участвуешь в развитии услуг, нововведений и в развитии сети как таковой, то накапливаешь багаж знаний и умений, формируешь набор успешных услуг со знанием всех подводных камней. Конечно же, самое лучшее и ценное из своего опыта я планирую реализовать в клубах Тулы.

**– У Вас также есть проект детского театра танца Do-Mi-No. Когда появится отделение в Туле? И что в целом в клубах будет для детей?**

– Театр танца Do-Mi-No планируем запустить с января 2020 года, сразу после каникул. В эту студию мы будем набирать детей с 4 до 12 лет и готовить шоу-балет для выступлений на всероссийских и международных фестивалях, для постановок в танцевальных мюзиклах и участия в съемках клипов. Я считаю, что такие мероприятия заряжают и мотивируют детей к тренировкам по-настоящему. Такой же подход у нас и к единоборствам. Сейчас готовим проект по общей физической подготовке детей и подростков в формате командных игр по преодолению полосы препятствий с чемпионатами, рейтингами команд и съемками. Уверен, что это будет очень интересно и востребовано.

**– Недавно Вы провели в клубе грандиозный спортивный праздник для клиентов, отметили день рождения клуба. Планируете проводить другие мероприятия?**

– Для меня эта тема очень важна: мероприятия играют важную роль в формировании драйва как среди членов клуба, так и среди сотрудников. Событий предостойт много, но мы умышленно анонсируем только ближайшие, чтобы не засыпать людей информацией.

24 ноября планируем провести одно из самых зрелищных соревнований по фитнесу



несу из нашего календаря «БИТВА ТИТАНОВ».

В целом подготовлен большой календарь различных спортивных праздников и конкурсов в течение всего года. Все мероприятия проводятся регулярно, традиционно в одно и то же время каждый год, но они разные и не похожи друг на друга ни по организации, ни по содержанию.

**– Что-нибудь необычное будет? Чем собираетесь удивить туляков?**

– Для нас не стоит задача удивлять или вводить что-то необыкновенное. Для нас важно создать то, что людям действительно нужно, в чем они нуждаются и не могут получить в другом месте. Важно и то, чтобы ожидания людей оправдались, и все работало так, как было заявлено, всегда качественно и с заботой о них.

В «Легенде» мы планируем запустить экспресс-тренировки по групповым программам, создать отдельную зону реабилитации, целевые программы в тренажерном зале, зал йоги и релакса, банный комплекс.

**– О банном комплексе можно поподробнее?**

– Да, считаю, что это нужно людям! Мы планируем дополнить клубы банями и сау-

нами – сделать место, где наши члены клуба смогут отдохнуть, расслабиться физически и психологически после тренировки или просто после рабочего дня. В этом вопросе тоже есть нюансы, детали, которые мы учитываем при планировании этой зоны. Мы считаем, что помещения должны быть большими и не разделяемыми между мужчинами и женщинами. Это должно быть действительно местом оздоровления и отдыха, а не просто горячей комнатой.

**– Всё это интересно для молодых людей. А будет что-нибудь для людей старшего поколения?**

– Я обратил внимание, что многие фитнес-клубы совсем забыли про людей старшего возраста, да и в целом о тех, у кого есть какие-либо ограничения по здоровью и физическим возможностям. Ведь то, что сегодня предлагает фитнес, – в основном для тех, кто уже в неплохой физической форме. Мы плотно работали над созданием новых специальных программ, зон и условий для людей с низкими физическими возможностями. Планируем вводить их постепенно в работу наших клубов в течение 6-8 месяцев.

Планов много, но уверен, что все задуманное будет реализовано!





ТУЛА, УЛ. ГАЛКИНА, 3, ТЕЛ. 52-99-78;  
УЛ. МЕТАЛЛУРГОВ, 89-А, ТЕЛ. 46-15-11



# ПРОФЕССИЯ: ЛЭШМЕЙКЕР

Бьюти-сфера в последнее время стала желанным местом для работы и самореализации: в «реснички», «ноготочки», «бровки» уходят из декретов, банков, школ, торговли и множества других сфер. Как стать востребованным специалистом, мы спросили у девушки, которая добилась успеха в профессии, - у нашего приглашенного редактора, лэшмейкера Виктории Сидяевой.

**– Вика, чем так манит людей сфера красоты, и оправданы ли эти надежды?**

– Безусловно, оправданы, если человек готов постоянно развиваться в своем деле и предоставлять качественные услуги. Мастеров становится все больше, но хороших – не так много, и высокое качество всегда будет востребовано. Любая профессия в бьюти-сфере дает возможность реализовать творческие способности, желание работать с людьми, потребность в общении.

Это шанс участвовать в интересных бьюти- и фешн-проектах, конкурсах, профессиональных чемпионатах, шанс сделать себе имя и стать популярным. Наконец, мастер в бьюти-сфере может работать «на себя», то есть уйти из найма и начать микробизнес с небольшим стартовым капиталом. Всё это очень привлекательно.

**– Что лично тебя привело в эту профессию? И сейчас не жалеешь ли о выбранном пути?**

– Я всегда сравниваю свой старт в профессии лэшмейкера с Менделеевым, которому приснилась его таблица (смеется). Мне работа с ресницами тоже практически приснилась: однажды я проснулась и поняла, что хочу попробовать. Еще не знала, мое это или не мое, куда меня это приведет, но решила рискнуть. Поехала на обучение, и мне понравилось! Сразу же. Ни на минуту не пожалела об этом выборе.

**– В профессии лэшмейкера есть куда**



**развиваться?**

– Люди, которые не работают в бьюти-сфере, считают, что путь мастера достаточно ограничен: у тебя два варианта – всю жизнь сидеть мастером или открыть свой салон. На самом деле вариантов огромное количество, особенно в сфере наращивания ресниц, – из-за того, что в нашей стране она молодая и стремительно развивается.

Мастер по наращиванию ресниц может вырасти до тренера, педагога, обучать новых мастеров, разработать свои авторские курсы, как это сделала я.

Достигая высокого профессионального уровня, мастер получает признание в своей среде и новые возможности для роста. Я езжу на конференции в качестве спикера.

В работе лэшмейкера (бровиста, мастера маникюра – кого угодно!) можно применить свои знания из предыдущих профессий. Например, мое образование и опыт работы (я педагог, филолог) позволили мне развиваться в двух новых направлениях. Как филолог я создала

для бьюти-мастеров авторский курс по написанию текстов для соцсетей. А как педагог пошла еще дальше и стала лэш-методистом. Такой профессии еще нет в России, я пока единственная, кто разрабатывает методические пособия для лэш-мастеров.

Я изучаю иностранные языки и сейчас совместно с переводчиком составляю учебник для мастеров, которые переезжают из России в англоговорящие страны, с тематической лексикой по теме лэш-индустрии. Когда я сама работала за границей, столкнулась с тем, что такие знания взять просто негде, приходилось собирать их по крупицам. Эта книга значительно упростит адаптацию мастера в новой стране и облегчит коммуникацию с клиентом.

Повторюсь, работу в бьюти-сфере можно смело объединить с вашим предыдущим опытом. Например, если мастером стал бывший финансист, он может разработать понятную методику просчета экономики процедур, и ему будут благодарны мастера по всей России.

Мастер с дизайнерским образованием может разрабатывать интерьер лэш-комнат и кабинетов бровистов, потому что изнутри знает специфику и потребности этих профессий.

**– Кому подходит профессия лэшмейкера? Какими качествами нужно обладать?**

– Одно из главных – усидчивость. Процедура наращивания ресниц кропотливая и длительная: начинающие мастера могут тратить на нее до 4 часов, но и опытного мастера она занимает достаточное количество времени – 1,5-2 часа. Важна аккуратность. И общительность, умение слушать, поддерживать разговор, чтобы это время прошло для клиента приятно.

**– Прибыльное ли это дело – наращивание ресниц?**

– Да, хороший мастер зарабатывает от 150 000 в месяц.

**– Человеку, решившему пойти в профессию, очень важно выбрать хорошую школу и педагога. Где ты училась?**

– Мое первое обучение прошло в Москве, потому что на тот момент наша сфера только развивалась, и в Туле курсов по наращиванию ресниц еще не было. После этого я посещала много мастер-классов топовых преподавателей, которые стояли у истоков индустрии в России. Мастеру нужно понимать, что если он стремится к качеству, то должен постоянно учиться. У каждого тренера свои фишки, методы, мне интересны разные взгляды на ход процедуры. Постоянное обучение позволяет выработать свой стиль, свой почерк в наращивании ресниц.

**– Куда сейчас лучше пойти начинающим? Как выбрать педагога?**

– Наша индустрия развивается, и сейчас можно учиться и в своем городе, никуда не уезжая. Критериев выбора, на мой взгляд, несколько. Первый – нравятся ли вам работы этого педагога? Вы хотели бы прийти к нему на процедуру, стать его клиентом? Второй – регалии тренера. Лично я не пойду учиться к педагогу, который сам давно не учился, у которого нет диплома о недавнем повышении квалификации. Фраза «Я и так всё знаю» неприменима к бьюти-сфере: здесь едва ли не каждый день появляется что-то новое, и то, что ты знал вчера, уже не актуально. Идите к тому, кто вкладывается в свое обучение, чтобы идти в ногу со временем: у него вы стартуете в профессии с гораздо более высокой планки.



**– Правда ли, что у тебя есть авторские программы обучения?**

– Все мои программы – авторские, они созданы исключительно на основе моей практики работы, и я рассказываю своим ученикам о том, с чем им придется сталкиваться каждый день.

Как я уже говорила, у меня педагогическое образование, поэтому все свои учебные программы я строю с учетом, во-первых, правильной подачи материала: это определенное построение курса, последовательность тем, чередование теории и практики. На моих курсах нет сумбура, «воды», все четко, структурировано и понятно. Во-вторых, нужно принимать во внимание особенности каждой группы. На курсе могут встретиться очень разные ученики – по возрасту, скорости усвоения информации, особенностям восприятия. Материал должен быть доступен для каждого.

**– Твои ученики успешны?**

– Все они идут по разному пути, но каждая по-своему добивается успеха. Есть те, кто работает в салонах красоты и параллельно ведет курсы для начинающих мастеров. Многие девочки открыли свои кабинеты, студии, салоны. Некоторые мои ученицы участвуют в чемпионатах по наращиванию и занимают призовые места. И у всех, независимо от места работы (дома, в сво-

ем кабинете, в салоне красоты), плотная запись. Мои клиенты, которые не могут попасть на процедуру ко мне, идут к моим ученицам со словами: «Если у них есть твой диплом, значит, им тоже можно довериться!». И я за своих учеников рада.

**– Хорошему мастеру открыт весь мир? Реально стать востребованным специалистом за пределами Тулы и России, если владеешь мастерством?**

– Да, и это я тоже проверила на своем опыте. Работала в Германии, где у меня было много клиенток не только среди русскоязычного населения: немки тоже очень любят русскую модель наращивания ресниц. Сейчас развиваю свой бизнес в Сочи, и запись на время, пока буду там, почти закрыта. Хороших мастеров везде не хватает, и они всюду будут востребованы.

Главный плюс профессии для меня – мобильность. Мастер по наращиванию ресниц не привязан к салону красоты, городу, стране. Я могу находиться в любой точке земного шара, и при мне будет всё, что мне нужно для работы, – руки и пинцеты.

**Виктория Силаева**  
**Наращивание ресниц,**  
**обучение, тел. +7 950 914 96 97**  
**@silava\_lashes**



*Эксперт по недвижимости*

# АЛЕКСЕЙ КУЗНЕЦОВ

# МЫ ПОМОГАЕМ ЛЮДЯМ!

Алексей Кузнецов в недвижимости работает уже 5 лет, причем занимается отдельным направлением этой сферы: помогает одним людям быстро получить деньги под залог своего имущества, другим – купить объекты с максимальным дисконтом, третьим – инвестировать в недвижимость и зарабатывать.



## СРОЧНО ВЫКУПАЕМ

Когда возникает срочная необходимость в крупной сумме денег, люди часто приходят в растерянность. Банки не всегда готовы оформить большой кредит оперативно, да и не всегда сам заемщик имеет возможность погашать кредит. И тогда приходим на помощь мы. Если у человека есть имущество – значит, есть и возможность получить нужную сумму денег.

Мы занимаемся срочным выкупом недвижимости – настолько срочным, что вся процедура оформления может занимать от 1 часа до 1 дня. Работаем быстро: оценить объект можно даже по фотографии. Команда оценщиков и юристов выезжает на место и улаживает все формальности с документами. Деньги наш клиент получает в день обращения, потому что мы понимаем – иногда время не ждет.

У нас гибкие и выгодные условия выкупа. Готовы рассмотреть любую жилую недвижимость: квартиры на вторичном рынке, переуступку прав в строящихся домах (новостройках), дачи, дома, земельные участки. Работаем и с коммерческой недвижимостью: выкупаем офисные и торговые здания и помещения, производства, склады и т. д.

## ПРОДАЕМ ДЕШЕВЛЕ

Специфика нашей работы такова, что мы выкупаем недвижимость ниже ее рыночной стоимости. И продаем свои объекты тоже дешевле рынка. У нас собрана большая база жилой и коммерческой недвижимости по ценам, которых вы не найдете в агентствах и на сайтах объявлений. База закрытая (мы соблюдаем конфиденциальность и коммерческую тайну) и доступная только нашим клиентам. Обращайтесь, обязательно подберем для вас выгодный вариант.

**Наша компания является партнером ведущих банков и других кредитных организаций региона. Это значит, что мы поможем вам подобрать и оформить ипотеку на удобных условиях.**

## ПОМОГАЕМ ИНВЕСТОРАМ

Недвижимость всегда была перспективным направлением для инвестиций: она неизменно дорожает, имеет стабильную доходность и во все времена является активом, надежность которого не зависит от курсов валют и других экономических условий.

Безусловно, вложить деньги в недвижимость может каждый – купить квартиру, земельный участок. Но для тех, кто хочет регулярно зарабатывать на инвестициях в недвижимость, есть наша компания.

Мы помогаем людям вкладывать деньги в выгодные проекты как в Туле, так и в других регионах России. Например, сейчас наша команда активно работает в Крыму: есть много классных проектов, в которые мы привлекаем инвестиции и которые демонстрируют высокую доходность.

Как мы работаем с инвесторами? Находим для вас объект, в который вы вкладываете свои средства и становитесь собственником. А мы обязуемся реализовать его в короткие сроки со значительной выгодой для вас, которая существенно превышает проценты по депозитам и даже доходность по вложениям в акции.

Наша компания – это штат опытных специалистов по недвижимости, оценщиков, юристов. Мы обеспечиваем нашим клиентам полное правовое сопровождение на всех этапах сотрудничества, включая представительство интересов в суде. С нами приятно работать.

**Все подробности по телефону 8-920-770-10-10.**

# МОЖЕТ ЛИ ВАШ БИЗНЕС ПРИНОСИТЬ БОЛЬШЕ ДЕНЕГ?

Я еще не знаком с вашим бизнесом, но мой ответ «Однозначно ДА!». В этом и есть чудодейственное свойство маркетинга – его можно усилить в любой организации, даже там, где маркетинг уже и так на хорошем уровне. Что уж говорить о тех компаниях, в которых нет штатного маркетолога, – в них успех предрешен заранее.

**Н**о если нет денег на маркетолога? Что делать в этом случае? Какие действия попытаться предпринять самостоятельно? Вот вам список основных действий, которые необходимы:

**1. Понять, кто ваша целевая аудитория.** Многие предприниматели делают глобальную ошибку, описывая целевую аудиторию (ЦА) одним предложением, к примеру, «женщины от 30 лет с доходом выше среднего». Это совершенно не описание ЦА, ведь женщина в 30 лет принимает решение о покупке, к примеру, одежды, совсем иначе, чем женщина в 50. У них разные модели потребления и поиска, разные эталоны и мотивы к покупке. Женщины с доходом 100 000 и 500 000 рублей будут демонстрировать разные поведенческие признаки относительно выбора одежды, хотя и оба дохода выше среднего.

Сегментирование, портретирование и описание ЦА – это большая работа, которая позволяет разобраться в своем клиенте до мелочей, понять, что им движет, определить, в какой момент и как преподнести ему информацию о вашей компании. Если вы поймете, кто именно ваша ЦА, то начнете продавать свой товар/услугу тем людям, которые его хотят, а не всем подряд. Продать мобильный телефон человеку, который недавно разбил свой старый, проще, чем продавать всем (и это всего лишь один маленький параметр).

**2. Понять, что именно покупает ваш клиент.** Давно известно, что покупателю дрели не нужна дрель – ему нужно отверстие в стене. Покупателю автомо-

биля не нужен автомобиль – ему нужно комфортно добираться до соседнего города. Покупателю клининга нужна чистая квартира. И так далее. Когда вы осознаете, что именно покупает ваш клиент, вы сможете общаться с ним на языке выгод, а также строить всю рекламную кампанию вокруг его потребностей. При этом надо не забывать, что вариаций потребления одного товара огромное множество. Кому-то нужен массаж, чтобы улучшить здоровье, а кому-то – чтобы расслабиться. Тут и приходят на помощь портреты конкретных клиентов, о которых мы говорили в первом пункте.

**3. Проанализировать каналы привлечения.** Определите, из каких каналов клиенты приходят в ваш бизнес. Какой из этих каналов дает наибольший результат? Распределите рекламный бюджет на более эффективные каналы, но не отказывайтесь и от менее эффективных. Часто эффективный канал дает результат только из-за того, что клиенты встречаются с вашей компанией и в других каналах, и если их отсечь, то эффективность самого лучшего тоже уменьшится.

На данном этапе необходимо грамотное медиапланирование с оговоркой на объем рекламного бюджета. Вы должны понимать: чтобы увеличить свой оборот с 1 000 000 до 1 500 000 в месяц, недостаточно тратить на рекламу 10 000. Ваш бизнес в руках грамотного маркетолога может достичь любых результатов, но вопрос, на что вы готовы ради этого?

**4. Проанализировать ваш сайт.** Если сайта у вас еще нет, то советую задуматься о его появлении. Поверьте, на его отсутствии вы теряете много денег. Но что делать для увеличения продаж, если



СЕРГЕЙ ВОРОНИН – ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ МАРКЕТОЛОГ, ЭКСПЕРТ В ОБЛАСТИ МАРКЕТИНГА, РЕКЛАМЫ, ПРОДАЖ И ПРОДВИЖЕНИЯ, ОСНОВАТЕЛЬ МАРКЕТИНГОВОЙ КОМПАНИИ «ВОРОНКА». WWW.VORONKAMARKETING.RU

сайт есть? Аналитика и еще раз аналитика. Полностью проанализируйте трафик сайта. Посещает ли его ваша ЦА (см. пункт 1) или это совершенно другие люди? Откуда люди приходят на сайт? И самое главное, что они делают на сайте? Нужно понять, что мешает клиенту сделать заказ или оставить заявку и нейтрализовать действие данного фактора. Недостаточно понять то, что клиент уходит из раздела «Услуги», – нужно осознать, почему он уходит.

Пример из практики: клиент обратился к нам за услугой ведения соцсетей. Мы объяснили, что нужно использовать комплексный подход, но он пожелал начать с малого. В итоге за первые две недели работы мы получили 163 перехода на сайт заказчика из соцсетей. До нашего появления таких переходов не было вообще, а значит, мы добились роста данного показателя в 163 раза. Только вдумайтесь – 163 потенциальных клиента, заинтересованных в услугах, попали на сайт. Как думаете, сколько из них сделали заказ? Два человека. В чем причина? Все просто: описание услуг на сайте непонятно клиентам, и они уходят из этого раздела. Наш заказчик терял своих клиентов прямо у себя под носом и просил больше трафика при такой низкой конверсии, а значит, осознанно выкидывал рекламный бюджет впустую.

Что делать? Корректировать сайт, делать его понятным и продающим, о чем мы и сказали заказчику. В итоге мы внедрили необходимые изменения, что повлекло за собой 54 заказа из 163 переходов за тот же период. А значит, число заказов с данного канала привлечения выросло в 27 раз.

Изучайте целевую аудиторию, анализируйте, внедряйте изменения. Хороших вам продаж!



Микро  Капитал

## ДЕНЬГИ ДЛЯ БИЗНЕСА И САМОЗАНЯТЫХ

АО МФК «Микро Капитал» предоставляет финансирование на развитие бизнеса под залог и поручительство юридическим и физическим лицам с различным уровнем дохода и различной кредитной историей. Решение о выдаче принимает финансовый консультант, учитывающий особенности бизнеса клиента, а не «машина», поэтому вероятность положительного решения выше, чем в банке. Вместе с «Микро Капитал» клиенты растут и выходят на новый уровень, который в том числе открывает им доступ к классическому кредитованию, лизингу и факторингу.

Наш офис в Туле:

**+7 (4872) 70 37 31**

Красноармейский  
проспект, д 2

**8 800 551 41 84**  
**[mikrokapital.ru](http://mikrokapital.ru)**

Условия займа: возраст заемщика 25-70 лет; срок займа: 8-60 месяцев; сумма займа: 100 000 - 30 000 000 рублей; процентные ставки по займу: от 1,75% до 4,8% в месяц (от 21% до 58% годовых). Параметры займа зависят от выбранного продукта, категории клиента, срока займа, обеспечения. Возможны дополнительные расходы, связанные с государственной регистрацией обременения в виде ипотеки, его прекращения. Предложение не является публичной офертой (статья 437 ГК РФ). Подробности на сайте [mikrokapital.ru](http://mikrokapital.ru). АО МФК «Микро Капитал». Номер в государственном реестре микрофинансовых организаций №3110563000807. Реклама. 18+

## ТУЛЬСКОМУ «АЭРОПОРТУ» ИСПОЛНИЛОСЬ 10 ЛЕТ

3 октября в ресторане «Петр Петрович» отпраздновал свой день рождения «Аэропорт» – туристическому агентству в этом году исполнилось 10 лет. На вечеринку в честь этого юбилея собрались близкие «Аэропорту» люди – друзья, клиенты, активные участники благотворительных проектов, которыми, помимо своей основной деятельности, занимается агентство. Гости завалили Ольгу Волкову, директора «Аэропорта», подарками и цветами – эти букеты еще долго украшали офис турагентства, напоминая о празднике.

Атмосферу вечера, легкую, непринужденную и очень приятную, с первых минут задали ведущий Кирилл Давыдов и певица Кристель, исполнявшая лаундж-версии известных композиций. На протяжении всего праздника у гостей не было шанса заскучать: «Аэропорт» приготовил для них вкусные угощения и напитки, хорошую музыку, световое шоу, интерактивные поздравления, конкурсы и даже интервью с Ольгой Волковой в стиле программы «ВДудь». А когда на танцпол вышла стюардесса, перевоплотившаяся в страстную кубинскую танцовщицу Исбель, к ней присоединился весь зал, начав двигаться в ритмах сальсы, бачаты, фламенко и румбы.

Праздник завершился на сладкой ноте: каждому гостю достался кусок праздничного торта со свечой, чтобы желание смогли загадать все, а не только именинник.



Марина, Наталья



Кристель



Гости вечера



Танцовщица Исбель



Александр, Татьяна



Елена, Екатерина



Ольга, Яна



Мария, Ольга



Ксения, Максим







Кирилл, Ольга

Лаура



Алла, Оксана, Евгения, Надежда, Юлия



Гости вечера



Мария, Ольга



Александр, Екатерина, Ольга



# ЖАРКИЙ НОВЫЙ ГОД НА КАРИБАХ



**АННА УЛИТИНА,**  
директор турагентства Coral Travel

Пора задуматься о том, где провести новогодние праздники. Не хотите оставаться в морозной Туле – добро пожаловать в жаркие страны! Интересные маршруты советует Анна Улитина, директор турагентства Coral Travel.

для всех категорий туристов. Здесь есть всё, что нужно для комфортного и беззаботного отдыха: система «всё включено», хорошая анимация для детей, вкусная еда, экзотические фрукты.

На Карибы можно добраться прямым рейсом из Москвы. Да, перелет предстоит долгий – около 12 часов, но вы этого не заметите благодаря комфортабельным самолетам Boeing 777-300ER.



**О**дним из самых популярных направлений в л я ю т с я страны Карибского бассейна. Неспроста их так любят туристы. Карибы – это восхитительный отдых круглый год. Вода в Карибском море не только чистая и бесконечно лазурная, но и очень теплая. Ее температура – около +25 - +28 градусов и зимой, и летом. Пляжи – просто сказка! Слепительно белые, с мелким рассыпчатым песком, который не нагревается под жарким солнцем.

Обилие развлечений для туристов всех возрастов не даст заскучать. На Карибах можно заняться дайвингом, погулять по старым колониальным городам, посетить табачные и кофейные плантации, окунуться в ночную жизнь курортов или просто насладиться неспешным и спокойным отдыхом.

Средние цены на новогодние туры в Мексику, Доминикану и Кубу от 93 500 рублей с человека на 11-12 ночей. В путевку входит перелет, проживание, полное питание, трансфер, страховка. Кстати, если брать путевки после 7-8 января, можно значительно сэкономить.

Страны Карибского бассейна подходят абсолютно

для знакомства с городами майя и ацтеков, колониальной архитектурой и живописью первой трети 20 века.



## КУБИНСКИЕ КАНИКУЛЫ (ВАРАДЕРО И ОЛЬГИН)

Остров Свободы Куба туристы любят за восхитительные пляжи, чистое Карибское море, неповторимые памятники колониальной эпохи, карнавалы и фестивали. Вас ждет круглосуточная атмосфера праздника! Колоритная Гавана, жаркие танцы и отдых в стиле «never sleep», самые вкусные коктейли – это всё подходит для любителей крутых тусовок и бесконечных вечеринок.

Coral Travel предлагает возможность разместиться в двух отелях с уникальной концепцией семейного отдыха Sun Family Club. Это значит, что учтены все аспекты организации хорошего отдыха: от выбора отеля до подбора питания для детей и детских развлекательных и развивающих программ.

Прямой перелет на Кубу из Москвы – авиакомпанией Royal Flight.

## ДОМИНИКАНА

Отдых в Доминиканской Республике вы запомните на всю жизнь! Роскошная Доминикана познакомит туристов с белопесчаными пляжами, теплым Карибским морем, яркими карнавалами. Кстати, это отличное место для проведения свадьбы или просто романтического отдыха. Для любителей активного времяпрепровождения есть всё, что нужно: дайвинг, серфинг и др. Вас ждут отели с системой «Все включено» и концепцией семейного отдыха Coral Travel Sun Family Club.



Авиакомпания Royal Flight предоставляет туристам прямой перелет на комфортабельном самолёте.



Тула, Красноармейский пр., 28  
ta1.tula@club.coral.ru  
www.atrans-tour.ru  
8 (4872) 52-42-20.

# БИЗНЕС ДО 30: МОЛОДОСТЬ НИЧЕГО НЕ БОИТСЯ

«У молодости есть важное преимущество в бизнесе: мы легко принимаем смелые решения», – говорит Виктория Сидяева, наш приглашенный редактор, лэймейкер, автор курсов и учебных пособий для мастеров, предприниматель. Вике 24, а в «свободном плавании», то есть в своем деле, она находится уже четыре года.

**– Вика, многие предприниматели говорят, что к открытию бизнеса их подтолкнуло нежелание «работать на дядю». У тебя было так же?**

– Нарастиванию ресниц я обучилась еще будучи студенткой педагогического университета. Успела поработать учителем русского языка и литературы в школе и параллельно развивалась как мастер.

Мне кажется, большинство людей идут в свое дело не потому, что не хотят работать по найму, а потому, что хотят зарабатывать больше. Например, у меня была цель жить в своей квартире, и моя новая работа позволила мне осуществить мечту всего за два года.

**– Не было страшно бросать основную профессию и уходить в новую для тебя сферу?**

– Нет, это в любом случае был бы ценный опыт. Если бы не получилось, – у меня уже было основное образование, была профессия, и в нее я всегда успеваю вернуться.

**– Где ты взяла начальный капитал?**

– Моим стартовым капиталом стала премия, которую выплатили в школе под Новый год: вместе с зарплатой получилось 20 тысяч рублей – это была стоимость курсов по наращиванию ресниц в Москве. Еще 10 тысяч потратила на оборудование и материалы для работы. Я тогда не знала, пойдет это или не пойдет – просто отдала эти деньги «на фарт».

Стартовый капитал в моем случае (как и в любом другом бизнесе) – это только первые инвестиции. Вложив 5000 рублей, миллионов не заработаешь – вкладывать нужно тоже миллионы. Чтобы стать успешным мастером, тренером, предпринимателем, я инвестировала в

свое обучение сотни тысяч – но не одновременно. Работала и параллельно постоянно повышала свою квалификацию, что делаю и до сих пор.

**– Проблема любого начинающего предпринимателя: где взять первых клиентов? И как сделать их постоянными?**

– Здесь я не открою секрета: это друзья, друзья друзей и так далее. Я начинала как домашний мастер, первые процедуры проводила бесплатно, потом – за стоимость материалов, и сарафанное радио набирало обороты.

Судьба посылала мне таких клиентов, которые были со мной на одной волне – такие же открытые к общению, стремящиеся к развитию. И они как-то очень естественно перешли в разряд постоянных, а многие стали моими друзьями. И даже если кто-то по разным причинам перешел к другим мастерам, я рада, что мы до сих пор общаемся.

**– Выбор места важен, если мы говорим о бизнесе в сфере красоты?**

– Хороший мастер может работать где угодно. Если ты предоставляешь услугу на высоком уровне, клиенты пойдут за тобой.

У меня часто спрашивают, почему я не открыла свою студию. Для себя я поняла, что это не тот вариант, который будет приносить мне удовольствие. Своя студия – это управление, заниматься которым у меня нет желания, потому что хочется развиваться как профессионал в своей индустрии. Студия привязывает к определенному месту, а я хочу быть мобильной, много ездить. И хочу спать спокойно, зная, что мой доход и мои достижения – только моих рук дело и зависят только от меня.



**– Как начинающему предпринимателю не отчаиваться и не бросить всё, если что-то идет не так?**

– В таких ситуациях очень важна поддержка. В сложные моменты мне очень помогли люди, которые говорили «У тебя всё получится!», и, наверное, мое желание не обмануть их веру в меня было сильнее трудностей. Сейчас мне часто пишут мои ученики и даже незнакомые люди, просят совета, и я всем отвечаю, потому что знаю, как порой бывает нужно и ценно одно верное слово или «волшебный пинок». Не стесняйтесь просить помощи. Люди не умеют читать ваши мысли, но если вы попросите – обязательно найдутся те, кто не откажут.

Не ждите быстрых баснословных доходов. По моему опыту, в первые полгода о прибыли не может быть и речи, если ты хочешь развиваться как профессионал.

И не сворачивайте с пути. То, что вы решили уйти «в свободное плавание», – уже большой шаг. Если вы его уже сделали, нет смысла возвращаться назад. Идите вперед: да, будет тяжело, что-то не будет получаться, но не сдавайтесь. Если есть цель, вселенная даст возможности.

**– У молодости есть преимущества в бизнесе?**

– Наверное, это отсутствие страха перед чем-то новым. Мы с легкостью ввязываемся в серьезные проекты и не воспринимаем их, как непосильную ношу. Этим мы отличаемся от наших родителей, от более старших поколений: они тысячу раз всё взвешают и скорее всего откажутся, а мы смело заходим в эту воду и, даже если не получается, выносим из нее все самое важное и ценное и идем дальше. Мы легче принимаем решения. Говорят, глаза боятся, руки делают. А у нас и глаза не боятся!)).

# ГОРДОСТЬ ИЛИ ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ

**Брускетта с семгой,  
гуакамоле и яйцом**

от Анны Алдошкиной,  
шеф-повара кофейни Mr. Cup.

Как часто мы прощаем? Временами, в зависимости от ситуации, или это вошло в привычку – как чистить зубы? Что значит прощение? Стоит ли прощать? И самое важное, стоит ли, чтобы прощали нас?

Всемогущая Википедия дает толкование:

«Прощение – отпущение вины, освобождение от заслуженного наказания».

**Д**а, конечно, понятие очень емкое, но... В те минуты, когда еле-еле сдерживаешь желание устроить атомную войну тому дивному существу, что выбило тебя из колеи своими словами или действиями, – тут не до заповедей Божьих.

Но когда точка кипения позади, возвращается здравый смысл и начинается разбор полетов. Они не всегда приводят к прощению: иногда бывает проще вычеркнуть этого человека из своей жизни, перекрыться, сбежать подальше, чтобы не видеть и не слышать его. Особенно неприятно, когда этого человека ты считал для себя близким и родным, делился с ним самыми сокровенными мыслями, чувствами, эмоциями, а он просто плюнул тебе в душу. Разве это можно простить?

Как ни странно, да! Мы почему-то придумываем странные оправдания для этих

поступков, а самое интересное, зачем-то начинаем в них верить. Знакомо? О да, думаю каждый из нас с этим сталкивался. Спустя время история повторяется, и мы понимаем, как же глупо поступили. Мы даем человеку «второй шанс» – это самое нелепое, что могло придумать человечество... Я бы закончил это выражение так: «Второй шанс, чтобы накосячить еще сильнее».

Допустим, когда вы в ресторане обнаруживаете в своем блюде волосы или насекомое, вы же не пытаетесь оправдать заведение, повара или случай. Вы просите убрать это с глаз долой и из счета, как можно скорее покидаете это место и скорее всего не вернетесь туда больше.

Почему в отношениях мы не поступаем так же? Слишком сильно идеализируем и эмоционально привязываемся? Но ведь мы прощаемся с неудачным блюдом, хотя на тот момент времени мы его ох как сильно желали и рассчитывали на него.



**АРТЕМИЙ САФОНОВ,**  
автор рубрики «Голая кухня».

Конечно, прощать можно и нужно. Особенно когда причиной неприятного для вас события стало нелепое обстоятельство, а с человеком вам легко и приятно просто быть рядом, вы чувствуете его тепло и нежность. Это можно сравнить с чудесной брускеттой с лососем и гуакамоле. Теплая булочка, хрустящая снаружи, но мягкая внутри, сверху обильно покрытая пряным паштетом из гуакамоле и нежнейшим слабосоленым лососем. Откусив кусочек, начинаешь испытывать счастье и приятное порхание бабочек внутри... Вот если такие чувства и ощущения приходят к вам, когда вас держат за руку и смотрят в глаза, – то да, тут можно простить всё. И скажу больше: простить надо. Как говорилось в одном известном мультиме, «дзюнь бывает лишь раз». Поверьте, если вы это чувствуете, – значит, это и есть ваш «дзюнь». Берегите его и бережно храните.

# С НИМИ БУДЕТ ВЕСЕЛО!


Когда на празднике появляются ОШИ, вечер перестает быть томным. Они способны расшевелить и «зажечь» любую вечеринку. Яркие звезды туйской (и не только) event-сферы стали героями нашей красивой и совсем не осенней съемки в ресторане «Веражда». Знакомьтесь, если вы их еще не знаете, а чтобы увидеть и услышать «вживую», зовите к себе на праздник!



## ДУЭТ KILLAZ TIME

Акустический кавер-дуэт Killaz Time – Иван Алёшин и Константин Осипов – артисты, чей музыкальный вкус и профессионализм не оставляют равнодушным. Один круто поет, другой круто играет! Ребята исполняют каверы на мировые хиты и выступают на мероприятиях любого формата.  
Тел.: +7 919 087-44-27, +7 963 223-84-98  
@killaztime

Одежда предоставлена  
магазином Englishshop  
@englishshop

A woman with dark, wavy hair is posing in a bar or club setting. She is wearing a dark blue, off-the-shoulder, long-sleeved dress with a vibrant floral pattern in white, red, and purple. Her right arm is raised behind her head, and her left hand rests on a dark bar. The background is dimly lit with warm, orange and green lights, suggesting a festive atmosphere.

### ПЕВИЦА ЛЕДИ КСЮ

Яркая самобытная певица с потрясающе красивым тембром голоса и ошеломительной искренностью. Она кайфует от музыки и заражает своим настроением, ее широчайший репертуар находит отклик в сердцах и вкусах каждого. Хотите много хорошей и разной музыки? Приглашайте на ваш праздник Леди Ксю!

Тел. 8-903-843-75-43.

@ lady\_ksu

Платье «Ария», магазин «Коктейль»

## ВЕДУЩАЯ ЕКАТЕРИНА ИСАЕВА

Динамичная, современная, яркая ведущая и организатор мероприятий, Екатерина обладает еще двумя важными качествами: она умеет шутить и виртуозно импровизировать, что делает ее мероприятия нестандартными и интересными. Более 40.000 гостей радовались, отдыхали и проводили время на тех мероприятиях, которые доверили Кате.  
Тел. 8-960-612-94-25.  
@k\_isaewa

На Новый год – со своим «Коктейлем»  
Праздники – время удивлять и очаровывать. Наряды от салона «Коктейль», соблазнительные и романтичные, дерзкие и элегантные, – верный способ приковать к себе всеобщее внимание на любом празднике. «Коктейль» – это дизайнерская одежда для тех, кто полон энергии и задора, кто не боится экспериментировать и быть собой.

Комбинезон «Винд», магазин «Коктейль»

ТУЛА, КРАСНОАРМЕЙСКИЙ ПР., 4.  
Тел. 8-929-071-71-72.

 cocktail\_tula  cocktail\_tula

САЛОН КРАСИВОЙ ОДЕЖДЫ  
**Коктейль**



### ИЛЛЮЗИОНИСТ ИЛЬЯ КОРЖОВ

Феерическое шоу Ильи Коржова никого не оставляет равнодушным. Предметы летают в воздухе, исчезают и появляются в неожиданных местах, из картины вылетает голубь – и это только за первую минуту. В его интерактивном шоу сочетаются невероятная техника, ловкость рук, артистизм, искрометный юмор – все это вызывает бурю восторга.

Тел. 8-953-962-41-17.

@ilya\_korzov





**ВЕДУЩИЙ ТИМУР НАЗАРЕНКО**

Ведущий высокого уровня, с 10-летним опытом в event-сфере, в портфолио которого – сотни масштабных событий и небольших, но ярких праздников. Его принцип – индивидуальная подготовка к каждому проекту, его фишки – потрясающее чувство юмора, вкуса и такта.  
Тел. 8-920-278-20-68.  
@ timurnazarenko



**ЭЛЕКТРОСКРИПКА LADY ALLEGRO**

Lady Allegro, она же Анна Тимофеева, – виртуозная эстрадная скрипачка с разнообразным по стилю репертуаром и яркими образами. Скрипка в ее руках – это красиво, модно, весело и зажигательно. Она задает любому празднику особое настроение!

Тел. 8-915-685-24-61.

@nyusyaallegro

## В «ВЕРАНДЕ» ДАЖЕ ЗИМОЙ – ЛЕТО!

Долгими осенними и зимними вечерами одни тоскуют по летнему теплу и зелени, а другие – идут в «Веранду». Здесь можно легко представить, что ты на пикнике где-нибудь на лужайке, потому что вокруг – море живой зелени и будоражащие ароматы блюд с мангала. Да-да, открытый мангальный комплекс, где готовят мясо и рыбу на углях, стоит прямо в зале, как и пицца-печь, и пицца оттуда не менее великолепна.

В «Веранде» есть свой, новый взгляд на привычную нам еду, включая стрит-фуд. Поэтому любое блюдо здесь приобретает новое прочтение, удивляет необычными нюансами и красивой подачей.

Сейчас в летнем интерьере «Веранды» – осенние вкусы: в новом сезонном меню есть много интересного – например, чебуреки, мясо в азиатском стиле и другие вкусные эксперименты от шеф-повара.

В «Веранде» не только зелено и вкусно, но и спокойно: она – для приятного общения без оглушительной музыки и задорных танцев. Поэтому и новогодние вечеринки здесь порадуют тех, кто хочет вкусно поесть и задушевно поговорить. В новогодние дни заведение будет открыто для всех гостей и готово принимать небольшие праздничные вечеринки.

Укладка Ольги – Корнилова Полина, тел. +7 961 261 81 03 @kornilova\_wife  
Студия красоты «Фрида» @frida\_071

## ПЕВИЦА ОЛЬГА ХОЛОДОВА

Ее вокал завораживает своей силой и эмоциональностью, эффектная внешность притягивает взгляды. Она отдается музыке полностью, без остатка. Певица Ольга Холодова становится украшением любого праздника и зажигает всех его участников так, что невозможно остановиться!

Тел. 8-919-077-83-87.

@olga\_holod

ТУЛА, УЛ. ЛЕЙТЕЙЗЕНА, 18

Тел. 716-613

 veranda\_tula

не ресторан  
**Веранда** GARDEN  
STREET  
FOOD

## В ТУЛЕ ОТКРЫЛСЯ CONCERTHALL

4 октября под сэт хитов дуэта #2Маши в Туле открылась новая концертная площадка ConcertHall на ул. Ф. Энгельса. Хотя не только концертная, что доказала вечеринка после выступления Демидов, со времен «Премьера» в городе не было такого места, где можно отдохнуть и потанцевать, и в этом с ним были солидарны многие присутствовавшие клубберы.

ConcertHall работает в штатном режиме: после открытия здесь прошло уже несколько концертов – Jony, LIZER, «Инкогнито», а после выступлений гости могли отдохнуть на атмосферных afterparty. Площадка мультиформатная: здесь можно не только погрузиться в клубную культуру или отдохнуть на поп-концерте, но и послушать рок, рэп, побывать на фестивалях и творческих вечерах знаменитых поэтов, принять участие в бизнес-форумах и тренингах.



Марина, Наталия, Юлия



Денис Демидов



Алёна



Анастасия с подругой



Александра Фурман с друзьями



# CONCERT HALL

ЭНГЕЛЬСА 70

CONCERT HALL  
ЭНГЕЛЬСА 70

22 НОЯБРЯ  
20:00

НАШЕ  
РАДИО  
101,9 FM



группа

**КРЕМАТОРИЙ**

36



16+

29/11

ВХОД 19:00  
НАЧАЛО 20:00

CONCERT HALL  
ЭНГЕЛЬСА 70

**Анимация**



HAPPY END

НАШЕ  
РАДИО  
101,9 FM

12+

**Дарриндж**

05.12  
ТУЛА 20:00

CONCERT HALL  
ЭНГЕЛЬСА 70



НАШЕ  
РАДИО  
101,9 FM

12+

АХ АСТАХОВА

**БЕЗ ГРИМА**

ПОЭТИЧЕСКИЙ МОНОСПЕКТАКЛЬ

CONCERT HALL  
ЭНГЕЛЬСА 70

12 ДЕКАБРЯ  
Двери 19:00  
Начало 20:00



МУЗЫКА: МИША МИЩЕНКО  
ПОСТАНОВКА: АНДРЕЙ ГОНЧАРОВ

НАШЕ  
РАДИО  
101,9 FM

13 ДЕКАБРЯ

ВХОД С 19:00 - НАЧАЛО В 20:00

CONCERT HALL  
ЭНГЕЛЬСА 70



**СЕРГЕЙ  
БОБУНЕЦ**

ВЕЧНО МОЛОДОЙ ЛИДЕР ГРУППЫ  
СМЫСЛОВЫЕ ГАЛЛЮЦИНАЦИИ  
ВСЕ ХИТЫ И ГИМНЫ ПОКОЛЕНИЯ

12+



...для маленьких  
и БОЛЬШИХ компаний...  
+7 (910) 940-68-96

**БИЛЕТЫ**  
(4872) 385-285

[planzala.ru](http://planzala.ru)

**MYSLO**

MYSLO.RU KASSA

## «СЫРНЫЙ УЖИН» С СЫРОВАРНЕЙ ENDORF В «КУЛЬТУРЕ»

Гастрономический вечер прошел 17 октября в ресторане «Культура». Его организатором стала сыроварня Endorf, которая предоставила в распоряжение ресторана огромную головку сыра. Именно она стала главным «героем» мероприятия: прямо в ней, на глазах у гостей, шеф-повар «Культуры» готовил ризотто. Публика с восторгом следила за этим необычным процессом, а после с не меньшим восторгом дегустировала блюдо, которое получилось потрясающе вкусным – в том числе благодаря свежайшему натуральному сыру, сваренному по европейской рецептуре и технологии. Вкусовые впечатления гармонично дополнили идеально подходящие к сыру и блюдам из него напитки, с разными сортами которых гостей познакомил сомелье.



VINO DOMINO ПРИГЛАШАЕТ ПРОВЕСТИ  
НОВОГОДНИЕ ВЕЧЕРИНКИ В АТМОСФЕРНОМ МЕСТЕ  
СО СТИЛЬНЫМ ИНТЕРЬЕРОМ И ИЗЫСКАННОЙ КУХНЕЙ.

Здесь ваш праздник будет красивым, вкусным и веселым, он оставит после себя приятные воспоминания и яркие фотографии. Для вашего корпоратива Vino Domino предлагает:

- 2 зала на 30 гостей
- банкетное меню на разный бюджет
- демократичные цены - от 1800 руб./чел.



VINO ВИНОТЕКА  
DOMINO

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

## САЛАТ С СЫРОМ, СЕМГОЙ, ТИГРОВЫМИ КРЕВЕТКАМИ, РУККОЛОЙ, ХУРМОЙ ПОД АПЕЛЬСИНОВОЙ ЗАПРАВКОЙ

### ИНГРЕДИЕНТЫ:

сыр Endorf Gruyere 30 г  
руккола 40 г  
креветки тигровые  
чищенные 40 г  
семга слабосоленая 30 г  
хурма 50 г  
авокадо 30 г  
помидоры черри 20 г  
кедровые орешки 5 г  
чеснок  
белое сухое вино

### Для заправки:

апельсин (выжать сок) 40 г  
оливковое масло 15 г  
соус песто 10 г  
уксус бальзамический  
светлый 10 г

**1.** Для заправки соединяем все ингредиенты и взбиваем венчиком до состояния эмульсии.

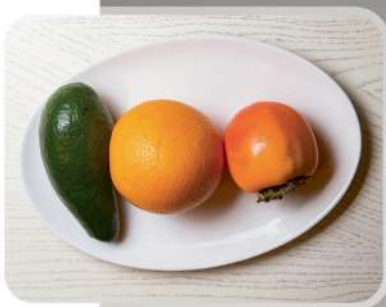
**2.** 30 г сыра Gruyere натираем на терке и жарим на сковороде в форме широкой полоски. Выкладываем на круглую форму для застывания. Рукколу моем. Хурму и авокадо нарезаем ломтиками, черри режем на 4 части. Креветки жарим с добавлением чеснока и белого сухого вина. Семгу нарезаем тонкими полосками.

**3.** Выкладываем все ингредиенты на блюдо, заправляем апельсиновым соусом.



г. Тула, ул. Некрасова, 7, тел. +7 (4872) 32-61-61

📧 endorf\_cheese 📷 endorf\_cheese 🌐 endorf.ru





# СЫРНАЯ ОСЕНЬ

Скрасить осеннюю непогоду и поднять настроение легко – просто приготовьте блюдо с яркими осенними овощами и фруктами. В рецепт блюда, которое для «Модного города» приготовил в ресторане Boheme Hall шеф-повар Максим Барашников, есть важный ингредиент – сыр от сыроварни Endorf. Его изысканные оттенки соединяют всё богатство вкусов и ароматов в потрясающий осенний шедевр. Попробуйте!



## «ЮНОСТЬ»: ВЕЧЕРИНКА ДО ОТКРЫТИЯ

До официального открытия клубного бара «Юность» еще месяц, но уже сейчас здесь прошла вечеринка в нестандартном формате: вроде бы танцы и веселье, и при этом — образовательный процесс. Организатор Real Talk Party Денис Викторов пригласил своего друга и спикера, создателя крупнейшей в СНГ платформы по продаже авторских фильтров для обработки фотографий Filterhero, блогера Диму Шукина, и вместе они рассказали о продвижении брендов в социальных сетях. Вкусно и познавательно прошел этот вечер, о чем могут свидетельствовать фото-воспоминания. Смотрим!



Дмитрий Шукин



Наталья, Наталья, Юлия



Марина и Анжелика



Екатерина, Алина, Эльвира



Дарья, Анна



Юлия, Дмитрий, Жанна, Денис, Эльвира



Алёна, Артемий

# НОВОГОДНИЕ КОРПОРАТИВЫ

СВАДЬБЫ  
ЮБИЛЕИ · ТОРЖЕСТВА



Два уютных банкетных зала:  
малый зал на 45 человек  
большой зал на 120 человек

Разнообразие блюд

Красивая и обширная территория

Новое световое  
и лазерное оборудование,  
дым-машина



Площадка для пиротехнических  
и огненных шоу

Площадка для выездной регистрации



## КАФЕ МАЛЁВКА

Тула, деревня Малёвка, ул. Садовая, 1А, тел. 8-902-844-54-24 [www.malevka.ru](http://www.malevka.ru)

## 5 ЛЕТ ОТЕЛИЮ SK ROYAL TULA

Пятизвездочному SK Royal Hotel Tula исполнилось 5 лет, и за это время он успел стать одним из символов Тулы для гостей нашего города.

24 октября отметить день рождения отеля приехали партнеры и друзья холдинга, которых приветствовал вице-президент компании «Ташир» Бадмаев С. В., а также первые лица города.

Торжество в честь первого юбилея прошло на одном дыхании, настолько безупречной была организация и насыщенной – развлекательная программа. Ее звездами стали кавер-группа «Жулики» и дерзкий и смешной фокусник Алексей Карза, которого называют самым крутым в стране артистом в жанре Comedy-Magic.



НОВОЕ ПРОЧТЕНИЕ  
СТАРЫХ ТРАДИЦИЙ



**WRIGHT BROTHERS**

EST. 2013

ПАБ & РЕСТОРАН

• СКОРО ОТКРЫТИЕ •

ул. Советская, 10, ТЦ «Куклы», 2-й этаж

## PIVRROOM FEST 2.0

В «Ликерке Лофт» 19 октября отгремел и отшумел второй тульский фестиваль крафта, организованный командой «Пиврум». Мероприятие собрало огромное количество гостей и подарило им море напитков, угощений и развлечений. Свою продукцию на фестивале представили шесть производителей: 15 сортов были предложены на суд зрителей-дегустаторов, и в итоге знак «Одобрено туляками» был присужден сорту из Владимира. Напитки еще приятнее в правильной компании: партнеры фестиваля угощали гостей раками, колбасками-гриль, пиццей и другими закусками.

Кроме хлеба, было много зрелищ: художественный интерактив, танцевальное световое шоу, мужские стрижки от барбер-шопа, искрометный юмор ведущего Александра Волкова, конкурсы с призами и танцы под живую музыку кавер-группы «Комиксы».



Est. 2019



Тула, Союзная, 1.  
Заказ столиков по тел. 555-935.  
WhatsApp +7(960)597-52-22.  
@sebestoimost\_restaurant

**СЕБЕ**

**СТОИМОСТЬ**



### РЕСТОРАН ЧЕСТНЫХ ЦЕН

Привыкли к тому, что в ресторанах дорого? Теперь всё будет по-другому! В Туле открылась «Себестоимость» – ресторан честных цен, где все блюда – по себестоимости. Концепция True Cost (англ. «честная цена») популярна в ресторанах Европы. Суть её в том, что гости платят за вход, а все блюда из меню заказывают по себестоимости. По такой же цене, как если бы вы приготовили их дома, – но виртуозно созданные для вас шеф-поваром, поданные в стильном интерьере и приятной обстановке. Мы готовим, вы отдыхаете, наслаждаетесь вкусной едой и не переплачиваете за нее! «Себестоимость» - это не столовая и не фастфуд. Это дорогой интерьер, премиальные авторские блюда и деликатесы, которые теперь доступны каждому.

### ВНИМАНИЕ, АКЦИЯ!

Мы хотим познакомить наших гостей с нашей премиальной кухней, поэтому ежедневно для вас – вход в ресторан бесплатный и абсолютно любые блюда по себестоимости!

Пробуй в будни – приходи на выходных!

**НОВОГОДНИЙ КОРПОРАТИВ  
ОТ 2200 РУБ./ЧЕЛ.**



### КОФЕЙНЯ №1

Ароматный кофе авторской обжарки, элитные сорта чая, натуральные десерты ручной работы и хлеб собственного производства. А также разнообразные блюда испанской, итальянской и азиатской кухни. Для самых маленьких гостей – специальное полезное меню.

@kofejnya\_1



## ОСЕННИЙ БАЛ В «ЛИМОНЕ»

Осень в Туле – это бал в «Лимоне»: каждый год в октябре ресторан собирает гостей на веселый и красивый праздник, теплые воспоминания о котором согревают долгими холодными вечерами. На этот раз осень в «Лимоне» выглядела особенно радостно: зал был украшен золотыми листьями, приветственный фуршет – ярко-оранжевыми тыквами и алыми гроздьями рябины. Праздничная программа была такой же богатой, как осенний урожай: для гостей звучали скрипка и аккордеон, выступали фольклорные, вокальные и танцевальные коллективы, ведущая весь вечер увлекала гостей в веселые конкурсы и интерактивы. А под зажигательную живую музыку начались танцы: никто не усидел на месте.





РЕСТОРАННЫЙ  
КОМПЛЕКС

# ЦАРЬ



## ОТПРАЗДНУЙ ПО-ЦАРСКИ!

Новый год уже близко –  
успейте забронировать  
место для вашего праздника!  
Устроим праздничный банкет

от **1000** руб./чел.

Проведем предновогодний корпоратив

от **1600** руб./чел.

Встретим Новый год

от **2000** руб./чел.

Тула, ул. Демьянова, 24-а,  
тел.: 37-37-64, +7 960 597-52-22

[www.rk-tzar.ru](http://www.rk-tzar.ru)

[vk.com/club173607126](http://vk.com/club173607126)

[instagram.com/tzar\\_restaurant](http://instagram.com/tzar_restaurant)

*С наступающим  
Новым годом  
и Рождеством,  
дорогие друзья  
и любимый город!*



Магсуд Мамедов,  
руководитель ресторанного  
комплекса «Аида»

**Скоро праздники –  
давайте отметим их с размахом!  
Новый год и Рождество в «Аиде» –  
это всегда незабываемо!**

Более 200 наименований блюд  
50 видов шашлыка  
Европейская, русская, восточная,  
азербайджанская кухня

*Мужчинам, которые хотят  
сделать приятное своим  
дамам, поможет магазин  
цветов «Аида». Закажите  
для вашей спутницы корзину  
цветов или красивый букет,  
который со вкусом  
составит флорист.*



**РЕСТОРАННЫЙ КОМПЛЕКС**

Тула, ул. Кутузова, 131-б,  
заказ столов тел.: 45-44-99, 52-27-77

[www.rc-aida.ru](http://www.rc-aida.ru)

Режим работы: пн.–чт., вс. с 12.00 до 3.00, пт., сб. с 12.00 до 4.00





Отдых с душой  
В «АИДЕ»!



Ресторан «Аида» уже давно славится на весь город и радует туляков и гостей города не только вкусной едой, но и душевной атмосферой. Здесь каждый день играет живая музыка и зажигательно проходят выходные.

ДЛЯ ЛЮБОГО ПРАЗДНИКА И МЕРОПРИЯТИЯ В РЕСТОРАННОМ КОМПЛЕКСЕ ИМЕЮТСЯ РАЗНЫЕ ЗАЛЫ С ИНТЕРЕСНОЙ ДУШЕВНОЙ ТЕМАТИКОЙ

«АИДА» – ГАРМОНИЯ ВКУСА И ПРЕДАННОСТЬ ТРАДИЦИЯМ!



Кутузова, 1

РЕСТОРАННЫЙ

АИДА

КОМПЛЕКС

# ИЗ ПАРИЖА В НОРМАНДИЮ И ОБРАТНО



**Лариса Тимофеева,**  
главный редактор еженедельника  
«Слобода»

Казалось бы, три дня — это мало. Но маршрут путешествия был разработан так, чтобы журналистская команда из разных регионов России проехала на SKODA, «тестируя» автомобиль, от Парижа до Нормандии — исторической области на северо-западе Франции, и далее по ее интересным местам: пролив Ла-Манш, устричная ферма, сыроварня и четыре коммуны: Довиль, Туржевиль, Курсель-сюр-Мер и Онфлёр.

Дороги здесь идеальные, даже если это всего лишь узенькая проселочная дорожка. Требования к водите-

Главный редактор «Слободы» Лариса Тимофеева побывала во Франции на тест-драйве SKODA. Он подарил три великолепных дня в удивительно красивой и гостеприимной Франции.

лям очень строгие. За езду в нетрезвом виде от 0,5 до 0,8 промилле водителей штрафуют на 135 евро, выше 0,8 промилле — на 4500 евро! Штрафы за превышенные скорости тоже впечатляют — от 135 до 1500 евро.

В двух часах езды от Парижа, на побережье Ла-Манша, расположен курорт Довиль — самый престижный во Франции и самый близкий от Парижа морской курорт, получивший второе название Cote Fleurie — Цветочный берег. В 1913 году в Довиле открыла свой первый бутик Коко Шанель, а в 60-е Клод Лелюш снял романтический фильм «Мужчина и женщина».

Пролив Ла-Манш впечатлил одновременно своим величием и спокойствием.

Длина 578 км — это не так уж много для водного объекта, но сколько же в нем великолепия!

Все домики в Нормандии как с картины. Сначала хотелось тормозить у каждого и фотографировать, настолько очаровательны и они сами, и территории вокруг. Вообще эта часть Франции навевает на путешественников ощущение спокойствия, умиротворения и уверенности в том, что всё будет хорошо. Наверное, в окружении такой красоты по-другому невозможно.

Заехали в Курсель-сюр-Мер на устричную ферму месье Бенуа, отведали вкуснейших устриц, которых уже более полувека выращивает его семья.

— Каждая устрица растет от трех





до пяти лет в естественных природных условиях. В устричном хозяйстве нельзя искусственно повлиять на рост устриц, можно лишь помочь им вырасти, – рассказал нам месье Жан-Жак Бенау. – Устрица – гермафродит, поэтому размножается без постороннего вмешательства. Самое удачное время – летнее. Отсюда и поверье, что летом устриц не едят. Маленьких устриц помещают в сетки и погружают в море, где они живут целый год. Затем все мешки, на тот момент они весят уже по 20 кг, привозят на ферму, вскрывают и по 10 кг рассыпают в такие же мешки. Появляется простор для роста, и устрицы растут еще год. Затем – та же процедура. Если после трех лет устрица не стала нужного размера, ее отправляют в богатые планктоном пруды, где она за шесть месяцев становится идеальной.

Побывали мы на настоящей французской сыроварне, где в чистоте, неге и невероятной любви живут 160 коров нормандской породы. Это гордость региона, их отличает невероятный трехцветный окрас. Нас познакомили с телятами-малышами, которым было всего 2 месяца от роду. Коровы съедают за сутки 50 кг корма и выпивают 75 литров воды! Молоко, которое они дают, очень богато жирами и протеинами, и именно из него варят тот самый потрясающий камамбер. Кстати, каждый француз съедает в год около 30 кг сыра, тогда как россиянин – раза в три меньше.

Париж подтвердил звание самого романтического города на земле. Правда, на то, чтобы прогуляться по его улочкам, у нас было всего несколько часов вечером и пару часов утром, но и это-

го времени хватило на то, чтобы влюбиться в этот город. Лувр, площадь Согласия, бульвар Монмартр, Елисейские поля, красавица Эйфелева башня...

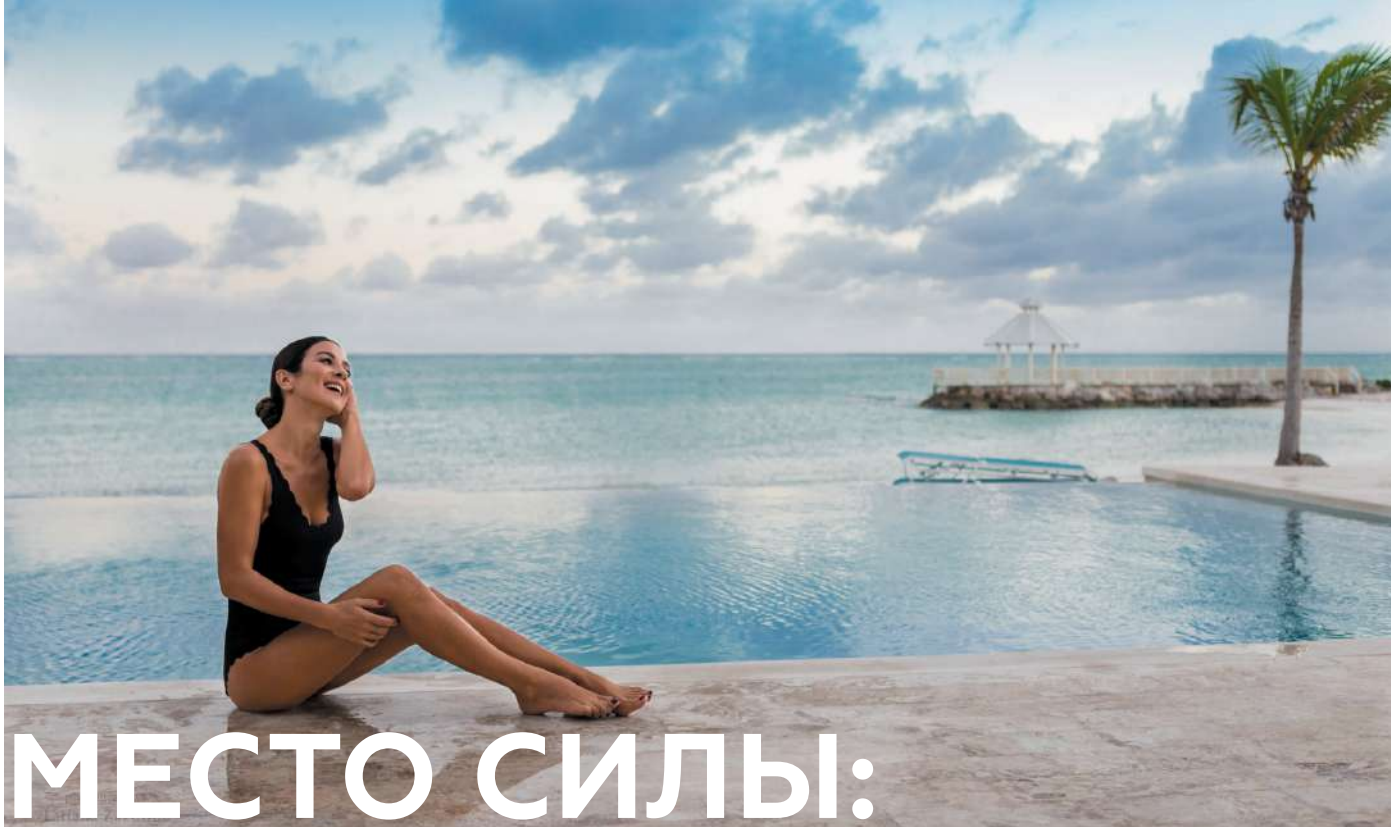
Ну и несколько слов о SKODA SUPERB, которая лихо, мощно и комфортно прокатила нас по Нормандии. Флагман чешского бренда полностью модернизирован, он стал еще элегантнее, появилось еще больше хромированных элементов, в отделке – еще больше изысканных материалов. Особо стоит отметить полностью светодиодные матричные фары, совершенные системы помощи водителю, которые делают SKODA SUPERB безо-

пасной и комфортной. Например, система мониторинга слепых зон Side Assist, которая работает на дистанции до 70 метров, благодаря этому SKODA SUPERB стала еще более безопасной. Салон – очень просторный, багажник огромен (мы положили туда три своих чемодана, и места осталось еще предостаточно).

Из внешних изменений. Решетка радиатора стала крупнее и еще дальше заходит на передний бампер. Новые колесные диски диаметром 18 дюймов, появились новые цвета – черный Crystal Black и синий Race Blue. А еще на крышке багажника теперь есть крупная надпись: SKODA.



БЛАГОДАРИМ ЗА ПРИГЛАШЕНИЕ НА ТЕСТ-ДРАЙВ КОМПАНИИ KETCHUM И SKODA.



# МЕСТО СИЛЫ:

## Доминикана

Для каждого есть места силы. И само место силы выбирает человека. В то время как человек ищет место силы сам. Место силы – это Учитель. Когда ты готов, оно найдёт тебя само. Для Марии Меденко местом силы стала невероятная страна в карибском бассейне – Доминиканская Республика.

**Д**оминиканцы. Однажды побывав в этой стране, ты уверен, что это добрые и веселые люди, живущие размеренной жизнью. Так какие они, люди прекрасной страны?

Медлительные. «Маньяна» (завтра) и «транкила» (спокойствие) – это два слова, которые здесь вы будете слышать часто.

Любвеобильные. Сегодня я люблю тебя. Завтра я люблю другую, но и тебя тоже. Ну а послезавтра – снова тебя, да так сильно, что в груди все сжимает. Любые сериальные страсти – детский лепет по сравнению со страстями островитян.

Музыкальные. Доминиканцы – очень музыкальный народ. Все, от мала до велика, прекрасно танцуют, и кажется, что знают слова всех своих песен наизусть. Обычное явление, когда посреди супермаркета кто-то начинает петь во весь голос, и соседи по кассе или рабочие магазина подпевают и пританцовывают в такт.



Шумные. Доминиканцы очень громко и звонко разговаривают. Эмоции зашкаливают, и кажется, что они бесконечно выясняют отношения и кричат. Но к этому быстро привыкаешь.

Доминиканцы очень гостеприимный и добродушный народ. Они знают толк в веселье и отдыхе.

Но если ты был в Доминиканской Республике в пакетном туре по системе «все включено» и съездил на пару популярных экскурсий, – это значит, ты НЕ ВИДЕЛ всех красот этой яркой страны. В Доминикане 12 климатических зон. Хо-



чешь в пустыню? Поехали. Хочешь красивую альпийскую осень? Спроси меня, где она и когда. Не веришь, что растут березы? Поверь. Пляжи – с белым, черным, желтым песком. С галькой, камнями и скалами, абсолютно скрытые в джунглях. С волнами и без. Невероятно красивые, с впадающими в океан реками. Мертвые каменные земли, колючки и кактусы Бараоны, красные земли Педерналиса, бесконечный белый пляж Бухты Орлов и невероятный цвет Карибского моря, режущий глаза!

А хочешь, мы оденем шапку и пуховик и будем встречать рассвет на самом высоком пике на Карибах? А уже через час мы будем изнывать от жары в соседнем регионе? Легко! Озеро с соленой водой почти на границе с Гаити, в котором живут крокодилы? Пакуй чемоданы. На этом озере и туристов практически не было.

Огромное количество подводных пещер для дайвинга. Розовое соляное озеро, фламинго, кладки морских черепах, кедры, кофе, лучшие в мире сигары и ром, плантации какао, натуральная косметика, джунгли и потрясающие национальные парки, мангровые заросли, шикарные отели и огромное количество экопоселений, самые старые колониальные постройки, водопады и лагуны с кристально чистой бирюзовой водой, любимые ритмы сальсы, бачаты, меренге, реггетона, море цветов и клубники констансы, полеты на парaplанах, колоритные бабули и дедули, потягивающие ром, приплясывающие под свою музыку или играющие в карты.

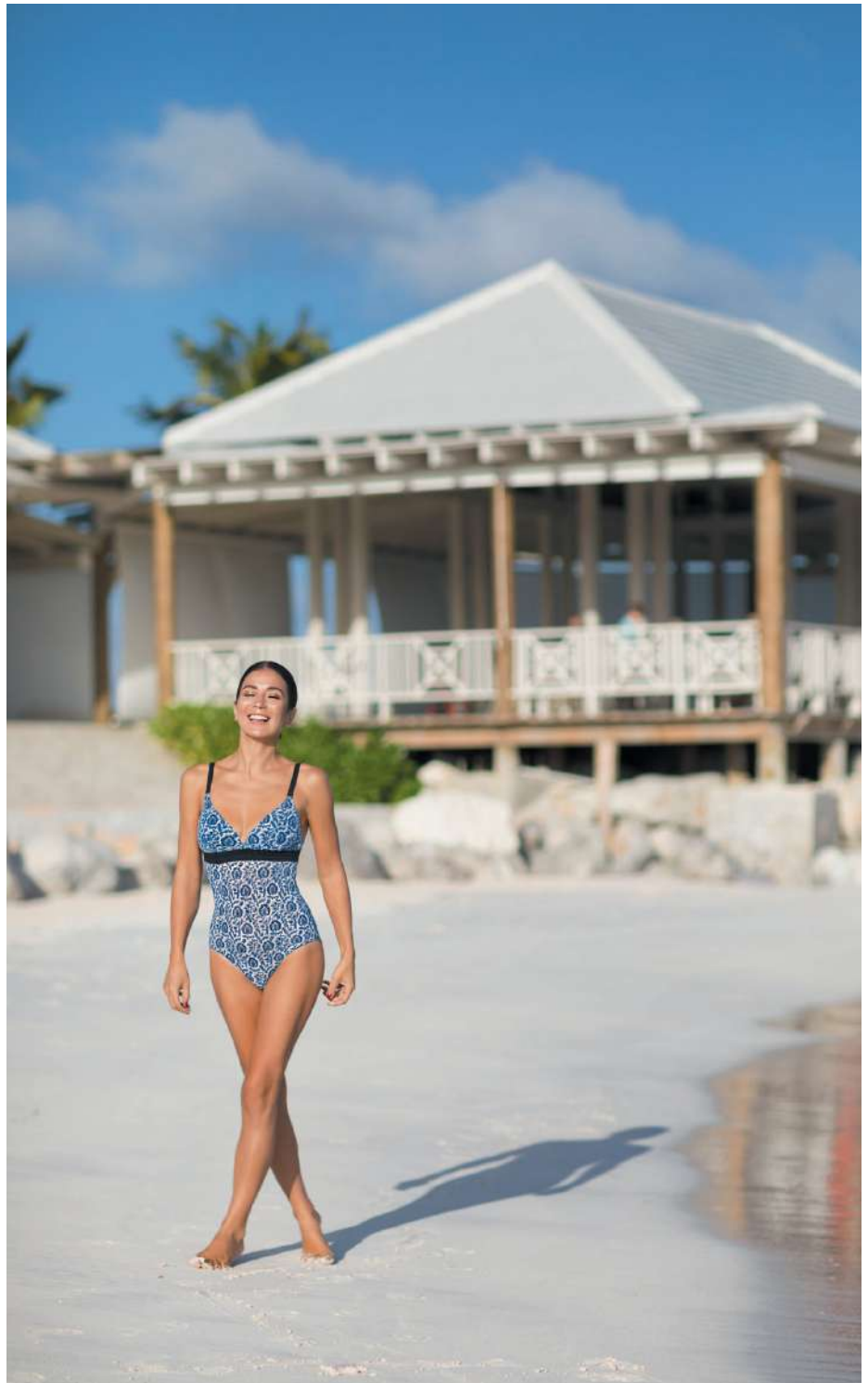
В июне ты можешь попробовать более 100 видов манго на фестивале этого фрукта. Цена за мешок – всего один доллар. А в феврале можешь увидеть китов.

К сожалению для туристов и к счастью для тех, кто готов путешествовать дикарем, экскурсий во многие эти места нет. В некоторые из них вы не сможете добраться самостоятельно. Но есть ещё множество живописных и уникальных мест, где не ступала нога инстаграмщиков, которые ещё не успели заполнить самые козырные локации.

Хотите свадьбу, церемонию, персональную экскурсию, аренду автомобиля, апартаментов, яхты, вертолета? Хотите фотосессию в самом необычном месте Доминиканской Республики? А хотите VIP-встречу в аэропорту на Cadillac Eldorado 1958 года выпуска? Легко! И не верьте отелльным гидам, которые советуют не выходить за ворота отеля! Просто соблюдайте простые правила безопасности и будьте внимательны. Ведь за воротами – жизнь и именно там настоящая Доминикана.

Очень жаркая, очень яркая, божеественно красивая, улыбчивая, громкая и музыкальная! Как говорится, *bienvenidos a mi casa, amigos*.

Хотите узнать больше? Пишите @mari\_m\_a, и я с радостью поделюсь.





Резные фасады из массива, созданные итальянскими мастерами, еще раз доказывают, что классика не стареет.

Самые модные тренды нашли свое отражение в современных кухнях. Гладкие фасады без ручек отражают активный и динамичный образ.

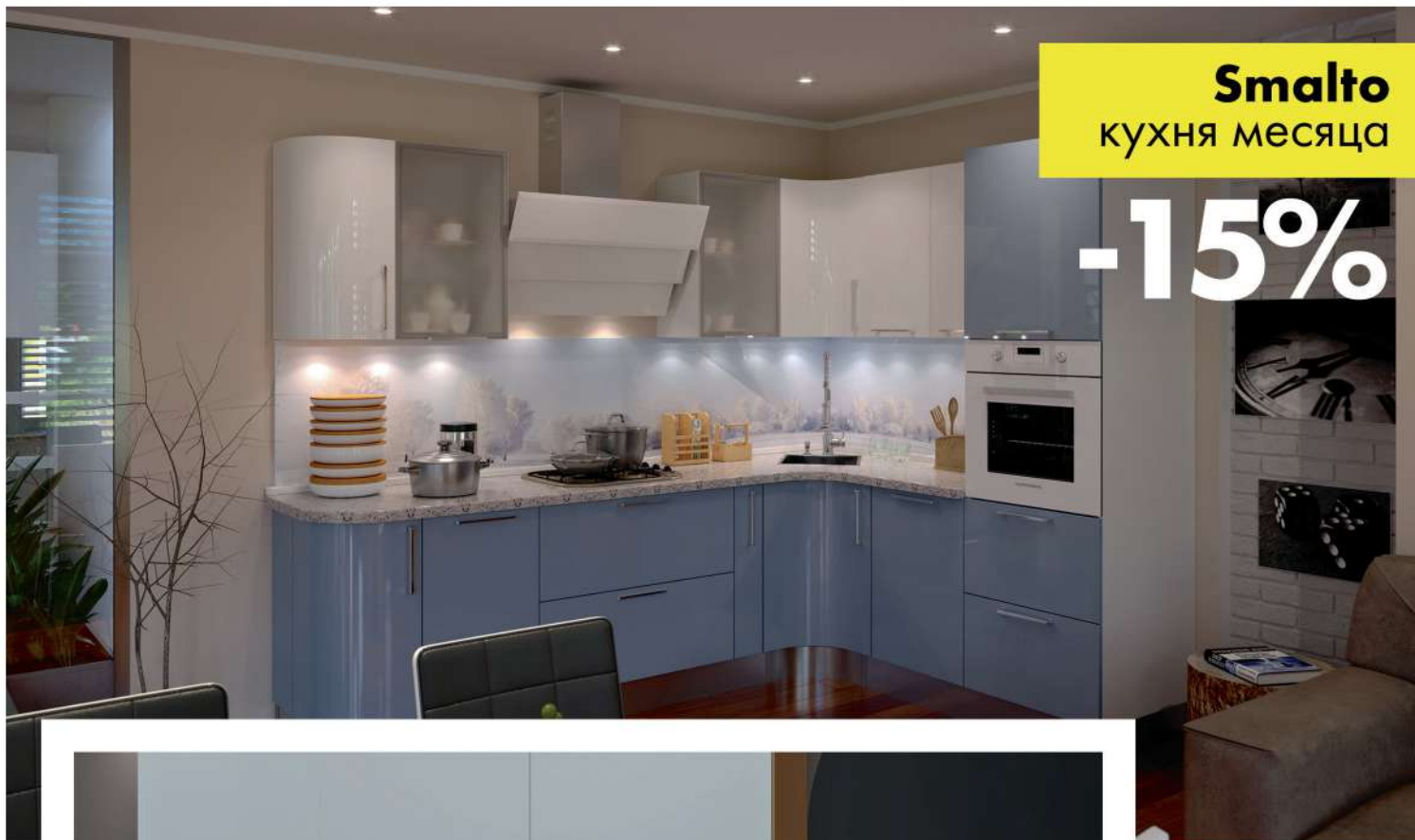


**ЦЕНТР КУХНИ ДАЛЛАС**



**Smalto**  
кухня месяца

**-15%**



**МЫ РАБОТАЕМ ДЛЯ ВАС  
И БЛАГОДАРЯ ВАМ**



ТЦ «Мебель Молл», с. Осиновая гора, 2  
тел.: 8 4872 22-70-84, 8 991 414 60 25

## В «МЕБЕЛЬ МОЛЛ» ОТКРЫЛСЯ МАГАЗИН «РАЙТОН»

В октябре в мебельном центре «Мебель Молл» состоялось официальное открытие магазина «Райтон», который представляет в Туле известные мировые марки ортопедических матрасов, кровати из массива сосны и бука и спальни «под ключ». Изюминка всего ассортимента от «Райтон» – натуральные, экологически чистые материалы. На открытии магазина покупателей консультировал эксперт по здоровому сну, помогая выбрать правильную мебель и постельные принадлежности.

Гостей праздника ждал фуршет, интересная развлекательная программа от ведущего Павла Картавык и розыгрыш большого количества призов. Подарки были щедрыми и полезными: например, обладатели главных призов розыгрыша получили кровать и матрас, так что их сон теперь точно будет качественным.



МЦ «Мебель Молл», с. Осиновая гора, тел. +7 910 701 74 10  
[www.raiton.ru](http://www.raiton.ru) @raiton\_tula

ФУНКЦИОНАЛЬНОСТЬ. ЭЛЕГАНТНОСТЬ. ГАРМОНИЯ



СКИДКА НА ВСЁ  
**10%**  
ДО КОНЦА НОЯБРЯ

ДЕТ С ВАМИ

г. Тула, ул. Лейтейзена, 6.  
Тел. 30-28-80

[шкафовский.рф](http://шкафовский.рф)

**ШКАФОВСКИЙ®**

ШКАФЫ-КУПЕ



Junior



Анжелика Келина, блогер и дочери Ангелина Екатерина

Elegant

**клюкva**  
детская мебель

Тула, МЦ «Таурус», Коминтерна, 246,  
1 корпус, 4 этаж,  
тел. +7 (4872) 79-20-70

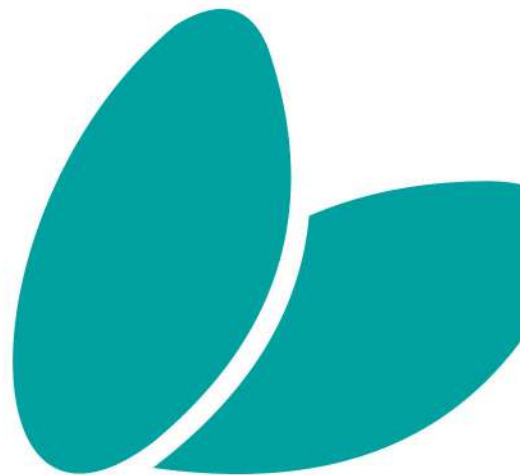
[www.klukva-fabrica.ru](http://www.klukva-fabrica.ru)

# Мебель для счастливого детства!

Детская мебель «Клюква» – это яркая стильная обстановка для детских комнат. В ней всё продумано до мелочей, от дизайна и эргономики до подбора материалов – экологически чистых, безопасных, отвечающих всем современным требованиям. Эта мебель идеально впишется в интерьер как небольшой городской квартиры, так и загородного дома.

«Клюква» – это всегда нестандартные, красочные жизнерадостные дизайнерские решения и огромная палитра оттенков. Среди множества коллекций ваш ребенок обязательно выберет самую любимую – ту, которая будет радовать его каждый день.

Модульная мебель растет и меняется вместе с ребенком, подстраиваясь под его развитие, интересы и пожелания. С функциональной и эргономичной «Клюквой» будет комфортно и неугомонному малышу, и серьезному школьнику.



МЕБЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР

 **ТАУРУС**



все цвета мебели

Тула, МЦ «Тaurus», Коминтерна, 24б, 1 корпус  
Тула, МЦ «Тaurus», Коминтерна, 24г, 2 корпус  
Тула, МЦ «Парус», Коминтерна, 24в, 3 корпус

[www.taurus-mebel.ru](http://www.taurus-mebel.ru)



ВИКТОРИЯ КУЛАКОВА,  
владелица Luxury Boutique  
бренда by Kristina Semeneko.  
День рождения: 22 ноября

## Скорпион

(24.10–22.11)

Ваша жизнь наберет невероятный темп. Но вам не нужно этого опасаться, потому что вы будете переполнены жизненной энергией и сумеете успешно доделать все то, что было отложено до лучших времен, и начать что-то новое, интересное и перспективное. Есть одно условие: не сидеть сложа руки.



ЧАСЫ С СИМВОЛОМ БУДУЩЕГО ГОДА – КРЫСОЙ – ОТ VACHERON CONSTANTIN СОЗДАНЫ ПРИТЯГИВАТЬ К ВАМ УДАЧУ ВЕСЬ 2020-Й.



### ОВЕН (21.03–20.04)

Вы можете оказаться втянуты в решение сложных финансовых вопросов, своих или чужих. Удачное время для интеллектуальной деятельности и поездок за границу.



### ТЕЛЕЦ (21.04–21.05)

Вы все чаще будете возвращаться мыслями к прошлым отношениям. Самое верное решение – не оглядываться назад: на будущее, в отличие от прошлого, вы еще можете повлиять.



### БЛИЗНЕЦЫ (22.05–21.06)

Пора задуматься о важном: вам нравится то, чем вы занимаетесь? Чтобы разобраться в себе, стоит на время сменить обстановку. Небольшое путешествие поможет взглянуть на жизнь со стороны и принять решение.



### РАК (22.06–22.07)

Устав от проблем этого года, вы пуститесь в бесконечное романтическое

приключение: знакомства, флирт, романы – все это даст вам жизненную энергию.



### ЛЕВ (23.07–23.08)

Месяц семейных дел. Возможны операции с недвижимостью, смена квартиры на загородный дом, или же на первый план выйдут отношения между разными поколениями вашей семьи.



### ДЕВА (24.08–23.09)

Успешное и продуктивное время. Вы сумеете добиться успеха в профессиональной деятельности. В числе личных радостей будет восстановление прерванных когда-то отношений с родственниками.



### ВЕСЫ (24.09–23.10)

Ваше материальное положение в этом месяце может ощутимо улучшиться. Личная жизнь тоже не подведет: она будет насыщена знакомствами. Возможно, они не станут судьбоносными, но время вы проведете не без приятности.



### СТРЕЛЕЦ (23.11–21.12)

Появится перспектива повышения заработной платы или перехода на новую работу, вы увидите новые возможности для расширения бизнеса.



### КОЗЕРОГ (22.12–20.01)

Особенно удачным этот месяц окажется для тех, кто работает в продажах или сфере информации – сейчас вы сможете убедить кого угодно в том, что вы говорите или делаете.



### ВОДОЛЕЙ (21.01–19.02)

Удачными для работы и бизнеса будут деловые поездки. В личных отношениях постарайтесь быть внимательнее к партнеру, не позволяйте своему эгоизму нарушать гармонию.



### РЫБЫ (20.02–20.03)

Вы можете завести полезные знакомства, которые послужат профессиональному успеху. Именно в этот период часто завязываются отношения, способствующие переходу на более высокий социальный статус.

## МОДНЫЙ ГОРОД

16+ Тула, №124, ноябрь 2019 г.



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

Бесплатный рекламный журнал «Модный город Тула».  
Учредитель и издатель ООО «Слобода».  
Генеральный директор Кирюнина В. А.  
Руководитель журнала Кузнецова М. Ю.  
Главный редактор Белова Е. И.  
Дизайнер Миленков И. Н.  
Фотограф Колоскова С. А.

Адрес редакции и издателя: 300026, Тула, пр. Ленина, 116, 1-й эт. Тел./ф (4872) 57-07-07.  
Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тульской области (ПИ №ТУ 71-00106 от 13.08.2009). Периодичность выхода: 1 раз в месяц.  
Отпечатан в типографии ООО «Полиграфический комплекс»:  
Россия, г. Москва, ул. 3-я Хорошевская, д. 18, корп. 1.  
Время подписания в печать по графику – 15.00. Фактически – 15.00.  
Заказ 42419. Тираж 8 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 07.11.2019.  
Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.

@ fashion\_city\_magazinetula modniygorodtula  
По вопросам размещения рекламы обращаться по тел. 57-07-07, доб. 229.

# АРТХОЛЛ

ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА И ПОДАРКИ  
ул. Пролетарская, 2, ТРЦ «Макси», 1 этаж  
(вход со стороны гипермаркета ОБИ)

salon-artholl.ru @ salonartholl

*Новогодний декор  
уже ждет вас  
в нашем салоне*

Елочные шары и игрушки, декоративные фигурки  
и символы года, новогодняя посуда  
и другие элементы  
новогоднего интерьера



Спешите забрать лучшее  
из ассортимента!  
В декабре ничего не останется!



# НЕМЕЦКАЯ МЕБЕЛЬ И КУХНИ

Шоу-рум официального представителя немецких фабрик  
г. Тула, ул. Пушкинская, 58а, тел.: +7 (4872) 71 62 92  
[www.noltering.ru](http://www.noltering.ru) @ nolte\_tula @ hulsta\_tula



ВРЕМЯ ВЫГОДНОГО ОБНОВЛЕНИЯ

ДО  
**-60%**  
НА ОБРАЗЦЫ\*

**ROLF  
BENZ**

**hülsta**  

**nolte**<sup>®</sup>  
KÜCHEN



  
**клумба**  
цветы & декор

**ПРЕДЛАГАЕТ**  
**НОВОГОДНЕЕ**  
**ОФОРМЛЕНИЕ**

ДО 1-ГО  
ДЕКАБРЯ  
РОЖДЕСТВЕНСКИЙ  
**ВЕНОК**  
В ПОДАРОК


 **+7 (903) 845-58-34**


г. Тула, Красноармейский пр-т, 13  
г. Тула, Щёкинское шоссе, 1а  
г. Тула, Тургеневская, 7а

г. Тула, супермаркет Глобус  
г. Тула, улица Вильямса 30Б

г. Тула, пр. Ленина, 83А  
г. Тула, Марата, 26 г

 [www.klumba71.ru](http://www.klumba71.ru)

 [@klumba\\_flowers](https://www.instagram.com/klumba_flowers)

 [vk.com/supermarket\\_klumba](https://vk.com/supermarket_klumba)