

# МОДНЫЙ ГОРОД

16+

ХОЛОД  
ПРОТИВ ВЕСА

ПОП  
КУЛЬТУРА  
ТРЕНИРОВКА  
ПЯТОЙ ТОЧКИ

З  
ЗАМЕНЫ  
ПЛАСТИЧЕСКИМ ОПЕРАЦИЯМ

В СТИЛЕ  
РЕТРО

ГАДЖЕТЫ  
БУДУЩЕГО

СПОРТ  
ДЛЯ ПОЛЬЗЫ ДЕЛА

Алексей Воробьев



НОВЫЙ ХОЛОСТЯК



# GUCCI

SPRING-SUMMER  
2016

Эксклюзивное право продажи в Туле –  
мультибрендовый бутик «Триумфальная Арка»,  
ул. Демонстрации, 1а, тел. +7 4872 30-95-59  
[www.triumfarkatula.ru](http://www.triumfarkatula.ru) [instagram.com/triumfarka](https://www.instagram.com/triumfarka)





ИП Хорошлова Г. И. Весна-Лето











**W E E K E N D**

---

**MaxMara**

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







SPRING SUMMER 2016

CRISTINA EFFE  
MILANO

ИТАЛЬЯНСКИЙ ДОМ МОДЫ  
мультибрендовый бутик одежды, обуви и аксессуаров

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





**NÉROLI & ORCHIDÉE\***  
КОЛЛЕКЦИОННЫЙ АРОМАТ

Символ абсолютной  
женственности

NÉROLI

&  
ORCHIDÉE

L'OCCITANE  
EN PROVENCE

\* Нероли и Орхидея.

г. Тула, Пролетарский пер., 2,  
ТЦ «Макси»



Ароматная коллекция из Грасса:  
НЕРОЛИ И ОРХИДЕЯ

L'OCCITANE  
EN PROVENCE



Новый, исключительный аромат в парфюмерной коллекции из Грасса. Аромат открывается аккордом свежести, состоящим из пикантных нот апельсина и мандарина. Однако за этим невинным вступлением раскрывается новая грань – аромат Нероли, привносящий более игривый, пленительный и абсолютно цветочный оттенок. Нежность эфирного масла апельсинового цвета могла бы увлечь нас в детские воспоминания, если бы не присутствие элегантной Белой орхидеи.

Апельсиновый цвет и орхидея – это символы нежности и страсти, и в этом аромате они с любовью связаны друг с другом.



Всё о свадьбе в La Couronne:  
**LACOURONNE.RU**



Резерв свадебных дат 2016: +7(919)078-07-57  
Тула, ул. Болдина, 94





ООО «Флорентин»

***Большой зеркальный банкетный зал  
для самой роскошной свадьбы:***

- авторское и классическое меню, в том числе блюда на открытом огне
- десертное меню и эксклюзивный свадебный торт
- декор и флористика для любого торжества
- большая сцена, профессиональный свет и звук
- лаунж-бар







# ESPARANTO

ТРЦ «Гостиный двор», 3-й этаж, тел. 25-12-67.

**NEW**

ТЦ «МАКСИ», 1-й ЭТАЖ,  
ул. Пролетарская, 2-д



# Artigli

100% Italian style\*

ТУЦ «Сарафан», ул. Путейская, 5,  
2-й корп., 1-й эт., бутик 1,  
тел. 31-68-78







**VERONA**  
mobili

*Valeriana — изысканная итальянская классика*



**ЦЕНТР КУХНИ ЛЮКС**  
skuhni.ru

Тула, ул. Пушкинская, д. 58-а  
тел. 8 (4872) 25-65-75

Реклама. ИП Попова З.В.



*Будь настоящим мужчиной –  
сделай подарок  
любимой!*

*скидка  
23,8%\**



ФАБРИКА НЕСТАНДАРТНОЙ  
МЕБЕЛИ  
**ЛИКАРИОН**  
**в Туле!**



**ЦЕНТР КУХНИ ТАУРУС**  
**skuhni.ru**

Тула, ул. Коминтерна, 24-б, МЦ "Тaurus"  
тел. (4872) 702-148

Акция действует с 01.03.2016 по 31.03.2016. Подробности на местах продаж и по тел. (4872) 702-148.

Реклама. ИП Попова З.В.





**GOLDI**  
одежда с интеллектом

Алексин, ул. Мира, 18,  
тел. 8-906-630-96-01.

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ от **15%** до **40%**



**GOLDI**  
одежда с интеллектом

Тула, пр-т Ленина, 59/2,  
тел.: 55-01-64, 8-906-630-96-91.





# Ретро-стиль

## КАК СПОСОБ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ПОДЗАРЯДКИ



Друзья, я думаю, все замечают, как последние несколько лет ретро-стиль набирает всё большую популярность. В прошлом номере мы уже немного затронули эту тему. Мы писали, что тренд в интерьерах – ретро-футуризм, про популярность бороды и стиля ламберсексуал из 70-х. А в этом номере решили продолжить и углубиться. Почему же всё возвращается? И это происходит практически во всех сферах жизни. Ну возьмём, к примеру, музыку. В последние годы появились и стали модными такие стили, как nu disco, new retro wave, где общее звучание как будто из прошлого, только в современном хорошем качестве. В России на этой волне хорошо прокатились Pompreya и Tesloboy. Диджеи опять стали играть на пластинках, а меломаны – слушать пластинки. У самого недавно появился проигрыватель. Ретро-волна коснулась даже продуктов питания. Мороженое, дюшес, тархун, сгущёнка – все вернулись к этикеткам прошлых лет. Винтажный стиль в одежде – вообще отдельная тема, и в этом номере как раз про это.

Так почему же это всё пользуется такой популярностью? Мне кажется, по той же причине, по которой бесконечно много раз мы смотрели «Кавказскую пленницу» и «Бриллиантовую руку». Этот процесс вызывает приятные, знакомые эмоции. Практически все ретро-фильмы, что наши, что зарубежные, просто напичканы позитивом, лёгкостью и улыбками. Это некая эмоциональная подзарядка. То же самое и с музыкой, и с одеждой. Поэтому если вы реально хотите эмоциональной подзарядки, окунитесь в ретро-атмосферу. Это может быть формат романтического вечера на 8 Марта. Или просто внешний образ, который неожиданно впишется в ваш повседневный ритм и поднимет настроение и вам, и окружающим. Экспериментируйте и воплощайте в жизнь ваши фантазии! И, пользуясь случаем, хочу всех женщин поздравить с Международным женским днём. Помните, вы лучшее, что есть у нас, мужчин!

**Павел Кирюнин,**  
главный редактор «Модного города».



ИП Тендер Э. В. I ALWAYS WANT MORE ENERGY - ВСЕГДА ХОЧУ БОЛЬШЕ ЭНЕРГИИ.



**I ALWAYS  
WANT**  
*more  
energy*



ТК «Парадиз», 2 этаж. Тел. 30-40-20 доб. 126

swatch 



# Большие планы

Ну наконец-то ДО СВИДАНИЯ, ЗИМА! Пора просыпаться, расцветать и возвращаться к активной, интересной жизни. МАРТОВСКИЕ СОБЫТИЯ в Туле и за её пределами НЕ ДАДУТ ВАМ ЗАСКУЧАТЬ.



6+

## «Тотальный диктант».

### Подготовка

Каждый год у любителей русского языка и грамотеев есть шанс проверить свои знания на «Тотальном диктанте». В этом году он пройдёт 16 апреля. Подготовиться к диктанту можно в рамках акции «Русский язык по выходным»: занятия пройдут 6 и 19 марта, 2 апреля.

С 6 марта.

ДК «Ясная Поляна».  
Тел. 8-915-680-43-08.

**Выставка и мастер-класс «Свадебные секреты»**  
«Свадебные секреты» – самый массовый в Центральной России бесплатный мастер-класс по подготовке к идеальной свадьбе. Как сделать так, чтобы свадьба прошла идеально и чтобы «не как у всех»? Как выбрать ведущего, декоратора, флориста, кондитера, стилиста? В голове у невесты – полный кавардак. А ещё платье, ресторан, машины... Вопросов при подготовке к свадьбе гораздо больше, чем ответов.

13 марта вы узнаете ВСЁ, что нужно для создания идеальной свадьбы, «из первых уст»! Спикеры – топовые представители свадебной индустрии Тулы: ведущие, фотографы, декораторы, стилисты, визажисты.

В холле второго этажа отеля SK Royal Tula будут организованы огромная бьюти-зона (10 парикмахеров и визажистов бесплатно сделают причёску и макияж), красивые фотозоны от ведущих декораторов и флористов региона, выставка свадебных товаров и услуг, выступления артистов и музыкантов.

13 марта. Отель SK Royal Tula.  
[www.wedisson.ru](http://www.wedisson.ru)



18+



18+

## «Не секрет 2.0»

Женский фестиваль приглашает в хорошую компанию за полезными знаниями: о здоровье, красоте, взаимоотношениях, самореализации, гармонии расскажут известные спикеры. Специальный гость, солист группы «Пилот» Илья «Чёрт» раскроет секреты семейной психологии в ведической культуре. 6 марта. SK ROYAL.  
Тел. 8-903-845-71-97.



6+

## Mercedes-Benz Fashion Week Russia

На неделе моды «Мерседес-Бенц» в Москве коллекции сезона осень-зима 2016-2017 продемонстрируют дизайнеры из России, Грузии, Украины и других стран – известные бренды и талантливые дебютанты.

11-15 марта. Москва, ЦВЗ «Манеж».  
[mercedesbenzfashionweek.ru](http://mercedesbenzfashionweek.ru).



16+

## «Ну и фрукт ТЫ!»

Остроумный спектакль «Ну и фрукт ТЫ!» о любви и политике с участием популярных шоуменов и телеведущих, артистов театра и кино – Сергея Роста, Андрея Урганта и др. Это совершенно невероятная и неожиданная история со множеством комичных ситуаций, переодеванием и добрым юмором.

17 марта. ГКЗ.  
Тел. 8-905-621-60-02.



16+

## Григорий Лепс

Один из самых востребованных российских исполнителей, Григорий Лепс в 2015 году запустил собственные фестиваль и студию, а также раскрывлся в телевизионном эфире – в шоу «Главная сцена» и «Голос». На концерте в Туле артист споёт свои самые лучшие песни, которые знает наизусть вся страна.

25 марта. ГКЗ.  
Тел. 55-01-17.



12+

## «Герой»

Любовь между княжной Верой Чернышёвой и поручиком Андреем Долматовым только разгорается, и вдруг – война, которая уводит его на фронт, а её медсестрой в госпиталь. Но любовь напомнит о себе и спустя сто лет. В фильме снялось целое созвездие известных артистов, а в главной роли – певец Дима Билан. С 31 марта в кинотеатрах.



фото Алексея Гуськова

ИП Кондрашов В. И.



СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ  
**ТУТАНХАМОН**

Тула, пр-т Ленина, 19, тел. +7 (4872) 70-11-61 (доб. 1501)  
tutanhamon.ru





# Ищу принца!

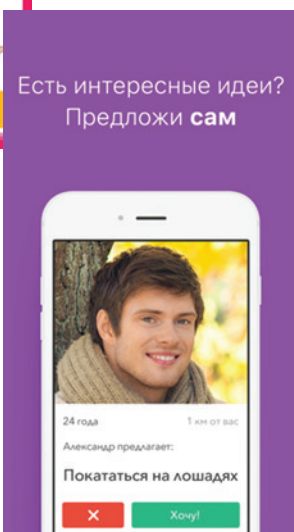
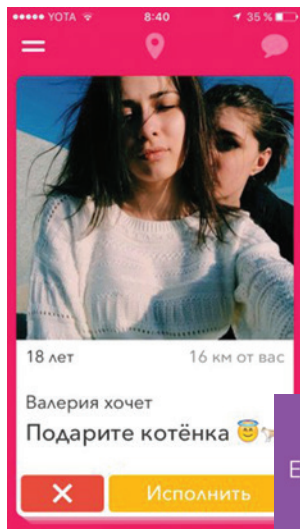
Все беды в мире – от непонимания. Вот хочешь ты ПОРАДОВАТЬ ДЕВУШКУ – а она, оказывается, не шубу хотела, а котёнка! В ПРИЛОЖЕНИИ PRINCE девушки честно рассказывают о своих желаниях, а мужчины могут поиграть в ПРЕКРАСНЫХ ПРИНЦЕВ, исполняющих милые прихоти. И, окутав себя МОДНЫМИ АРОМАТАМИ, два одиночества устремляются на свидание, которое – кто знает? – может ОБЕРНУТЬСЯ ЛЮБОВЬЮ на всю жизнь!



Foto: PhotoPress.ru

Приложение Prince можно, пожалуй, назвать сервисом знакомств. А как иначе, когда девушка, к примеру, хочет прогуляться сегодня по ночному городу, и находится мужчина, желающий её в этом променаде сопровождать?

Схема работы сервиса очень проста. Девушки регистрируются в приложении, чтобы рассказать о своих желаниях. Мужчины – чтобы их исполнить. Дама может мечтать, например, о коробке конфет или мягкой игрушке, а может изъяснить желание поужинать в японском ресторане. Ну или слетать на Луну – а вдруг найдётся волшебник?.. Мужчины, у которых есть желания и возможности порадовать девушку, могут откликнуться на предложение. Исполнение желания становится поводом для знакомства и встречи. И даже если первое свидание не перерастёт во что-то большее, вы сможете приятно и интересно провести вечер. Девушки зовут принцев пострелять в тире, покататься на сноуборде, коньках и т. д. А вот в Японии,



кстати, девушки приглашают парней... поплакать – ну если накатила грусть-тоска, знаете... Хотя это к делу, то есть к «Принцу», не относится))).

В «Принц» можно войти через свои аккаунты в соцсетях, и фото подгружаются оттуда же либо из памяти телефона. Кроме того, приложение «фильтрует» геолокацию и показывает людей, которые находятся рядом с вами (если точнее – в радиусе не более 50 км). Правда, купив услугу «Телепорт» (само приложение бесплатное), можно поискать новые знакомства в других городах.

Для работы приложения требуется iOS 8.0 или более поздняя версия. Совместимо с iPhone, iPad и iPod touch.



фото Алексея Гуськова

ИП Кондрашов В. И.



БРЕНД - ЗАЛ  
ТУТАНХАМОН

CARRERA & CARRERA  
MADRID

ROBERTO COIN

ANNAMARIA  
CAMILLI  
FIRENZE

GIORGIO VISCONTI

Тула, ТРЦ «Гостиный двор», ул. Советская, 47, 1-й этаж, тел. +7 (960) 619-60-00  
tutanhamon.ru



# На Земле самый яркий свет

Серьги,  
м-н Diva  
149 Р.



Цвет моркови и заката – кому как нравится – уже в прошлом сезоне стал одним из любимчиков модельеров. А весной и летом ему тем более открыты все дороги! Стилисты советуют носить взрывной оранжевый непременно в компании с загорелой кожей и красной помадой.



Пальто,  
м-н «Амели»  
11 900 Р.

Часы,  
м-н «Мир часов»  
3183 Р.



Платок,  
м-н «Амели»  
1490 Р.



Бальзам для губ  
L'OCCITANE,  
590 Р.



Сахарный скраб  
для тела L'OCCITANE,  
2100 Р.

Гель для душа  
L'OCCITANE,  
1280 Р.



Очки,  
м-н «Оптик-центр»  
4950 Р.



Туфли,  
м-н Rendez-Vous  
6230 Р.



Сумка,  
м-н Rendez-Vous  
22 190 Р.

Благодарим за помощь в подготовке материала магазины: Rendez-Vous, «Оптик-центр», «Мир часов», «Амели», L'OCCITANE, Diva.



фото Алексея Гуськова

ИП Кондрашов В. И.



БРЕНД - ЗАЛ  
ТУТАНХАМОН

CARRERA & CARRERA  
MADRID

ROBERTO COIN

ANNAMARIA  
CAMILLI  
FIRENZE

GIORGIO VISCONTI

Тула, ТРЦ «Гостиный двор», ул. Советская, 47, 1-й этаж, тел. +7 (960) 619-60-00  
tutanhamon.ru



# Обернись назад

Вдохновившись БЫЛЫМИ ВРЕМЕНАМИ, дизайнеры в коллекциях весна-лето подарили нам знакомые РЕТРО-СИЛУЭТЫ в новом прочтении, невероятные аксессуары и БЛАГОРОДНУЮ НЕБРЕЖНОСТЬ.

Колье,  
м-н «Амели»  
1200 Р.

Платье,  
м-н «Амели»  
4240 Р.

Часы Orient,  
м-н «Мир часов»  
18 100 Р.

Пиджак,  
м-н «Амели»  
4990 Р.

Сумка,  
м-н Rendez-Vous  
12 690 Р.

Очки,  
м-н «Оптик-центр»  
13 550 Р.

Шляпка,  
м-н «Амели»  
3450 Р.

Ботинки,  
м-н Rendez-Vous  
31 190 Р.

Брюки,  
м-н «Амели»  
2550 Р.

Туфли Loriblu,  
м-н Rendez-Vous  
26 690 Р.

Gucci.



Благодарим за помощь в подготовке материала магазины: Rendez-Vous, «Оптик-центр», «Мир часов», «Амели».



---

# НОВЫЕ КОЛЛЕКЦИИ 2016

---

Теперь ещё больше брендовых  
и авторских украшений



**НЕФЕРИТИ**  
Сеть ювелирных салонов

ТЦ «Демидовский», 1-й эт., тел. 25-03-80.  
Красноармейский пр-т, 21, тел. 21-45-25.



# Яркая весна!



Платье,  
1500 Р.  
Клатч,  
800 Р.



Куртка,  
2000 Р.  
Кофта,  
1000 Р.  
Клатч,  
800 Р.  
Брюки,  
1500 Р.

Шопинг К ВЕСЕННЕМУ СЕЗОНУ – особенное удовольствие: можно по полной программе ПОРАДОВАТЬ СЕБЯ яркими красками и соблазнительными нарядами. Подруги Яна и Алина обновили гардероб В МАГАЗИНЕ «ЯРКИЙ СТИЛЬ».

◀ Алина Рудовская, 24 года. Фотограф, владелица фотостудии Blackberry, [alina.rudovskaya \(instagram\)](#):  
– Одно из главных требований к одежде – это комфорт. Но иногда так хочется красивых платьев! «Яркий стиль» порадовал демократичными ценами и большим выбором моделей.



Платье,  
1500 Р.  
Клатч,  
800 Р.

▲ Яна Селиверстова, 27 лет, кондитер, [Mini\\_pleasure \(instagram\)](#):  
– В одежде предпочитаю стиль casual. Главное, чтобы было легко и комфортно. Люблю джинсы, кеды, футболки, хотя платья и каблуки тоже ношу. Удобно, что в «Ярком стиле» можно подобрать вещи к любому поводу – и для работы, и «на выход».



Куртка,  
2000 Р.  
Блузка,  
1000 Р.  
Сумка,  
1000 Р.  
Брюки,  
1500 Р.



Платье,  
1500 Р.  
Сумка,  
1000 Р.



Джинсовка,  
1500 Р.  
Футболка,  
500 Р.  
Джинсы,  
1200 Р.

УСЛОВИЯ ШОПИНГА

**СЕТЬ МАГАЗИНОВ**

**ЯРКИЙ СТИЛЬ**

Тула, ул. Металлургов, 94; Красноармейский пр-т, 6;  
ул. Максима Горького, 1.  
Тел. 8 (920) 788-40-00.

[В vk.com/yarkiy.style](#) [yarkiy.style](#)





2900 руб.

Фотограф: Дык Нгуен.  
Макияж и прическа: Олеся Лун.



# TWO FACE

Компания Two Face – это молодой российский бренд дизайнерской женской одежды. Мы полны надежд и стремлений привнести в этот мир красоту и очарование, подчеркнув с помощью ярких нарядов индивидуальные черты каждой девушки. Кроме того, мы придерживаемся идеи о том, что эксклюзивную одежду должны позволить себе все без исключения модницы. Именно поэтому у Two Face – настолько гибкая ценовая политика.

*Мы дарим девушкам возможность обладать одеждой, созданной с любовью!*



1900 руб.



2500 руб.

Чтобы обеспечить вам комфорт выбора наряда, мы создали собственный show-room в Туле по адресу: ул. Софьи Перовской, 4, оф. 12. Это не бутик или магазин в традиционном понимании. Это настоящее пространство для общения и обмена эмоциями по поводу создания нового образа! Здесь вас ждут наши доброжелательные сотрудницы и вкусный чай с печеньками.

Запись в show-room по телефону, Viber, WhatsApp +7 999 795 75 50.



# Мне не нужна красивая кукла

С 12 марта на ТНТ начинается НОВЫЙ СЕЗОН ШОУ «Холостяк». Завидным женихом, за внимание которого будут бороться девушки, СТАЛ ТУЛЯК АЛЕКСЕЙ ВОРОБЬЁВ – 27-летний певец, актёр, режиссёр и просто красавец. «Модный город» выяснил у Алексея, зачем он решил искать любовь НА ГЛАЗАХ У МИЛЛИОНОВ зрителей.

**А**лексей, почему Вы согласились на участие в шоу «Холостяк»? Зачем Вам этот опыт? – «Холостяк» для меня – это шанс вырваться из привычного круга, ограниченного моей работой, ведь последние годы я практически не жил, а только работал. Человек, ведущий такой образ жизни, когда личное время начинается в 2–3 ночи и заканчивается в 7–8 утра, обречён на служебные романы. Остановиться и найти человека, с которым захочется не только засыпать, но и просыпаться каждое утро, – это именно то, чего мне стало по-настоящему не хватать.

– Для Вас это – очередной проект или попытка реально найти любовь?

– Я пришёл не повеселиться, а прожить эти три месяца, искренне стараясь найти ту, которая станет частью моей жизни. Поэтому для меня это жизнь, а не «проект»... Кроме того, меня знают по моим ролям и ассоциируют с моими героями. А здесь зрители увидят и узнают меня таким, какой я есть, познакомятся со мной настоящим. Кому-то я таким понравлюсь, кому-то – нет, но я и не сторублёвая купюра, чтобы всем нравиться. Мне достаточно того, что я, возможно, окажусь рядом с той, кто узнает, примет и полюбит меня таким, какой я есть, – со всеми моими минусами и недостатками. А я взамен готов так же полюбить её, подарить ей свою жизнь и уже никогда не отпускать.

– Как Вы относитесь к тому, что все события и отношения на передаче будут публичны, и даже романтические встречи с девушками будут проходить в окружении множества посторонних людей?

– С каждым годом мне становится всё больше наплевать на то, кто и что подумает. Потому что невозможно быть хорошим для всех. Это не работает. Если между двумя людьми вспыхивают чувства, у них мало времени и они понимают, что между ними что-то должно произойти, то бессмысленно останавливаться только потому, что кто-то может это увидеть.

– Что в Вашем понимании семья?

– У меня есть самый лучший пример – наша семья, мои мама и папа. У нас всё было организовано очень просто: отец работает и зарабатывает деньги, мать остаётся дома и делает всё, чтобы дети росли людьми, а не бездельниками, которых воспитывает улица. Улица, честно говоря, меня тоже отчасти воспитала, в особенности мои кулаки. Но отец всегда корректировал это воспитание. Я за патриархат, и уверен, что всё остальное, надуманное людьми, не работает и ведёт к краху института семьи. Но главное – это забота друг о друге и любовь. Такая любовь, когда жизнь другого человека для тебя важнее твоей. Мы выросли в любви, и это – самое главное.

– Какие качества в женщине для Вас наиболее привлекательны?

– Мне нравятся девушки умные и по-настоящему женственные. Это остаётся неизменным, как и обязательное для моей девушки чувство юмора. Но главное, она должна дополнять меня, заставить вибрировать и суметь подарить эмоции, которых у меня нет, – именно это цепляет по-настоящему! Мужчине нужна не красивая кукла, нужна личность. Личность, которая будет вдохновлять, ради которой он будет двигаться вперёд. Единственное, что я в женщинах не приемлю, – это желание

## Блицопрос

– Почему женское «нет» – это чаще «да»?

– Потому что женщины сами часто не знают, чего хотят.

– Чего не хватает женщине для полного счастья?

– Всем по-разному, но на самом деле только одного не хватает и женщинам, и мужчинам для полного счастья – любви.

– Что мужчины ценят в женщине прежде всего?

– Стабильность и непредсказуемость.

– Вам было бы интересно посмотреть передачу, в которой за внимание женщины будут бороться мужчины, а не наоборот?

– Такую передачу можно посмотреть каждые выходные в любом ночном клубе.

– Что, на Ваш взгляд, движет женщинами, которые хотят принять участие в программе «Холостяк»?

– Хочется верить, что то же, что и мной, – надежда найти свою судьбу именно там, где с точки зрения логики её найти невозможно. Но любовь – случайность, которая обычно не поддаётся объяснению, а не логическое заключение ума.





Текст: Лариса Тимофеева. Фото предоставлено ТНТ.

доминировать в отношениях и пытаться руководить мужчиной. Я за патриархат и, как всякий нормальный мужик, никогда не позволю женщине играть мою роль.

– *Татьяна Навка, Виктория Дайнеко, Оксана Акиньшина... Яркие, талантливые женщины, с которыми Вы расстались. Скажите, а Вас когда-нибудь бросали?*

– Да, один раз. Но я слишком упёртый и не смог с этим смириться. Так что через год мы снова были вместе. Я любил её, любил такую разную, такую, какая она есть, любил сидеть с ней на кухне и разговаривать, любил слушать, как она читает прозу, любил не спать по 20 часов, только чтобы видеть её рядом. Любил, когда она злится, и пытался быть для неё «лучшей версией себя», даже понимая, что уже перестаю быть собой... И всё время пытался найти компромисс, чтобы мы могли быть вместе. Но через какое-то время я перестал это делать, перестал пытаться уладить все

проблемы в одиночку, потому что она их только создавала, перестал откладывать работу «на потом», чтобы побыть с ней. И в конце концов, когда я снова стал таким, какой есть на самом деле, перестал любить её. И расстался с ней навсегда.

– *На Ваш взгляд, на какую девушку в шоу «Холостяк» Вы обратите внимание сразу, выделив её из толпы?*

– На ту, которая не позволит себе вступать с другими в открытый конфликт, будет сдержанной, не станет ругаться и выходить из себя. На настоящую леди. Но, пытаясь понять, какой она должна быть – «моя» женщина, я убедился, что формулы не существуют.

У каждого из нас в голове есть какой-то свой «идеал» человека. Но, как известно, когда приходит настоящая любовь, её мало волнует типаж, который ты себе придумал. Потому что, как и любое сумасшествие, настоящую любовь невозможно просчитать...

## **Как всякий нормальный мужик, я никогда не позволю женщине играть мою роль.**

– *Блондинка или брюнетка?*

– В жизни я повидал все девичьи типажи, и все они прекрасны. И это вопрос не типажа, а того, кто попадёт в сердце. Если это только эпизод, тогда неважно, как она выглядит. Здесь дело в человеке, сможет ли он оставаться интересен и дать тебе что-то новое. Всё, что будет дальше, зависит только от неё. И если кому-то суждено быть вместе – на одну ночь или на всю жизнь, то это так и будет.



# Д.Р.У.З.Ь.Я

НОВЫЙ СЕЗОН СВАДЕБНЫХ РЕШЕНИЙ



ИП Дементьева С. Л.



ВСТРЕТИМСЯ НА ФЕСТИВАЛЕ «СВАДЬБА МЕЧТЫ 2016»

ВСЕ КОНТАКТЫ НА САЙТЕ [FRIENDS71.RU](http://FRIENDS71.RU)



MYFRIENDS71



MYFRIENDS71





ДВОРЕЦ КУЛЬТУРЫ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНИКОВ  
УЛ. ДЕМОНСТРАЦИИ, 134

**3 АПРЕЛЯ**  
11:00-19:00

**6+ ВХОД СВОБОДНЫЙ**

**ЕЖЕГОДНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ СВАДЕБНОЙ ИНДУСТРИИ**

# **СВАДЬБА МЕЧТЫ 2016**

БОЛЕЕ 100 СПЕЦИАЛИСТОВ  
ПРЯМОЕ ОБЩЕНИЕ  
ПРИЗЫ И СКИДКИ  
ШОУ-ПРОГРАММА

ПОДРОБНОСТИ НА САЙТЕ  
[свадьбамечты.тула.рф](http://свадьбамечты.тула.рф)

**ОРГАНИЗАТОРЫ ПРОЕКТА**

**РОМАН**  
Студия стильных событий

*De Жавно*  
АГЕНТСТВО ПРАЗДНИКОВ

**МЫШЕВЪ**

**ИНФОРМАЦИОННЫЙ  
ПАРТНЕР**



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ ГЛАВНОГО УПРАВЛЕНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТУЛЫ ПО СОВЕТСКОМУ ТЕРРИТОРИАЛЬНОМУ ОКРУГУ



Платье из магазина LOUVRE 8500 рублей.

Легендарные 60-е – ЯРЧАЙШЕЕ ДЕСЯТИЛЕТИЕ в истории мировой моды, свободное и экспрессивное. МИНИ-ЮБКИ, царственные причёски-«бабетты», выразительные «стрелки» – как ЖЕНСТВЕННО И ВОЛНУЮЩЕ это было!..

*Шестидесятые*



# СВАДЬБА БЕЗ НЕРВОВ – *это реально?*

Суэта и хаос В СВАДЕБНЫЙ ДЕНЬ – дело привычное для большинства свадеб. Недели до и непосредственно САМО ТОРЖЕСТВО могут стать настоящим испытанием или даже кошмаром не только для РОДНЫХ И БЛИЗКИХ, но и самих молодожёнов.



**В**се помнят нашумевший ролик с тульской парой, которая поругалась в центре города на светофоре. Судя по фразам, ребята многое организовывали и контролировали сами, что-то пошло не так, и фотосессия накрылась медным тазом... Итог эпичен. Бросок букетом в жениха и... конец супружеской жизни, такой короткой.

Таких историй в интернете масса. А сколько не в интернете? В разы больше. Спросите любого свадебного фотографа или видеографа – у каждого наберётся несколько подобных историй.

Так как же сделать подготовку к свадьбе и сам свадебный день максимально комфортным, без истерик и слёз?



**Юлия Сергиенко, свадебный организатор:**

– Если бюджет на свадьбу ограничен – купите путёвки и летите в тёплые края!

У вас останутся чудесные воспоминания о медовом месяце и красивые фото.

Если вы всё же решите праздновать свадьбу – однозначно подумайте о профессиональных свадебных помощниках. Часто подготовкой свадьбы и решением всех вопросов в день торжества занимаются жених и невеста, родители, гости, друзья... А они в принципе не могут знать всех «подводных камней». Очень грустно, когда невеста с самого утра на телефоне что-то контролирует, договаривается, во время банкета бежит встречать торт, а в это время мама на кухне решает какие-то вопросы.

Подготовку к свадьбе может взять на себя СВАДЕБНЫЙ ОРГАНИЗАТОР. Эта услуга пришла к нам с Запада, где молодожёны сразу после определения даты свадьбы ищут этого человека. И бывают счастливы, если удаётся «застолбить» профессионала, который возьмёт на себя решение всех организационных проблем.



**Александр Родин, генеральный директор свадебного агентства:**

– В Туле услуга «свадебный организатор» тоже становится популярной.

Это совсем не значит, что к свадьбе полностью готовится он, а молодожёны совсем ничего не делают. Жених и невеста будут в курсе подготовки к свадьбе, а также контролировать и корректировать все этапы. Это гораздо проще, чем всё делать самим!

Хороший организатор разработает практически поминутный сценарий свадебного дня и банкета, подберёт ведущего, фото- и видеографа, декоратора, стилиста, кондитера, артистов. Подберёт площадку для торжества, грамотно расставит столы. Сопровождение молодожёнов и их гостей в день свадьбы – пожалуй, один из самых важных пунктов. Также организатор проконтролирует всех специалистов, работающих на свадьбе, даже тех, кого молодожёны пригласили самостоятельно. Всё будет вовремя и так, как мечтали молодожёны!

И о стоимости услуг хорошего организатора. В Туле он обойдётся примерно в ту же сумму, что и хороший фотограф или ведущий.



Тула, ул. генерала Маргелова, 5-а, офис 77  
(ТЦ «Мегастрой»).

Тел. 8 (920)771-45-71.

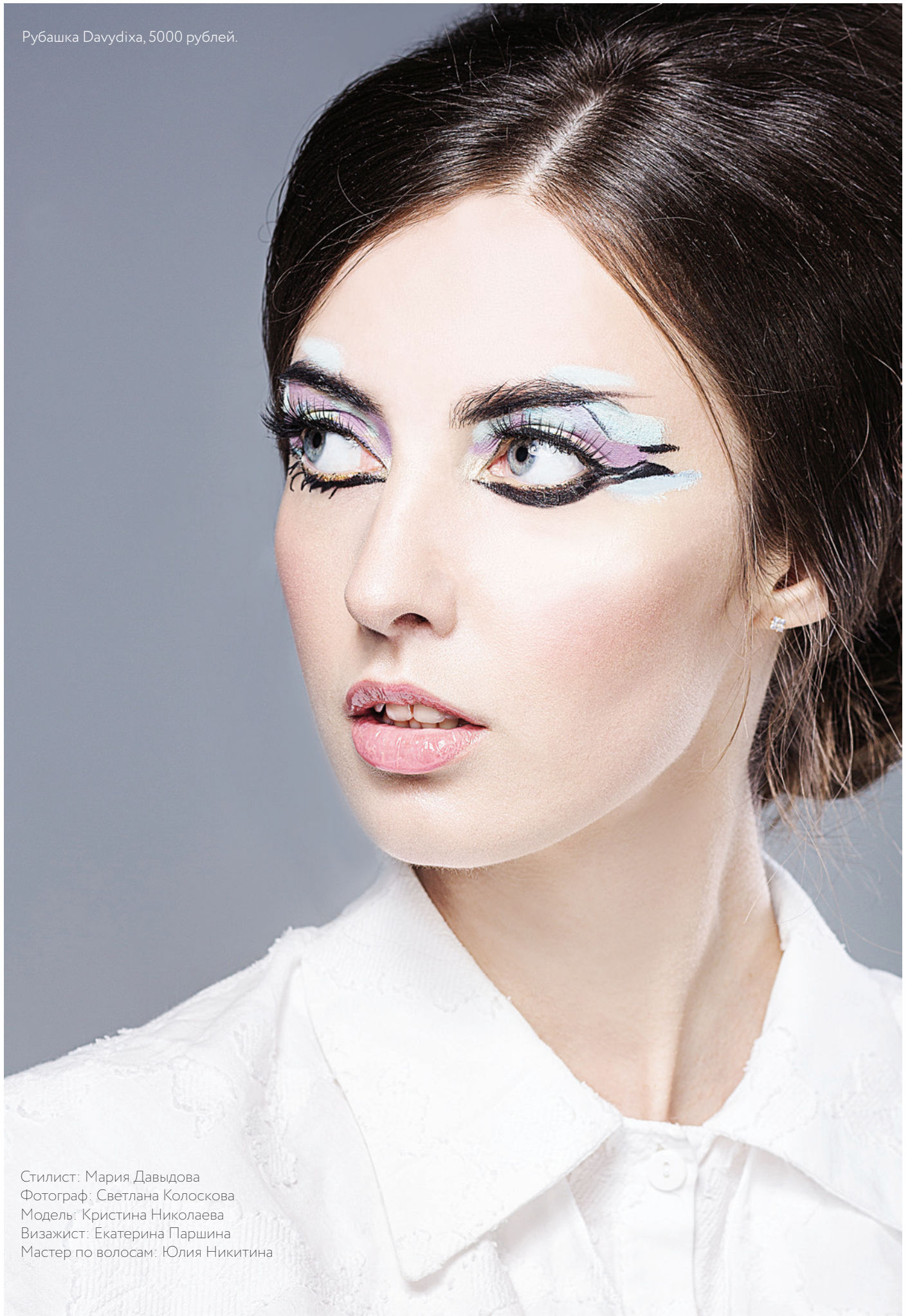
**WEDISSON**  
исключительно свадебное агентство

WEDISSON.ru

ИП Родин А.Б.



Рубашка Davudixa, 5000 рублей.



Стилист: Мария Давыдова  
Фотограф: Светлана Колоскова  
Модель: Кристина Николаева  
Визажист: Екатерина Паршина  
Мастер по волосам: Юлия Никитина



# Вторая кожа ВАШИХ ДЕТЕЙ

К этому самому НИЖНЕМУ СЛОЮ ОДЕЖДЫ мы предъявляем самые высокие требования. Комфортно, элегантно, удобно, иногда ПО-ДОМАШНЕМУ УЮТНО, в другой раз – стильно, ярко, индивидуально. Кто сказал, что только взрослые имеют право с особой претензией относиться К ВЫБОРУ НИЖНЕГО БЕЛЬЯ? И почему только им самое хорошее?

**И** ещё: не забывайте, что именно нижнее бельё, как никакой другой слой нашей одежды, способно так красноречиво рассказать о нашем отношении к себе. Так почему бы нам не научить наших детей уважать себя с раннего возраста? И это ещё одна побочная функция хорошего нижнего белья. Побочная не значит второстепенная!..

## DIM – ДЕТЯМ!

Легендарный французский бренд всё время своего существования только и делает, что заботится о красоте и комфорте. И – о чуде! Ему удаётся это совмещать. В этом – вся философия DIM, в этом – его ценность для покупателя. И DIM снова прав, когда заявляет, что дети нуждаются в комфортном и стильном белье не меньше, а даже больше взрослых. Они подвижны и активны большую часть дня, требовательны к комфорту и просто не станут носить то, что неудоб-



Качество тканей, удобство и комфорт как базовые элементы – вот что важно. Это бельё делают в России, а ткани привозят из Европы, а как ещё сохранить уровень? Не все отечественные производители могут себе это позволить. И потому Ritta Romani заслуженно выходит за рамки эконом-класса, но ездить в первом, согласитесь, всё-таки приятней.

Эти два бренда детского белья вы без труда можете купить в Туле. Один – бренд с именем и репутацией, который сам по себе – гарантия качества. Другой – амбициозный российский производитель, который, как и мы, мечтает, чтобы наши дети носили достойную одежду. Выбор за вами, главное, чтобы он был в пользу наших детей.

но. Да! Они терпеть не станут. И правильно сделают. Для детей и подростков DIM создаёт яркие коллекции в разных стилях, но что бы это ни было, это всегда ультрамодно и суперкомфортно. И в случае с DIM все комплименты не просто уместны, но даже закономерны. Но самая «вкусная» прелесть французского детского белья – это тонкий и такой эластичный трикотаж, который облегает тело. Так не хочется быть банальными, но... DIM – это и правда вторая кожа. И дети способны оценить это не хуже взрослых.

## ДОСТОЙНАЯ КОНКУРЕНЦИЯ ОТ RITTA ROMANI

Высокое качество=высокая цена, скажут многие о DIM. И будут отчасти правы. Что ж! Французскому сочетанию «цена-качество» есть адекватный российский ответ с итальянским акцентом.

У этого бренда за плечами нет столь славной истории, как у DIM, но есть весьма схожие ценности, которые обязательны для любого, кто решился шить бельё для детей.



**СТИЛЬНЫЕ НОЖКИ**  
ЕВРОПЕЙСКАЯ ДЕТСКАЯ ОБУВЬ

Тула, ул. Демонстрации, 1-г (ТЦ «Утюгъ»), 3-й эт.  
Тел. 8-980-725-77-78  
vk.com/stil\_nogki

ИП Кошина О.В.



# БЫТЬ СТИЛЬНЫМ – *просто!*

Косуха – культовая вещь, ФАВОРИТ ЗВЁЗД и миллионов модников и модниц во всём мире. Мы подобрали для вас несколько вещей, которые вместе с косухой смогут составить УНИВЕРСАЛЬНЫЙ ОБРАЗ в уличном стиле. Добавим АКСЕССУАРЫ, ОБУВЬ – и получим стильные образы на каждый день!



Очки,  
цена  
по запросу.

Косуха,  
18 500 Р.

Юбка,  
2350 Р.

Сумка,  
12 500 Р.



Туфли,  
4200 Р.

Топ,  
4200 Р.

Платье,  
9200 Р.



Поло,  
4700 Р.

Очки,  
цена  
по запросу.

Кошелёк,  
4000 Р.



Ремень  
3850 Р.



Косуха,  
3800 Р.



Джинсы,  
3800 Р.



Кроссовки,  
10 000 Р.



Косуха,  
28 000 Р.

Сумка,  
5000 Р.



Серьги,  
1200 Р.

Джинсы,  
4500 Р.



Ботинки,  
10 000 Р.



Футболка,  
1800 Р.

Кроссовки,  
10 000 Р.

Косуха,  
18 500 Р.

Сумка,  
8800 Р.

**Vintage**  
комиссионный магазин элитной одежды

Тула, ул. Тургеневская, 7-а.  
Тел. 8 (953) 188-40-24.  
instagram.com/komissionka\_vintage



# КОЖА В МОДЕ

ПРИ ЛЮБОЙ ПОГОДЕ!

**РАСПРОДАЖА**  
МЕХОВЫХ ИЗДЕЛИЙ

СКИДКА  
**40%**

**ББ БЕЛКА**

Салон кожи и меха,  
пр-т Ленина, 97 (ост. «ТулГУ»),  
тел.: 35-04-03, 35-99-67,  
8 910 555-92-29  
пн.-пт.: 9:00-20:00, сб.: 9:00-18:00,  
вс.: 10:00-18:00  
instagram: belkatul

ПОШИВ, РЕСТАВРАЦИЯ,  
РЕМОНТ МЕХОВЫХ  
И КОЖАНЫХ ИЗДЕЛИЙ

Дизайнеры с мировым именем уверены: женщины ХОТЯТ НОСИТЬ КОЖУ И МЕХА вне зависимости от сезона. Поэтому и в сезоне весна-лето 2016 в коллекциях вновь появляется КОЖА ВСЕХ ЦВЕТОВ РАДУГИ - от невесомо-пудровых и неоново-ярких до классических, сдержанных и элегантных. ПРОХЛАДНАЯ ВЕСНА - прекрасное время для того, чтобы носить меха: КОРОТКИЕ МЕХОВЫЕ ЖАКЕТЫ согреют и придадут образу легкость и шарм.



# С мужским характером

Мужчины БОЛЬШЕ НЕ РОБЕЮТ перед тюбиками крема: у многих прогрессивных представителей сильного пола есть дневные и ночные кремы для лица, кремы для век, не говоря уже О СПЕЦИАЛЬНОЙ МУЖСКОЙ КОСМЕТИКЕ для душа и ухода за телом. В чём отличие мужского ассортимента от женского и какие средства действительно НУЖНЫ МУЖЧИНАМ?



Foto: PhotoPress.ru



## БЬЮТИ-ТЕСТ



**Павел Кирюнин, главный редактор «Модного города»:**

– Мне приходится часто бриться, поэтому к выбору средств для бритья и после я отношусь серьёзно. Для меня важно, чтобы не было раздражения, кожа не сохла, а крем обладал успокаивающим и заживляющим действием. Мужская косметика L'occitane – то, что нужно! А свежий цитрусовый аромат отлично бодрит с утра!

**М**ужская кожа отличается от женской, это неоспоримый факт. У мужчин прочнее верхний слой кожи, менее выражены подкожные жировые отложения, а соединительные ткани крепкие и плотные. Благодаря всему этому мужчины стареют медленнее и не знают, что такое целлюлит и растяжки. Но и проблемы с кожей у них тоже свои, особенные. Жирность либо сухость кожи у них более выражена, чем у женщин. Мелкие сосуды – более хрупкие, что приводит к появлению красноватого оттенка кожи. Исходя из всех этих тонкостей и создаётся мужская косметика. Помните об этом, дорогие мужчины, стягивая баночку с кремом у жены или подруги: он вам, конечно, не повредит, но и должной пользы не принесёт. Своё, мужское – всё-таки эффективнее!

Что же должно быть в мужском косметическом «арсенале»? Если говорить о кремах, то нужен хотя бы один, подобранный с учё-

том особенностей кожи конкретного мужчины. В идеале, конечно, – увлажняющий дневной, питательный ночной, тоник, скраб.

Бритьё, которое считается отличным пилингом, всё же достаточно травматично для кожи, часто вызывает сухость и раздражение. Поэтому кремы, гели, лосьоны после бритья должны обладать хорошим заживляющим, смягчающим эффектом.

Для чего мужчинам свои средства для душа и шампуни? Тут всё банально: деятельность потовых и сальных желёз у них более активная, соответственно, и средства нужны более «сильные». Нежные женские ароматы и деликатная пена – сильному мужскому телу не товарищи.

И конечно, ароматы – они в мужской косметике, как правило, свежие и бодрящие. Так, мужская серия Cedrat от L'occitane порадует бодрящей древесно-цитрусовой композицией, а также тонирующими и увлажняющими свойствами кремов, гелей и лосьонов.



# МУЖСКОЙ

# Зал

muzhskoyzal.ru

СКОРО ОТКРЫТИЕ!

+7 (920) 781 71 71

Стрижём  
и бреём  
по-новому





СТУДИЯ



КРАСОТЫ

# ВЕСЕННЕЕ SPA-сeнeннe

ПРИГЛАШАЕМ ВАС НА СПА-ПРОЦЕДУРЫ ДЛЯ ТЕЛА И РУК В СТУДИЮ КРАСОТЫ «ЮНОНА»

## НОВИНКА! ЛИНИЯ ДЛЯ ТЕЛА SPA GOURMET

Это вкусная линия на основе наших любимых лакомств и фруктов: белого и тёмного шоколада, апельсина, черники, вишни. Наружное применение шоколада в форме масок для тела и массажных кремов знаменито своей действенностью, а также потрясающим эффектом улучшения настроения благодаря высокому содержанию гормона радости – эндорфина.



## SPA-МАНИКЮР

представляет собой ряд косметических мероприятий, которые направлены на тщательное увлажнение и питание кожи рук, а также уход за ногтями и подразумевает оздоровление не только кожи рук, но и ногтевой пластины.



г. Тула, ул. Демонстрации, 27/1. Тел.: +7 (4872) 30-93-87, +7 962 276-10-80

[www.yunona-studio.pf](http://www.yunona-studio.pf) | [vk.com/club87852389](https://vk.com/club87852389)

instagram #BEAUTYSTUDIO\_YNONA | Email: [yunona2001@gmail.com](mailto:yunona2001@gmail.com)

Часы работы: 9:00–21:00

ИП БОНДАРОВА О. В. Подробно об указанных услугах узнавайте в студии красоты или по телефону



# АО «Тульская стоматологическая поликлиника им С. А. Злотникова»

Тула, ул. Смидович, 20, тел. 65-61-50

*Улыбайтесь  
на здоровье!*

## Мы рады вас видеть по адресам:

Поликлиника  
ул. Смидович, 20,  
тел.: (4872) 65-61-50,  
8-980-722-03-03

Стоматологический  
Центр №1  
пр-т Ленина/  
ул. Первомайская, 67/5,  
тел. (4872) 36-28-52

Стоматологический  
Центр №2  
ул. Октябрьская, 22,  
тел. (4872) 47-42-44

Стоматологический  
Центр №3  
ул. Октябрьская, 83,  
тел. (4872) 47-55-69

Стоматологический  
Центр №4  
пр-т Ленина, 112,  
тел. (4872) 70-50-43

Запись по телефонам и на сайте [www.stomatolog-tula.ru](http://www.stomatolog-tula.ru)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ





Перед назначением процедуры врач проведёт с вами беседу, чтобы удостовериться в отсутствии противопоказаний. На фото: врач-дерматокосметолог Вера Николаевна Комарова и Екатерина.

# ХОЛОДНАЯ ВОЙНА за красивое тело

Даже обладатели ИДЕАЛЬНОЙ ФИГУРЫ могут найти в себе недостатки: складочка на животе, «немного лишнего» на бёдрах. Обидно, что даже СПОРТ И ДИЕТЫ не всегда помогают справиться с ЛОКАЛЬНЫМИ ЖИРОВЫМИ ОТЛОЖЕНИЯМИ. Но есть методики, которые работают именно на подобных «трудных» участках тела. И прекрасно справляются! Доказательство тому – популярная во всём мире ПРОЦЕДУРА МОДЕЛИРОВАНИЯ ФИГУРЫ Coolsculpting на аппарате Zeltiq в клинике В. Н. Комаровой.

**С**oolsculpting – это моделирование фигуры холодом, или криолиполиз, одна из безопасных и эффективных методик устранения излишков жира. Процедура идеальна для тех, кто хочет избавиться от ненавистных складок на животе, талии, спине.

Криолиполиз на аппарате Zeltiq называют безоперационной липосакцией: жировые клетки разрушаются за счёт длитель-

ного охлаждения проблемных зон. Система охлаждения разработана таким образом, что не повреждает кожу, не переохлаждает сосуды – воздействие идёт только на жир. Проблемные зоны уменьшаются, причём методика работает даже тогда, когда другие способы не дали результата.

Почему из всех методик коррекции фигуры именно криолиполиз Coolsculpting стал мировой сенсацией? Прежде всего потому, что этот метод имеет высокую степень безопасности. Во время процедуры не происходит повреждения кожного покрова, а после её проведения отсутствует измене-

ние пигмента. Криолиполиз не затрагивает внутренние органы и ткани, что позволяет проводить его даже тем пациентам, кому другие методы противопоказаны. Удаление жировых отложений происходит без нагрузки на печень из-за отсутствия выброса в кровь продуктов распада жиров.

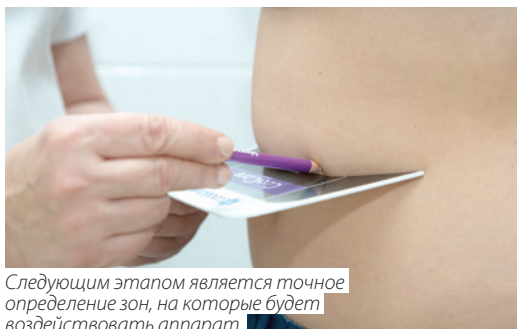
Весь процесс контролируется запатентованной системой Freez Detected, которая исключает переохлаждение и тем более обморожение кожи пациента. Надо отметить, что такая система реализована только в аппарате Coolsculpting Zeltiq. Врач, работая на этом аппарате, не выбирает ни время

## О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ





Перед процедурой врач сфотографирует и измерит толщину жировых складок в этих зонах: через 1,5-2 месяца можно будет наглядно убедиться в том, что жир уходит.



Следующим этапом является точное определение зон, на которые будет воздействовать аппарат.



У аппарата Zeltiq имеется несколько насадок: врач использует ту, что наилучшим образом подходит для воздействия на выбранную зону. Жировая складка всасывается вакуумом и оказывается между двух охлаждающих её пластин. Сеанс длится около 60 минут. В это время пациент может отдыхать или даже вздремнуть – процедура сопровождается лёгким покалыванием или онемением, которое вскоре перестает быть заметным.

процедуры, ни температуру, что исключает влияние человеческого фактора.

Безопасность процедуры криолиполиза Coolsculpting подтверждена пятью одобрениями FDA, многочисленными научными исследованиями. В мире сделано более 1 миллиона процедур, при которых не было отмечено ни одного случая обморожения.

Методика комфортна, не требует подготовки и не имеет реабилитационного периода. Криолипосакция проводится в амбулаторных условиях, без проколов и разрезов, не требует ношения корректирующего белья. Coolsculpting идеально подходит для занятых людей: проводить процедуру достаточно 1 раз в 2-3 месяца.

Криолиполиз даёт отличные результаты как у женщин, так и у мужчин. Уже после одной процедуры устраняется до 25% жира в зоне воздействия. Эффект нарастает в течение следующих 2-4 месяцев.

Процедуру криолиполиза уже попробовали на себе миллионы людей во всём мире. Если вы хотите, чтобы ваше тело было идеальным – попробуйте! Скульптор тела Zeltiq и врачи клиники В.Н. Комаровой готовы сделать вашу фигуру именно такой, о какой вы всегда мечтали.



Ноябрь 2015 г. Проблемы – складки на боках и животе.



Февраль 2016 г. Живот плоский, талия тонкая!

Лиц. ПО-71-01-001093 от 26 декабря 2013

**КЛИНИКА**  
В.Н. КОМАРОВОЙ

Тула, ул. Демонстрации, 137,  
тел. 79-02-28.  
www.kvk-cosmetic.ru

ООО «Клиника В. Н. Комаровой»

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ





УНЁНЫМИ ДОКАЗАНО, что человеческий организм точно так же, как и ВСЁ ЖИВОЕ В ПРИРОДЕ, с приходом первого тепла активно включает процессы восстановления. Но если в силах природы ПОЗАБОТИТЬСЯ О СЕБЕ САМОЙ, то своему организму мы должны помочь восстановиться и обновиться после спячки.

# Весенняя гармония ДУШИ И ТЕЛА

**Н**е спешите бежать в спортзал в надежде разбудить своё тело физическими нагрузками. Для начала – подарите ему удивительные индийские процедуры, способные в мгновение ока вернуть утраченную гармонию души и тела.

Индийские процедуры созданы для сбалансирования физического и эмоционального состояния человека. На сегодняшний день они стали особенно популярны, поскольку ритм современной жизни требует предельного сосредоточения физических и моральных сил. Тщательная проработка всего тела и стимулирование жизненно важных центров позволяют эффективно снять накопившуюся усталость, напряжение и предотвратить негативное воздействие стресса на организм, повысить

работоспособность, сохранить вашу красоту и молодость.

В богатой палитре индийских процедур каждый найдёт сеанс по душе, который не оставит равнодушным даже самого взыскательного клиента. Все процедуры классически выполняются с применением натуральных аюрведических масел, содержащих более 100 драгоценных трав. Традиционные индийские сеансы дарят ни с чем не сравнимое удовольствие, помогают всегда быть в отличной форме и в хорошем жизнерадостном настроении. Даже после одного сеанса вы получите видимый результат:

- уйдёт напряжение из мышц, вы ощутите невероятную лёгкость, тело наполнится силой и энергией;
- придёт спокойствие и сбалансированное эмоциональное состояние;
- кожа станет более подтянутой и упругой, ведь индийские техники по уходу за те-

лом и лицом во всём мире применяют для омоложения кожи лица и тела.

Какую бы процедуру вы ни выбрали, главное – высококвалифицированный мастер, который в совершенстве владеет всеми секретами индийских техник. Если вы хотите в полной мере насладиться древним искусством ухода за телом и лицом, то нужно выбирать специалистов из Индии, обладающих уникальным достоинством – сочетанием высокого мастерства, преданности своему делу и особой положительной энергетики, которая способна творить чудеса.

Во время волшебного индийского сеанса, в уютной атмосфере Индии, в мире спокойствия и блаженства, вы отдохнёте от повседневных забот, отвлечётесь от суеты, расслабитесь, позабудете о стрессах, зарядитесь энергией для ваших новых свершений.

**Любите себя, заботьтесь о своём теле, внутреннем и внешнем мире! Дарите себе и близким самое ценное – гармонию души и красоту тела!**

**Спокойная музыка, мягкий свет, ароматы индийских благовоний – всё это позволит совершить незабываемое путешествие в Древнюю Индию.**

**Вы прикоснётесь к древним знаниям, которые подарят вам истинное наслаждение и великолепные результаты.**





*Дарите полезные  
подарки...*

**ИСПОЛНЯЙТЕ МЕЧТЫ ВМЕСТЕ С «ШАНТИ»!**

ООО «Галассо-Центр»

# shanti

**ИНДИЙСКИЙ САЛОН КРАСОТЫ**



Запись и консультации по тел.:

**8953-958-35-05,  
700-048**

ул. Гоголевская, 54-а.

**Тел.: 8920-276-03-53,  
55-46-47**

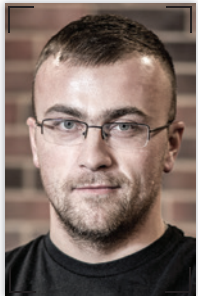
ул. Ф. Смирнова, 7

[www.shanti71.ru](http://www.shanti71.ru)





# ПОП-культура



**АЛЕКСЕЙ БАННИКОВ,**  
персональный тренер  
клуба «Властелин»

Попа-бум захватил ДЕВИЧЬИ УМЫ И СЕРДЦА! В тренажёрных залах все налегают на эти красивые мышцы, стремясь К ВЫДАЮЩИМСЯ РЕЗУЛЬТАТАМ – в буквальном смысле. Простые упражнения ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ МЫШЦ ЯГОДИЦ и подтяжки бёдер демонстрирует Оксана Шустова под руководством ПЕРСОНАЛЬНОГО ТРЕНЕРА клуба «Властелин» Алексея Банникова.

Хочешь увидеть больше?



GooglePlay



AppStore



## Балетные приседания в широкой стойке

**Цель:** ягодицы, внутренняя поверхность бедра. Спина прямая, ноги на тумбах. Гантели или блин от штанги держим в опущенных руках. Приседаем, держа спину прямо, пока отягощение не опустится ниже уровня ступней. Новички могут делать это упражнение без отягощения.

## Наклоны со штангой в широкой стойке

**Цель:** ягодицы, задняя поверхность бедра. Спина прямая, колени слегка согнуты. Выполняем наклон вперёд, ягодицы подаём чуть назад, штанга скользит параллельно ногам. Наклоняемся, пока штанга не опустится до середины голени.



## С ЗАДНЕЙ МЫСЛЬЮ

Поклонницы попа-бума делают бесконечные селфи, изворачиваясь к камере пятой точкой, скупают короткие шортики, чтобы похвалиться честно заработанными в зале успехами, а ещё общаются на своём языке. Ну например:

**Подрубить попу** – придать чёткие очертания переходу от ягодиц к нижним конечностям. Одно из упражнений для подрубки – «походка тигра». Наклоняетесь вниз, чтобы ладони полностью упирались в пол. Колени не сгибать! Идите, переставляя поочерёдно руки.

**Попаногги** – тренировка с упором на проработку ягодиц и мышц ног, иногда ещё и пресса.

**Ягодицепсы** – решительно акцентированная попа.



## Мост на фитболе

**Цель:** ягодицы, задняя поверхность бедра. Сидя на полу, ставим ноги на ширину около метра. Спина опирается на фитбол. Встаём на мостик, отрывая ягодицы от пола. Можно добавить отягощение, положив штангу на низ живота.



## Отведение ноги назад и вверх

**Цель:** ягодицы, передняя и задняя поверхность бедра. Стоим в упоре на четвереньках. Оттягиваем носок на себя, пятку назад. Сгибаем и разгибаем ногу в колене, поднимая её, и разгибаем ногу в колене, отведя её назад и вверх. Можно добавить утяжелители на щиколотки.



# СТУДИЯ ТАНЦА ПЛАМЯ

Танец на пилоне (Pole dance)

Стрип пластика

Восточные танцы

Go-go dance (Lady dance)

Zumba

Латиноамериканские танцы

Постановка свадебного танца

Dancehall

Джаз фанк

Аэробика

Стрейчинг

Эстрадный танец для детей

Детские развивающие танцы

для детей от 3-х лет

ПРОВОДИТСЯ НАБОР  
В НОВЫЕ ГРУППЫ!  
ОБУЧЕНИЕ С НУЛЯ!

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ  
ЗАНЯТИЯ.  
ДНЕВНЫЕ И ВЕЧЕРНИЕ  
ГРУППЫ.



# Привет, подснежники

В воздухе ещё даже не ПАХНЕТ ВЕСНОЙ, но в душе уже поют птицы, а в гардеробе томятся короткие наряды... И в это время в фитнес-клубах ПОЯВЛЯЮТСЯ ОНИ – «подснежники», мечтающие накачать, сбросить и постройнеть здесь и сейчас. «Модный город» подскажет вам, СЕЗОННЫЕ СПОРТСМЕНКИ, где вы лагаете и чего не нужно делать, если вы хотите ПОЛУЧИТЬ РЕЗУЛЬТАТ.



Вы приходите в спортзал и лениво катаетесь на фитболе. Или часами ходите на беговой дорожке, болтая по телефону. Вреда от этого нет, но и пользы для фигуры – никакой. Если нужен результат, без чёткой программы тренировок и питания вы его не добьётесь. И да, айфон в зал тоже лучше не брать: он отвлекает, а на упражнениях нужно концентрироваться.



Подснежники проявляют сумасшедший энтузиазм: бегают на кардиотренажёрах, занимаются на силовых, потом идут на групповые занятия. 3-часовая тренировка – ерунда! Для себя ж стараемся! Помните о чувстве меры. Возьмите пару индивидуальных занятий, чтобы понимать, что делать и в каком количестве.



Наслушавшись советов «бывалых», подснежники пытаются заниматься вроде бы со знанием дела. Но в реальности вместо того, чтобы идти к своей цели, уродуют фигуру. Вы с остервенением приседаете со штангой – но вместе с округлой попой делаете себе мощные ляжки.



С энтузиазмом наклоняетесь в стороны с гантелями, но талия от этого становится шире, а не тоньше. Делаете разгибания ног в тренажёре с приличным весом, мечтая убрать «валики» над коленями, а вместо этого получаете нехилый квадрицепс. Упорно скручиваетесь на скамье с блином, вместе с прессом делая себе мощный торс. Не вредите себе, посоветуйтесь с тренером!



Подснежников в зале легко узнать. Они бессистемно бегают от тренажёра к тренажёру. Ставят запредельный вес. Не знают, как правильно выполнять упражнения. Не понимают, с какой стороны подходить к тренажёрам и как на них работать. Такой подход только на первый взгляд смешон, а чаще всего он вреден и даже опасен для здоровья.



Вы хотите получить сногшибательный результат за месяц-полтора, не видите его и бросаете тренироваться. Пожалуйста, не уходите! Одно то, что вы пришли на фитнес, – уже подвиг, первый и самый важный шаг к хорошей форме. Не бросайте занятия, и отражение в зеркале обязательно будет меняться к лучшему! Только не сразу. Быстро только кошки рождаются.



# Фитнес для женщин

мировая сеть фитнес-клубов и программа похудения

ТЕПЕРЬ В ТУЛЕ!

## FitCurves®

Сила удивить себя!



**ЗДОРОВО** – комплексная забота о Вашем организме



**БЫСТРО** – тренировка длится 30 минут



**ВЕСЕЛО** – мы превращаем тренировку в праздник



**ЭФФЕКТИВНО** – тренировка сжигает до 500 ккал



**БЕЗОПАСНО** – с учетом всех особенностей женского организма



**УДОБНО** – мы всегда рядом с Вашим домом



**ИНДИВИДУАЛЬНО** – тренер всегда рядом с Вами



**ПИТАНИЕ** – обучаем управлять весом без диет



**ВОЗРАСТ 12+** – у нас занимаются даже те, кому за 70



**ДРУЖБА** – клубные встречи и благотворительность



**ПОЛНЫЙ ФИТНЕС** – наша тренировка включает в себя все пять компонентов фитнеса



**ПОДАРКИ** – система скидок, подарков и призов



Тула, пр-т Ленина, 836, м-н «Спар», 3-й этаж,  
тел.: +7 (4872) 70-48-12, 8 (953) 185-83-73,  
[www.fitcurves.org](http://www.fitcurves.org)



2016 г. Евгений Ребров – шоумен, ведущий







## ПЕРЕХОДИМ К ВОДНЫМ ПРОЦЕДУРАМ!

Вода – наша сила! Фитнес-клуб с настоящим большим бассейном – то, чего до сих пор не хватало многим поклонникам спорта, фитнеса и здорового образа жизни. В фитнес-центре «ГОГОЛЬ» вы сможете расслабиться в бассейне после силовой нагрузки, заменить кардиотренировку быстрым заплывом, позаниматься аквапилатесом или пережить такое незабываемое приключение, как подводная охота.

Бассейн «ГОГОЛЯ» – это 5 дорожек по 25 метров, с максимально комфортной температурой воды и воздуха. Среди занятий есть как известные, так и уникальные направления, не представленные в других фитнес-клубах:

- силовые водные программы (круговая тренировка, силовой интенсив, пресс+спина),
- аквабокс,
- кардиохореография,
- интервальная тренировка,
- танцы на воде,
- зарядка в бассейне,
- аквапилатес,
- аква для начинающих.

**Плавайте! Худейте! Становитесь сильнее!  
И будьте здоровы!**

Фитнес в лучших традициях

# ГОГОЛЬ

ФИТНЕС - ЦЕНТР

Тула, ул. Гоголевская, 45-а.  
Тел. 52-52-05.  
[www.gogol-fit.ru](http://www.gogol-fit.ru)

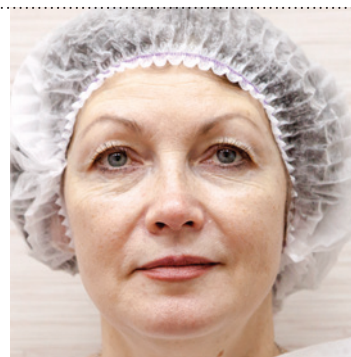


# РЕАЛЬНЫЕ результаты!

Сегодня мы расскажем, как МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО и без лишних затрат справиться с наиболее распространёнными КОСМЕТОЛОГИЧЕСКИМИ ПРОБЛЕМАМИ, с которыми в разном возрасте сталкивается почти каждая женщина.

Какие возрастные проблемы беспокоят представительниц прекрасного пола?

- поперечные морщины в области лба,
- мелкие морщинки в области глаз,
- носогубные складки,
- потеря чёткости овала лица
- пигментация,
- снижение упругости кожи.



Программа омоложения, как правило, рассчитана на 1-2 месяца и включает в себя нитевой лифтинг, инъекционные, аппаратные и уходовые процедуры:

- инъекции ботулинического токсина (Диспорт) в области лба,
- коррекция носогубной складки филером на основе гиалуроновой кислоты,
- подтяжка овала лица 3D-мезонитями,
- мезотерапия препаратом Курасен (Curacen),
- фототерапия на аппарате Квантум (Quantum),
- массаж лица на аппарате LPG.

Первых результатов следует ожидать спустя 7-10 дней, а окончательный эффект от процедур проявится через 1,5-2 месяца:

- исчезают морщины на лбу и в межбровье,
- заметно приподнимаются уголки рта,
- линия овала лица становится более чёткой,
- разглаживаются носогубные складки,
- обесцвечиваются пигментные пятна, и цвет лица становится более однородным.

Среди множества косметологических услуг вышеперечисленные методики проверены временем и доказали свою эффективность. Чтобы процесс омоложения был максимально комфортным, а результат оправдал ожидания, необходимо строго соблюдать рекомендации врача и подходить к решению возрастных проблем комплексно: только дополняя друг друга, процедуры дают заметный и долговременный эффект.



Елена, 55 лет.

ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



# Центр эстетической медицины «ТАЛИСИЯ» –

это качественные  
косметологические услуги  
для тех, кто дорожит  
своим временем и хочет  
продлить свою молодость,  
сохранить здоровье и красоту.

- врачебная косметология
- аппаратные методики – лазерные процедуры, фотоэпиляция и фототерапия, LPG-массаж, микротоковая терапия
- перманентный макияж и микроблейдинг
- полный спектр инъекционных процедур – контурная пластика, диспорт, мезотерапия, биоревитализация, плазмотерапия, плацентарная терапия
- нитевой лифтинг – мезонити, хирургические нити
- уходовые процедуры для лица
- гинекология и интимная контурная пластика
- лечение волос и кожи головы
- локальная липосакция и электролиполиз
- косметология для мужчин



## ТАЛИСИЯ

центр эстетической медицины

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

Email: [info@talisiya-tula.ru](mailto:info@talisiya-tula.ru)  
[www.talisiya-tula.ru](http://www.talisiya-tula.ru)  
[vk.com/talisiyatula](https://vk.com/talisiyatula)  
[facebook.com/talisiyatula](https://facebook.com/talisiyatula)  
Instagram [talisiya\\_tula](https://instagram.com/talisiya_tula)  
[ok.ru/talisiya](https://ok.ru/talisiya)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



КАЖДУЮ  
СУББОТУ

**-20%**

на КОСМЕТИКУ\*

VICHY  
LABORATOIRES

EAU THERMALE  
Avène

LIBRE  
DERM®

LA ROCHE-POSAY  
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

LABORATOIRES

**KLORANE**

THE POWER OF PLANTS

KOPA

ЛАБОРАТОРИЯ ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

LABORATOIRES  
**FILORGA**  
PARIS

**TOPICREM**

LE LANGAGE DE LA PEAU  
**LIERAC**  
PARIS



сеть аптек  
**ТВОЙ ДОКТОР**

Будьте красивыми с аптеками «Твой доктор».

Ждем вас по адресам:

ул. Болдина, 79, Красноармейский проспект, 11  
ул. Путьская, 5 (ТУЦ «Сарафан»)  
проспект Ленина, 28  
ул. Лейтейзена, 18 (ТЦ «Галерея Домино»)

ООО «Твой доктор». \*Срок действия акции с 1.03 по 31.05.2016 г. \*\*Срок действия акции с 1.03 по 8.03.2016 г. \*Подробности на местах продаж. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ.



Студия перманентного макияжа Любови Высоцкой совместно с компанией Bio Touch USA приглашает на обучение по программе

# Перманентный МАКИЯЖ

▶ БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

**ОБУЧЕНИЕ** (ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА) С 14 ПО 18 МАРТА.  
КОЛИЧЕСТВО МЕСТ В ГРУППЕ – 6 ЧЕЛОВЕК.

## ИЗУЧАЕМЫЕ ПРОЦЕДУРЫ:

Брови – полное заполнение (растушёвка), аппаратная волосковая техника.  
Веки – межресничное пространство, стрелка.  
Губы – контур, полное заполнение (растушёвка).

Также специалистов перманентного макияжа приглашаем на повышение квалификации по темам: «Растушёвка губ и бровей в акварельной технике», «Веки. Эффект теней», «Растушёвка губ в технике 3D», «Брови в технике 3D», «Стрелка с растушёвкой», биозавивка и окраска ресниц на материалах BioTouch, USA, удаление перманентного макияжа ремувером, нанесение румян в перманентном макияже, микропигментирование при алопеции, «Воссоздание формы и цвета ареолы груди», «Губы в технике Омбре», «Брови в технике Омбре».

ПОЛУЧАЕМЫЕ ДИПЛОМЫ РЕГИСТРИРУЮТСЯ  
В КОМПАНИИ BIO TOUCH, USA.



ПИГМЕНТЫ  
АППАРАТЫ  
РАСХОДНЫЕ  
МАТЕРИАЛЫ  
ОБУЧЕНИЕ!



Эксклюзивный представитель  
Biotouch inc. США в Туле –  
студия перманентного макияжа  
Любови Высоцкой

Преподаватель компании Bio Touch  
Татьяна Шibaева (г. Санкт-Петербург)  
и официальный представитель компании  
Bio Touch в городе Тула Любовь Высоцкая.



Тула, ул. Каминского, 31-а, 5 эт., оф. 50, тел. 8-960-602-22-77  
[www.pm71.ru](http://www.pm71.ru)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



# Живое сияние



Зима не проходит бесследно: СУХОЙ ВОЗДУХ помещений делает волосы обезвоженными и ломкими, кожа тоже страдает ОТ НЕДОСТАТКА ВЛАГИ, витаминов и солнца. Поэтому весной нужно усилить свой бьюти-арсенал СПЕЦИАЛЬНЫМ ОРУЖИЕМ – косметикой с восстанавливающим действием. АКТИВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ дадут коже и волосам усиленное питание, увлажнение, ВЕРНУТ СИЯНИЕ, здоровье и красоту.

1. Augencreme №1 Крем для кожи вокруг глаз №1. 2. Farbschutz Lotion №1 Спрей-лосьон №1 для защиты цвета окрашенных волос. 3. Sanftes Shampoo №1 Шампунь №1 для блеска и сохранения цвета окрашенных волос. 4. Stress Control Creme Крем стресс-контроль №1 для защиты кожи лица от стресса и преждевременного старения с spf 15. 5. Магнитная грязевая маска Black Pearl Sea of Spa. 6. Антивозрастной серум для лица и кожи вокруг глаз Black Pearl. 7. Жемчужный дневной крем Black Pearl Sea of Spa с spf 25. 8. Жемчужный ночной крем Black Pearl Sea of Spa с spf 25. 9. Muse Illuminating Gommage Отшелушивающий гоммаж для сияния кожи. 10. Muse Fortified Rose Peel Усиленный розовый пилинг. 11. Шампунь Био «Жизненная Сила» Аргановое масло и Мед. 12. Маска Био Укрепление и Защита Аргановое масло и Грецкий орех, Constant Delight Bella Vita.



**Mery Cruz – магазин израильской косметики**  
Тула, ул. Фрунзе, 3-а, 2 этаж, бутик 203.  
8 (953) 964-44-64.  
www.merycruz.ru

ИП Фролов ИИ

**Magic Sun, магазин профессиональной косметики**  
Тула, ул. Мира, 35.  
8 (4872) 33-10-90, 8 (4872) 33-58-50.  
www.magicusun-tula.ru

ИП Шереметьев П

**Alcina, представительство в Туле**  
8 (903) 841-26-26,  
e-mail: [alcina-tula@mail.ru](mailto:alcina-tula@mail.ru) [www.alcinatula.ru](http://www.alcinatula.ru)  
[www.facebook.com/alcinatula](https://www.facebook.com/alcinatula)

ИП Дроздов ИВ



# SNS

Healthy Natural Nails

## Новое поколение маникюра



Мастера-участники семинара: ведущий технолог SNS Елена Строкина и представитель SNS в Туле Кристина Ситникова.

Мастер ногтевого искусства  
экстра-класса ЕЛЕНА СТРОКИНА.



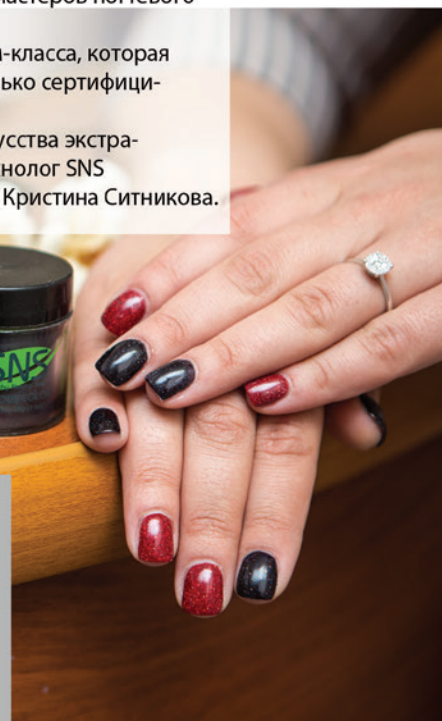
Новая революционная технология маникюра – американская гель-пудра SNS – уже в третий раз собрала мастеров ногтевого искусства на обучение.

Гель-пудра – косметика для ногтей премиум-класса, которая не имеет аналогов. Работать с ней могут только сертифицированные мастера, прошедшие обучение.

Семинар проводили мастера ногтевого искусства экстра-класса: единственный в России ведущий технолог SNS Елена Строкина и представитель SNS в Туле Кристина Ситникова.



Работа участников семинара.



Новые специалисты,  
успешно прошедшие  
обучение на семинаре,  
уже работают в тульских  
салонах.

Присоединяйтесь:  
мастер-классы органи-  
зуются ежемесячно.  
Осваивайте технологию  
гель-пудры и предлагай-  
те своим клиенткам но-  
вое, революционное  
качество маникюра!



Официальный представитель,  
технолог и дилер продукции SNS  
КРИСТИНА СИТНИКОВА.

КРИСТИНА ОСИПОВА, мастер,  
прошедшая первый семинар:  
«Работаю мастером по маникюру  
с 2007 года, освоила эту техноло-  
гию в 2015 году и крайне ею  
довольна!»



- **Продажа**
- **Обучение**
- **Мастер-классы**

Продукция  в Туле:

Официальный представитель – Кристина Ситникова  
Тел. 8-905-627-77-75.



# Альтернатива ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ



**ИРИНА  
РОМАШОВА,**

врач-дерматокосметолог  
клиники «Эстетик Мед»

Раньше ИЗМЕНИТЬ ФОРМУ ЛИЦА или объёмы тела, разгладить морщины, скорректировать форму носа или устранить какой-либо КОСМЕТИЧЕСКИЙ ДЕФЕКТ можно было только при помощи пластической хирургии. СОВРЕМЕННАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ нашла более простой и безопасный способ решения данных проблем. О некоторых ДЕЙСТВЕННЫХ МЕТОДИКАХ, способных преобразить без скальпеля хирурга, расскажут ВРАЧИ-ДЕРМАТОКОСМЕТОЛОГИ центра медицинской косметологии «Эстетик Мед».

## БЕЗОПЕРАЦИОННАЯ РИНОПЛАСТИКА

Исправить форму носа мечтают многие. Но не все решаются на коррекцию с помощью операции, ведь хирургическая ринопластика – это радикальный способ, после применения которого обратной дороги уже не будет.

Предназначение безоперационной ринопластики – стойкая, но временная коррекция формы носа. С её помощью можно сделать носик правильной формы, исправить горбинку, убрать лишние бугорки или ямки, исправить асимметрию и дефекты кончика носа, устранить острые углы переносицы, избавиться от дряблости кожи. Суть данного способа достаточно проста: под кожу в проблемной зоне вводятся определённые вещества – филлеры, которые играют роль своеобразных имплантов. Также при коррекции могут применяться препараты на основе ботулотоксина (ботокс, диспорт), чтобы сделать нос более узким.

**Преимущества методики:** процедура проводится под местной анестезией, практически безболезненная, короткий период реабилитации, возможность дополнительной коррекции.

## БЕЗОПЕРАЦИОННАЯ ПОДТЯЖКА ЛИЦА

На сегодняшний день круговая подтяжка лица – не единственный способ коррекции возрастных изменений. Рассасывающиеся нити «Силуэт Софт» (Silhouette Soft) – это альтернативный способ быстро и безболезненно помолодеть на 5–10 лет.

После лифтинга кожи нитями «Силуэт Софт» овал лица приобретает более чёткие контуры, пропадают ямки вокруг нижних век, исчезает второй подбородок. Помимо этого разглаживаются морщины, уголки рта приподнимаются, лицо приобретает те черты, которые имело в молодости.

Результат сохраняется минимум 2–4 года, а при должном уходе достигнутое состояние кожи лица может оставаться таким и намного дольше.

**Преимущество методики:** нити изготовлены из биосовместимых материалов, они не вызывают отторжения и аллергических реакций; процедура проводится под местной анестезией; короткий период реабилитации; нитевая подтяжка с помощью «Силуэт Софт» не создаёт неестественно натянутого лица и не изменяет его естественных

очертаний. Процедура нитевой подтяжки лица прекрасно сочетается с уколами ботокса и контурной пластикой.

## БЕЗОПЕРАЦИОННАЯ ЛИПОСАКЦИЯ ЛИЦА

Каждая вторая женщина старше 30 лет имеет проблемы локальных жировых отложений на лице: второй подбородок, малярные мешки, жировые отложения нижней трети. Всё это вызывает эстетическую неудовлетворённость своим внешним видом.

Липоскульптуринг лица комплексным препаратом Meso Sculpt C71 – новаторский инъекционный метод коррекции жировых отложений без хирургического вмешательства. Он эффективно, безопасно и с длительным сохранением эстетической картины позволяет уменьшать объёмы поверхностных жировых пакетов лица и шеи, восстанавливая молодые контуры и овал лица.

**Преимущество методики:** препарат полностью безопасен и безвреден для организма, обладает уникальным и инновационным воздействием на жировую клетку, короткий период реабилитации после процедуры, безболезненное введение.

О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



# ЭСТЕТИКмед

ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ КОСМЕТОЛОГИИ 79-33-09



**ВСЬ МАРТ**  
ТОЛЬКО ДЛЯ ЧИТАТЕЛЕЙ  
«МОДНОГО ГОРОДА»

*НАУКА. ДОВЕРИЕ.  
РЕЗУЛЬТАТ.*

**СКИДКА 10%**

НА ВСЕ УСЛУГИ

Тула, ул. Демонстрации, 1,  
тел. для записи 79-33-09

Подробности на сайте: [estetikmed71.ru](http://estetikmed71.ru)

Лиц. №ЛО-71-01-001153 от 28.03.2014 вид. Мин. здравоохранения Тульской области.  
ООО «Объединение»

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



# Спорт для пользы дела

Любовь Высоцкая, владелица студии и школы перманентного макияжа.

– Как давно Вы и спорт/фитнес – вместе?

– Спорт всегда был в моей жизни в большей или меньшей степени. А около года назад я увлеклась интенсивными нагрузками в спортзале.

– Были ли проблемы, с которыми спорт помог Вам справиться?

– Лишнего веса у меня никогда не было, а вот тонуса мышцам не хватало. Когда я начала заниматься, результат не заставил себя ждать. И это отличная мотивация!

– Расскажите о своём спортивном расписании.

Как часто занимаетесь, где, чем?

– Занимаюсь с фитнес-клубе «Властелин» с инструктором Алексеем Банниковым. Изначальным критерием выбора клуба стал график его работы: мне удобно заниматься с утра, тренировки начинаю в 8.00. И по всем остальным критериям клуб меня абсолютно устраивает: отлично оборудованный зал, зона кроссфита... Трижды в неделю я занимаюсь с тренером силовыми упражнениями: мне гораздо удобнее, когда инструктор подбирает для меня программу занятий и следит за правильностью выполнения упражнений.

– Следите за питанием или можете позволить себе есть всё подряд?

– Не могу сказать, что я абсолютный приверженец правильного питания. Но есть продукты, которые для меня под строгим запретом уже не один год: это майонез, кетчуп, сладкая газировка, колбаса всех видов, белый хлеб, пакетированные соки. Кофе и чай пью без сахара. К питанию отношусь абсолютно спокойно, для меня это своего рода топливо для организма, а не культ. Чем проще еда, тем лучше!

– Случается, что рабочий график настолько плотный, что нет времени позаниматься? Или время на спорт можно найти всегда?

– Да, бывает. Иногда приходится работать с 10 утра до 10 вечера шесть дней в неделю. Но даже при таком графике нахожу время хотя бы дважды в неделю сходить на занятия. Стараюсь не давать себе послаблений, иначе потом очень тяжело втягиваться в этот ритм.

– Ощущаете ли Вы, что спорт влияет и на всю остальную Вашу жизнь, а не только на физическую форму?

– Однозначно спорт влияет не только на тело, но и на сознание. Банальное выражение «заряд бодрости на весь день» также имеет место. После занятий чувствуешь, как всё тело ломит, но в то же время испытываешь внутреннее удовлетворение – я смогла, я сделала это! Сейчас я уже не представляю свою жизнь без фитнеса. Это прежде всего уважение к себе, своему организму и здоровью.





# Включите день. Выключите ночь

Новый Audi A4. Почувствуйте прогресс

Сохраняем выгодный курс. Станьте владельцем нового Audi A4 на привлекательных условиях.



**АЦ Тула**

Официальный дилер Audi

Тула, ул. Рязанская, д. 7  
+ 7 (4872) 71 14 24  
[www.audi-tula.ru](http://www.audi-tula.ru)

Audi Vorsprung durch Technik 



# Спорт для пользы дела

Милана Чупаева,  
основатель танцевального дома VM1.

– Как давно Вы и спорт/фитнес – вместе?

– Занимаюсь танцами с трёх лет. Сначала это были различные танцевальные кружки, потом балльные танцы, далее занималась в Тульском государственном цирке около 6 лет, где работала с колотым стеклом и огнём. Гастролировала по разным странам в качестве циркового артиста (Россия, Италия, ОАЭ, Германия и др.). Работала фитнес-инструктором. После ухода из фитнеса полностью углубилась в современные танцевальные направления, которыми занимаюсь по сей день.

– Были ли проблемы, с которыми спорт помог Вам справиться?

– Разве что в психологическом плане. Когда мне тяжело, танец помогает полностью погрузиться в себя, он избавляет от депрессии и помогает осуществить свои планы.

– Расскажите о своём спортивном расписании. Как часто занимаетесь, где, чем?

– У меня своя школа танцев – Танцевальный дом VM1. Провожу там почти всё время. Тренируюсь 4–5 раз в неделю по 2 часа.

– Какими успехами в спорте можете гордиться?

– Я тренировала танцевальные команды, которые становились чемпионами России, в некоторых из них сама танцевала. Являюсь судьёй 2 категории по версии Hip Hop Unite. КМС по фитнес-аэробике. Двукратная чемпионка России по хип-хопу, многократный призёр различных танцевальных фестивалей.

– Пробуете новые направления?

– В основном развиваюсь в современных стилях. На данный момент занимаюсь стилем под названием dancehall, это танец Ямайки, там он считается уличной культурой. Но стараюсь захватывать разные стили, такие как vogue hip hop house и другие.

– Следите за питанием или можете позволить себе есть всё подряд?

– Не ем мясо уже 5 лет. Вообще никакое, но рыба, сыр, молоко и прочие животные продукты в рационе есть. Никаких принципов, просто в один момент не захотела есть, и всё. Стараюсь не есть после тренировки. И очень люблю сладкое:).

– Ощущаете ли Вы, что спорт влияет и на всю остальную Вашу жизнь, а не только на физическую форму?

– Танцы и есть моя жизнь. Внутри меня всегда были ритмы, и кажется, с совсем маленького возраста я понимала, что во мне живёт танец, без которого я не могу. С детства была мечта открыть свою школу танцев, и она сбылась.







Новые приключения, **НОВЫЕ ОТКРЫТИЯ**, новые эксперименты, новые **ФОРМАТЫ ДНЯ РОЖДЕНИЯ**. Гарантированно будет интересно, даже если вы были у нас **НА ДЕТСКОМ ПРАЗДНИКЕ** раньше.

## ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ В «ЭКСПЕРИМЕНТОРИИ»: **Новый сезон!**



Новые дни рождения в «Экспериментории» – это четыре увлекательные и костюмированные программы.

- День рождения физика. Научные открытия в лаборатории!
- День рождения химика. Химические опыты – своими руками!
- День рождения космонавта. Космические приключения, космическая еда, космические задания!
- День рождения изобретателя. Праздник, на котором воплощаются самые невероятные идеи!

Юных гостей будут сопровождать весёлые аниматоры. Аквагрим, конкурсы, угощения. Дни рождения в «Экспериментории» всегда были интересными, а теперь они стали совершенно незабываемыми!

**Экспериментория: умнеть весело!**





**ЭКСПЕРИМЕНТОРИЯ** МУЗЕЙ ЗАНИМАТЕЛЬНЫХ НАУК

Тула, пр. Ленина, 85, ТДЦ Likërka Loft, 3 этаж.  
Тел. 71-77-76.  
experimentoria.ru



# Секреты любви-2

Друзья мои, продолжаем захватывающий разговор О МУЖЧИНАХ И ЖЕНЩИНАХ. Напоминаю, что статья НАПИСАНА ДЛЯ ЖЕНЩИН и мужчинам категорически запрещается даже подсматривать в статью, а уж тем более читать! Да-да, и тебе тоже! ДУМАЛ, Я НЕ УВИЖУ?;)



**ВСЕВОЛОД  
ТАТАРИНОВ,**  
бизнес-тренер



Fotolia/PhotoXPpress.ru

**К**раткое содержание предыдущей серии:

1. Инстинкты управляют нами, не спрашивая разрешения нашего разума.

2. Мужчины и женщины «заточены» под разные функции, и поэтому различны.

3. Именно на мужчин я возлагаю ответственность, если в семье что-то идёт не так.

Давайте вернёмся к одной из неосознаваемых, но тем не менее невероятно важной программе женщин – подчинение себе внешнего источника ресурсов в семье, мужчины. Напомню, что инстинкты не осознаются, но во многом управляют нашим поведением. Для женщин управление внешним источником ресурсов – дело не праздное, а **ВАЖНЕЙШАЯ** программа выживания потомства!

Несмотря на нашу бессмертную душу и возможность пользоваться смартфонами, мы, как и любой представитель фауны планеты Земля, воспроизводимся, рождаемся и умираем типичным для всех животных образом. Поэтому такой важный биологический процесс, как воспроизводство, занимает значимую часть нашей мотивации.

Кстати, старина Фрейд считал её самой основной, обозвав её либидо. Ну это и понятно, любое органическое существо наподобие нас с вами имеет два выраженных инстинкта: выжить и размножиться.

Ну так вот, дамы, достаточно теории, возвращаемся к вам и вашим любимым мужчинам. Женщина **ВСЕГДА** предпринимает неосознанные действия, а иногда и осознанные, чтобы проверить фактический ранг мужчины. И тот факт, что они в браке лет 30, ничего не меняет. Объясню «на пальцах»: выше ранг у того, кто главный. Тот, кто даёт указания, тот главный. Кто указания выполняет – подчинённый.

Природа задумала, чтобы самка Homo sapiens, в смысле женщина, не только не промахнулась с выбором самца, передав отпрыскам лучшие гены, но и увеличила вероятность выживания потомства, так как высокий ранг гарантирует и еду, и безопасность.

Вот глупые инстинкты! Они и не подозревают о наличии Louboutin, iPhone и прочей радости цивилизации и продолжают «кошмарить» народ по полной! Именно по этой причине женщина будет постоянно тестировать фактический ранг мужчины и пытаться его подчинить, надеясь натолкнуться на стену его твёрдого характера.

Отметим, что, столкнувшись с невозможностью «прожать» мужчину, сознательно

женщина расстраивается, а вот инстинктивно... где положено, порхают бабочки, и мужчина является желанным продолжателем славного рода Homo Sapiens!;

А что же произойдёт, если раз за разом мужчина начинает подчиняться, и, почувствовав «ненастоящего» мужчину, женщина становится главной в семье?

С точки зрения разума это победа, а вот с точки зрения инстинктов – запускается программа, которая не позволяет этой женщине иметь потомство от этого мужчины. Так как иначе будет нарушена святая святых размножения – иметь приплод только от самца более высокого ранга (читай качества) с целью передачи потомству наиболее качественных эволюционных генов.

Это означает, что женщина неосознанно начнёт избегать близости. Помните: «у меня болит голова», «я в последнее время очень устаю на работе», «сейчас не до этого», «давай просто поспим», «у меня нет настроения», «я хочу разобраться в своих чувствах» и так далее.

Тяжела женская ноша... Но выход есть!!! И этот разговор о самом главном мы продолжим в следующем номере...



Иди к главной цели,  
остальные – можно

В **кредит**

- Особые условия надёжным клиентам
- Одобрение кредита за 15 минут

8 (4872) 25-21-91  
г. Тула, ул. Менделеевская, д. 1

8 800 200 95 50  
[rencredit.ru](http://rencredit.ru)



**Ренессанс Кредит**



# Растим чемпионов!

На футбол – только с 7 лет? Нет, в «Чемпионике» В ФУТБОЛ ИГРАЮТ даже 3-летние мальчишки и девчонки! СЕТЬ ФУТБОЛЬНЫХ ШКОЛ для самых маленьких в Туле растёт, развивается, а вскоре устраивает первый большой ДЕТСКИЙ ФУТБОЛЬНЫЙ ТУРНИР!

**Ч**емпионика» – известная федеральная сеть футбольных школ для детей с 3 лет. Приобщать детей к спорту нужно как можно раньше – с этим соглашаются и признанные спортивные специалисты. Своё одобрение работы «Чемпионика» уже высказали такие прославленные спортсмены, как Дмитрий Аленичев и Игорь Акинфеев. Занятия проводятся по методике, разработанной для детей 3–7 лет на основе международного опыта. Это весёлые, увлекательные игровые тренировки, которые помогают прививать любовь к спорту с ранних лет. Тренер определяет индивидуальные способности ребёнка и бережно развивает их в процессе занятий.

Кроме несомненной пользы, которую получают все дети, занимаясь спортом, «Чемпионика» помогает максимально рано выявить детей, талантливых в спортивном, футбольном плане. Школа сотрудничает с детскими академиями «Спартак» и «Зенита», и самые перспективные воспитанники «Чемпионика» регулярно проходят просмотры и получают рекомендации в спортшколы профессиональных футбольных клубов.

Футбол – это игра, соревнование, и воспитанники «Чемпионика» тоже имеют возможность соревноваться со сверстниками из других клубов и даже городов. В мае 2016 года в Туле пройдёт первый в истории нашего региона междугородний тур-



нир среди детских команд 2009–2010 гг. рождения. Мероприятие проводится под руководством Общественной организации «Тульская областная федерация футбола» и посвящено 71-й годовщине Победы в Великой Отечественной войне. «Чемпионика», которая является официальным партнёром и организатором данного мероприятия, соберёт в Туле маленьких спортсменов из разных уголков нашей страны.

Хотите, чтобы ваш ребёнок смог принять участие в этом большом событии? Приводите его заниматься футболом!

Кстати, теперь занятия стали более удобны для жителей разных районов города. Сеть клубов «Чемпионика» пополнилась новой школой – в Пролетарском районе.

**«Чемпионика» – спорт начинается здесь!**



Тула, пр. Ленина, 85.  
Тула, ул. Демидовская, 56-а.  
Тула, ул. Ложевая, 125-а.  
Ясногорск, ул. Щербина, 1.  
Тел. 8-910-580-90-00.  
vk.com/club94373606  
e-mail: aleksandra.tatarinova@championika.ru

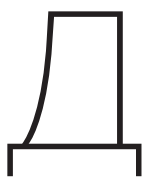
ИП Татаринова А. А.



# Держи курс НА РАЗВИТИЕ!



Тратить меньше, работать лучше, ЗАРАБАТЫВАТЬ БОЛЬШЕ – эти задачи для многих компаний сегодня ОСОБЕННО АКТУАЛЬНЫ. И они полностью совпадают с теми решениями, которые предлагает Дом.ru Бизнес. Современные телеком-сервисы ПОЗВОЛЯТ КОНТРОЛИРОВАТЬ и повышать качество услуг, наращивать клиентскую базу, увеличивать прибыль – то есть РАЗВИВАТЬ БИЗНЕС! А пакетные предложения помогут значительно снизить расходы. Как – рассказывает Дмитрий Юдин, директор по b2b Дом.ru Бизнес в Туле.



**Дмитрий, какие услуги предлагает Дом.ru Бизнес?**

– Мы уже давно не ограничиваемся только предложением провести интернет в офис или обеспечить его телефонией. Мы предлагаем «облачные» решения, такие, как АТС и видеонаблюдение, а также высокоскоростной Wi-Fi Hot Spot.



**Облачная АТС** – современная IP-телефония, с помощью которой можно повысить эффективность бизнеса. В задачи сервиса входит накопление статистики звонков, а также их запись, что позволяет проводить постоянный мониторинг интенсивности и качества работы сотрудников. Вы не пропустите ни одного звонка клиента благодаря настройке переадресации и очереди вызовов.



**Видеонаблюдение** как услуга уже давно вышла за рамки просто обеспечения безопасности. Обращаясь к видеоархиву, вы сможете проводить обучение сотрудников, показывая им спорные ситуации в офисе или магазине. Контролировать работу персонала станет легче. Также видеонаблюдение позволяет оценить такой



параметр, как поток клиентов.

**Wi-Fi Hot Spot** – эффективное решение для сферы HoReCa. Услуга предполагает бесплатный доступ в интернет по сетям wi-fi на скорости 3 Мбит/с для каждого посетителя.

Все эти услуги можно получить в рамках пакетных предложений: они подбираются под потребности компании и позволяют оптимизировать затраты.

**– Объясните, в чём выгода подключения пакета услуг?**

– Чем больше услуг в пакете, тем больше скидка на абонентскую плату. При подключении двух услуг скидка составляет до 20%.

Мы разработали систему, благодаря которой даже не специалисты в IT смогут сформировать свой пакет услуг и в режиме online увидеть выгоду. Это система-конфигуратор на сайте [www.b2b.domru.ru](http://www.b2b.domru.ru), в которой клиент выбирает нужные ему телеком-услуги, сразу видя их стоимость и размер скидки.

**– Как вы оцениваете потенциал пакетных предложений?**

– Многие клиенты получают телекоммуникационные услуги от разных компаний, то есть оплачивают как минимум два счёта, обращаются в две техподдержки и так далее.

Это неудобно. Сегодня клиенты (у многих из которых в штате нет IT-специалистов) всё чаще принимают решение в пользу пакета услуг от одного провайдера. Это обеспечивает им удобный интерфейс взаимодействия, единую точку входа и лёгкое управление всеми своими услугами. Мы предлагаем услуги «Дом.ru Бизнес» на базе единой сети, круглосуточно ведём мониторинг оборудования и обеспечиваем техподдержку, поэтому можем гарантировать высокое качество услуг.

**– Какие ещё сервисы позволяют клиентам самостоятельно управлять услугами?**

– Нашим клиентам доступна система электронного документооборота, которая оптимизирует процесс обмена документами. Через личный кабинет пользователь может установить настройки и выбрать тарифный план для каждой подключённой точки доступа в Интернет.

Кроме того, в личном кабинете реализована возможность печати закрывающих документов и просмотр сервисных заявок и обращений, автоплатеж, обещанный платёж, которые позволяют решать вопросы с оплатой, не выходя из офиса. А детализация баланса и анализ статистики использования услуг позволяют контролировать свой бизнес

Напомним, что выбрать свой пакет услуг для бизнеса можно на сайте [www.b2b.domru.ru](http://www.b2b.domru.ru).



# Модный гаджет



**АЛЕКСЕЙ ГОЛЫШЕВ,**  
основатель  
и руководитель  
компании VR Travel

В этом году нас ждёт много ИНТЕРЕСНЫХ СОБЫТИЙ в мире высоких технологий, и мы постараемся помочь вам СОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В РАЗНООБРАЗИИ hi-tech устройств. Одним из самых интересных трендов 2016 года станет ВИРТУАЛЬНАЯ РЕАЛЬНОСТЬ. И связано это с выходом на рынок потребительских версий vr-очков от основных игроков. Мы предлагаем вам ознакомиться С САМЫМИ ИНТЕРЕСНЫМИ ДЕВАЙСАМИ, которые появятся уже совсем скоро.



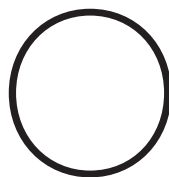
Sony PlayStation VR.



Oculus Rift.



VR Travel HMD.



culus Rift – устройство, обеспечившее второе рождение виртуальной реальности.

Поставки очков начнутся 27 марта, а предзаказ можно оформить уже сейчас по цене 599\$, за которые вы получите очки, камеру для позиционного трекинга и контроллер xbox one. Но не забывайте, что для того, чтобы погрузиться в виртуальные миры с Oculus Rift, вам придётся потратить ещё примерно 1000\$ на мощный компьютер. К сожалению, поставки в Россию пока не планируются.

Sony PlayStation VR является ещё одним очень интересным предложением. Очки, как вы уже наверно поняли, подключаются к игровой консоли PlayStation 4. Гаджет должен появиться в продаже в этом году, стоимость, по предварительным данным, будет колебаться от 500 до 800 вечнозелёных.

HTC Vive – это целая система виртуальной реальности, которая включает в себя очки, две базовые станции, чтобы отслеживать ваше положение в комнате, и два пространственных контроллера для определения движений рук и взаимодействия с виртуальными мирами. В продаже устройство появится, скорее всего, в апреле, а вот его стоимость, по предварительным оценкам, может достигать 1500\$.

Для тех, кого испугали цифры ценников на предыдущие гаджеты, но кто всё же хочет воспользоваться технологиями не только виртуальной, но и дополненной реальности, существует большое количество гарнитур для смартфонов. Среди них есть и очки от тульских разработчиков – VR Travel HMD Mobile, которые обладают интересными характеристиками при

стоимости в 3500 р. При желании вы можете самостоятельно распечатать их на 3D-принтере.

Гарнитуру уже можно заказать на сайте разработчиков или получить абсолютно бесплатно, приняв участие в конкурсе от журнала «Модный город» и VR Travel Lab. Всё, что вам нужно сделать, – это скачать приложение

«Модный город AR», направить смартфон на эту страницу, сделать скриншот с кодовым словом и опубликовать его на странице <https://vk.com/vrtravellab>, предварительно вступив в группу. Победитель будет выбран с помощью генератора случайных чисел.

Будущее уже здесь, и это не фантастика.



HTC Vive – система виртуальной реальности.



ОТКРЫТЫЙ ЧЕМПИОНАТ  
ПО СКОРОСТНОМУ ПОЕДАНИЮ ПРОДУКТОВ



# СУПЕР ОБЖОРА

Финал  
**1 АПРЕЛЯ**



ГЛАВНЫЙ ПРИЗ  
★ **ВЕЛОСИПЕД** ★  
а также призы каждому участнику

Заявки на участие принимаются в «Пиццерии на Красноармейском»  
по адресу: г.Тула, Красноармейский проспект, 8, телефон 30-26-36,  
на сайтах: [radiovtule.ru](http://radiovtule.ru) и [pizzatula.ru](http://pizzatula.ru)

**ПИЦЦЕРИЯ**  
на Красноармейском







# *Азия вам на здоровье!*

ПАНАЗИАТСКАЯ КУХНЯ как нельзя лучше соответствует канонам здорового питания: в ней БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ОВОЩЕЙ, минимальная обработка продуктов, разнообразные специи, способствующие пищеварению, а ТРАДИЦИЯ ЕСТЬ ПАЛОЧКАМИ исключает переедание. Шеф-повар ресторана «Сушин сын» Александр Ткаленко посвятит вас В ТАЙНЫ КИТАЙСКОЙ и японской кулинарии.



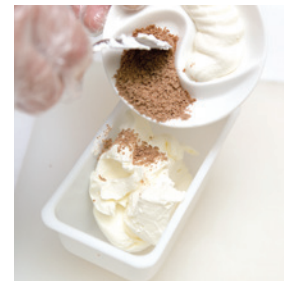


**АЛЕКСАНДР  
ТКАЛЕНКО,**  
шеф-повар  
ресторана  
«Сушин сын»



#### СЛАДКИЕ РОЛЛЫ «ШОКЕР»

- Рисовая бумага
- Сыр сливочный
- Шоколад молочный
- Яблоко
- Банан
- Сахарная пудра



1. Шоколад натираем на мелкой тёрке. Перемешиваем со сливочным сыром. Добавляем немного сахарной пудры.
2. Сырно-шоколадную смесь выкладываем на лист рисовой бумаги.
3. Добавляем нарезанные яблоко и банан.
4. Аккуратно сворачиваем ролл.
5. Желательно около часа выдержать ролл в холодильнике и только после этого нарезать.

**Вок – это глубокая сковорода в форме полусферы. Блюда в воке обычно готовятся на сильном огне, и при правильной технологии они не пережариваются, готовятся очень быстро, что позволяет по максимуму сохранить в продуктах витамины и микроэлементы.**



#### ЦЫПЛЁНОК В ОСТРОМ СОУСЕ В ВОКЕ

- Куриное филе
- Соус кимчи
- Соус чили сладкий
- Соус терияки
- Кунжутное масло
- Перец болгарский
- Ананас (консервированный)
- Лапша харусаме («стеклянная»)
- Для кляра – мука, яйцо

1. Отвариваем лапшу.
2. Готовим кляр: смешиваем яйцо и муку. Обваливаем в кляре кусочки курицы.
3. Обжариваем курицу во фритюре до лёгкого золотистого цвета.
4. Нарезаем небольшими кусочками перец, ананас.
5. Разогреваем в воке кунжутное масло, обжариваем на сильном огне перец, ананас, добавляем соусы кимчи и чили. Закладываем в вок отваренную лапшу, перемешиваем с остальными ингредиентами, прогреваем 1–2 минуты.
6. Выкладываем блюдо на тарелку. Украшаем соусом терияки и кунжутом.





## ОДИН ГОД. ТАКИЕ ДЕЛА!



Ресторан «Другое Дело» 25 февраля отпраздновал свой первый день рождения. За год заведение стало верным проводником в мир крафта для многих ценителей хороших напитков. Было много приятных событий, интересных вечеринок, изменений, вкусных новинок. Но главное – «Другое дело» и его гости успели полюбить друг друга. На именинах все присутствующие предавались веселью громко и с размахом, подзадориваемые любимой музыкой от Rom'n'Rol, шутками от ведущего Александра Волкова, эксклюзивными сортами напитков, сюрпризами и подарками.

Фото: Светлана Колоскова.

**1, 6, 13** Гости вечера; **2** Елена с супругом; **3** Дарья и Юлия; **4** Сергей и Ксения; **5** Праздничный торт от шеф-повара; **7** Марина, Анастасия, Нелли; **8** Кавер-бэнд Rom'n'Rol; **9** Артём, Джулия и Екатерина; **10** Управляющий рестораном Амик Григорян (по центру) и гости вечера; **11** Коллектив ресторана «Другое дело» и ведущий Александр Волков; **12** Участники конкурса и ведущий Александр Волков.



# МЫ ПЕРЕВЕРНЁМ ВАШ ПРАЗДНИК С НОГ НА ГОЛОВУ!



Звоните: 8-920-271-30-66, 8-920-771-04-03  
vk.com/romroll instagram:@romroll

# ROM N'ROLL



# Пиццу заказывали?

Каждого из нас МОЖНО НАЗВАТЬ ЗНАТОКОМ итальянской кухни – ведь мы так любим пиццу! Ароматный, ГОРЯЧИЙ КУСОЧЕК ИТАЛИИ сегодня В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ СУТОК может приехать к вам домой, ПОРАДОВАТЬ РАЗНООБРАЗИЕМ ингредиентов и богатством вкусов. Мы подскажем, где готовят вкусную пиццу и ДОСТАВЛЯЮТ ЕЁ МАКСИМАЛЬНО БЫСТРО!



Ул. Октябрьская, 16, с 10.00 до 23.00.  
Красноармейский пр., 17-а, вс.-чт.  
с 10.00 до 23.00, пт.-сб. с 10.00 до 01.00.  
Ул. Демонстрации, 1-а, круглосуточно.  
Единая справочная служба: тел. 555-888.  
mamamia-pizza.ru



## Comedy Cafe

Мы собрали в нашем меню доставки всё, что вы так любите. Это **более 30 видов пиццы** – пробуй новую каждый день! Для любителей **японской кухни** мы готовим роллы, бигроллы, тёплые роллы, лапшу с овощами, мясом, морепродуктами. А ещё у нас есть хороший выбор салатов, блинчики, картошка фри и многое другое. Всё свежее, питательное, недорогое. Готовим вкусно, доставляем быстро! **Доставка по Туле бесплатная.**

Также всегда рады видеть вас в нашем Comedy Cafe в ТРЦ «РИО».  
**Comedy Cafe – попробуй юмор на вкус!**  
comedycafe-dostavka.ru



**Ароматная пицца с вкуснейшей начинкой – круглосуточно в «МаМа МИА».**

Круглые сутки мы готовим для вас пиццу с большим разнообразием начинок и огромный ассортимент вкусных блюд – от супов до десертов и приглашаем вас в любое время дня и ночи отдохнуть в уютной обстановке нашего кафе.

Быстрая и круглосуточная доставка любых блюд.

**Эксклюзивная новинка – сладкая пицца.**

**Только у нас – коно-пицца, пицца в стаканчике из теста.**

Удобно есть, удобно взять с собой!

**COMEDYCAFE**  
КОМЕДИ КАФЕ

Тула, ул. Пролетарская, 22, ТРЦ «РИО».  
Тел. 8 (4872) 55-28-20, заказ столика: 8 (4872) 55-28-20.  
Тула, ул. Советская, 47, ТРЦ «Гостиный двор». Тел. 8 (4872) 252-292.  
**Доставка с 10:00 до 22:00. Тел. 8 (800) 555-85-44.**





**МЫ ОТКРЫЛИСЬ!**

ОТЛИЧНЫЙ КОФЕ  
СОБСТВЕННОЙ ОБЖАРКИ

*По адресу*

**ПРОСПЕКТ ЛЕНИНА, 30**



## HAPPY BIRTHDAY, PUBLIC!



Два дня, 18 и 19 февраля, ресторан PUBLIC праздновал свой день рождения, искрясь фейерверками на праздничных тортах. Вот уже два года современный европейский ресторан PUBLIC радует нас приятной атмосферой, отменной кухней и отличным обслуживанием, устраивает яркие праздники и солнечные вечеринки, знакомит гостей с кулинарными фаворитами балканской кухни и дарит всем хорошее настроение. Всё самое интересное за прошедшие два года было сконцентрировано в этих праздничных двух днях: PUBLIC подарил гостям своего праздника отличную музыку от московского диджея Alex Fresh, искромётный юмор от участника Comedy Батл Алексея Кузнецова, вкуснейшие угощения от шеф-повара Драгослава Янкулоски, розыгрыши и приятные сюрпризы. С днём рождения, PUBLIC!

© С днём рождения, PUBLIC!

Фото: Андрей Варенков.

**1** Анна Талышева, Сергей Иванов, Денис Демидов, Юлианна Демидова; **2** Маленькие гости праздника; **3** DJ Alex Fresh и Александр Волков; **4, 5, 7, 9, 11** Гости праздника; **6** Яшар Бабаев, Ангелина Полосина; **8** Александр Волков; **10** DJ Alex Fresh; **12** Коллектив Jazzophrenia, солистка Татьяна Кирилович.





Тула, ул. Демонстрации, 22.  
Заказ столиков по телефону 707-227  
и на сайте: [yourpublic.ru](http://yourpublic.ru)

**13** Шеф-повар Драгослав Янкулоски; **14-16, 18, 19, 22** Гости праздника; **17** Алёна Марушева с супругом; **20** Праздничные торты с огоньком; **21** Наташа Тасевска, Наталья Гуляева.



# «Тарелка» с новыми идеями



Амик Григорян,  
генеральный директор сети кафе «Тарелка».

Сеть кафе «Тарелка» сейчас переходит на НОВЫЙ ЭТАП в своей жизни. НОВАЯ КОМАНДА, новая концепция и новые идеи – для того, чтобы сделать наш с вами ОТДЫХ ЕЩЁ ЯРЧЕ И ВКУСНЕЕ. О переменах в «Тарелке», случившихся и будущих, мы говорим с Амиком Григоряном, ГЕНЕРАЛЬНЫМ ДИРЕКТОРОМ сети кафе «Тарелка».



**К**акое оно для Вас, идеальное кафе? – Их так много... Они все такие разные... И каждый ищет то место, где будет чувствовать себя наиболее комфортно. Одним необходим свежий дизайн, оригинальность. Для других это место, где можно вкусно покушать и есть анимация для детей. Третьим – просто очень быстро перекусить. В каждом районе нашего города ежегодно открываются всё новые и новые заведения. Кафе «Тарелка» – это прежде всего место для отдыха! И неважно, пришли ли вы к нам с шумной компанией друзей, чтобы повеселиться, или провести тихий семейный вечер, или забежали пообедать и попутно решить пару рабочих вопросов. Главная наша задача – организовать деятельность так, чтобы без внимания не остался ни один гость. Мы открыты для диалога с нашими гостями, любой желающий может присылать свои предложения

и идеи по организации «идеального кафе» на страницы «Тарелки» в социальных сетях. Комфорт в нашу жизнь приходит тогда, когда мы над этим работаем вместе.

– **«В новый год с новыми идеями» – так звучит сейчас ваш лозунг. Новые идеи – это про что?»**

– Во-первых, это смена направления концепции работы кафе «Тарелка». С момента открытия в 2012 году это было сетевым форматом работы, с конца 2015-го – принимается статус семейного кафе. Задающими тон развития останутся «Тарелка» в ТРЦ «Гостиный двор» и «Совершенно летняя «Тарелка» в Белоусовском парке, а далее в каждом «спальном» районе нашего города планируется открыть уютное кафе, где будет недорого, вкусно, качественно, с обязательным присутствием детского городка

и аниматора. Примером может служить «Тарелка» в ТЦ «Лагуна». Вам не придётся ехать в центр, так как будет возможность в своём районе скрасить досуг в кругу семьи, друзей, и это всё в шаговой доступности.

Во-вторых, в организации таких кафе мы готовы сотрудничать с предпринимателями, владеющими собственными или арендованными площадями, но не имеющими опыта организации и ведения предприятий общепита. Мы предоставляем возможность приобрести франшизу с идеальной системой контроля, оптовыми закупками пищевой и алкогольной продукции, бухгалтерским, юридическим и консалтинговым обслуживанием компанией CRC Project, сезонным обновлением меню шеф-поваром и помощью в подборе персонала. Все подробности можно узнать на нашем сайте.





**– Какой рейтинг на сегодняшний день у кафе «Тарелка»?**

– Начинали уверенно и вскоре вышли на достаточно высокую позицию в рейтинге существующих кафе г. Тулы и области. Но, к сожалению, темп развития постепенно снижался, был допущен ряд ошибок, повлекших убыточность некоторых кафе. После подведения итогов первого полугодия 2015 года нашим инвестором было принято решение о смене команды кафе «Тарелка». К ноябрю 2015-го был сформирован коллектив, который запустил программу реконструкции бизнеса. На сегодняшний день мы закрыли как убыточные два объекта «Тарелка» – на проспекте Ленина, 54-а и на Красноармейском проспекте, 10. Наша основная концепция – ориентация на потребителя, а если он будет доволен, то рейтинг будет расти и расти. Поэтому рады представить вам нашу новую команду.

**– Познакомите?**

– Конечно! Это наш шеф-повар Юрий Семушкин, маркетолог Виктор Решетов. У нас действительно собралась команда профессионалов. Мы уже запустили новое меню, а также детское меню для наших самых маленьких гостей, дав второе дыхание нашему кафе, сделав его не просто «быстрой закусочной», а любимым местом многих туляков. Новые обеды от нашего шеф-повара уже полюбили гости. Каждые выходные стараемся организовывать бесплатную детскую программу с весёлым аниматором. И это, конечно, ещё не все наши идеи. Стараемся двигаться и развиваться.

**– А что вы можете предложить своей целевой аудитории?**

– Сейчас бренд «Тарелка» объединяет три кафе. Основным флагманом, который будет отличаться от других точек кафе, является «Тарелка» в ТРЦ «Гостинный двор». Изюминкой кафе считается тот факт, что оно распо-

ложено в центре города, в самом известном торговом центре Тулы, в шаговой доступности от кинотеатра «КиноСити», одного из лучших в городе. Во-первых, вы сможете забежать на чашечку кофе перед просмотром кино или прекрасно отдохнуть после шопинга. Наличие летней веранды делает нас ещё интереснее по отношению к конкурентам. Не многие заведения города Тулы могут похвастаться такой зоной комфорта, возможностью отдыха на свежем воздухе, где по выходным играет диджей, уютная мягкая мебель и внимательный персонал, разве можно желать чего-то большего! Второе кафе – «Совершенно летняя «Тарелка» в Белоусовском парке – любимое место отдыха туляков и гостей нашего города. Благодаря воздушности и прозрачности конструкции кафе легко может возникнуть ощущение, что вы находитесь на пикнике за городом. Только шашлык не нужно готовить самому: его и другие вкуснейшие блюда приготовят наши повара и подаст за ваш столик вежливый и обходительный официант.

Третье кафе находится в ТЦ «Лагуна», в Пролетарском районе. Наличие детского городка делает его более семейным, активным и востребованным нашими самыми маленькими и долгожданными посетителями. На выходных у нас проводится детская программа с различными мастер-классами, работает внимательный аниматор. Мы уже получили много позитивных отзывов и предложений, которые стараемся воплотить в жизнь. Наши новые проекты семейного досуга уже не за горами!

**– Мне всегда было интересно, как проходит набор персонала в кафе и рестораны, ведь в городе невозможно получить специальное образование, но при этом все хотят квалифицированный и достойный персонал. Расскажите, что думаете?**

– Встречают по одежке, как говорят. Так и в нашей сфере. Официант – это лицо любого заведения. Поэтому к вопросу по набору персонала мы относимся очень серьёзно. Ведь зачастую мнение о каком-либо заведении складывается по работе официанта. Именно его вы встречаете первым в нашем кафе, именно он задаёт вам настроение, с которым вы присаживаетесь за стол и делаете заказ. Он может быстро порекомендовать вам что-либо, задав всего несколько вопросов о ваших вкусовых пристрастиях. Это нелёгкий труд. Ведь он является своего рода проводником между гостем и поваром, поэтому именно ему зачастую высказывают негативные отзывы о блюде и дают советы, как его лучше приготовить. Поэтому пункт «стрессоустойчивость» – один из главных в анкете при приёме на работу на должность «официант». Ну и конечно, внимание, честность, ухоженность, хорошее настроение, желание развиваться в одной из престижных компаний в Туле.

**– Продолжите фразу: вы обязательно должны посетить кафе «Тарелка», потому что...**

– Вы обязательно должны попробовать наше новое меню, отвести ребёнка на детский праздник, да и просто провести время в лёгкой, уютной атмосфере, которая позволит отключиться от забот и насладиться приятным отдыхом!

Тула, ул. Кирова, 23-а,  
ТЦ «Лагуна», 3 этаж.  
Заказ столов: 8 (4872) 71-72-71.  
Ул. Советская, 47, ТРЦ «Гостинный двор», 5 этаж. Заказ столов:  
8 (4872) 71-73-71.  
«Тарелка» совершенно летняя  
(Тула, ЦПКИО им. П.П. Белоусова)  
8 (4872) 71-76-60.



тарелка  
ЭТО КАФЕ





# ВАША РОСКОШНАЯ СВАДЬБА «ПОД КЛЮЧ»!

Мы сделаем всё, чтобы ваша свадьба в «Сударе» была незабываемой – красивой, весёлой, вкусной, интересной. Воплотим все ваши мечты, возьмём на себя все хлопоты, связанные с организацией торжества: украшение зала, банкет, развлекательную программу, номер для молодожёнов. Доверьтесь «Сударю» и наслаждайтесь праздником в самый счастливый день вашей жизни!







## РОМАНТИКА ДЛЯ ДВОИХ



Ресторанно-гостиничный комплекс «Сударь» приглашает вас на ужин по системе «всё включено». Для вас – романтическая атмосфера, изысканный интерьер обновлённого зала на третьем этаже ресторана. Располагайтесь с комфортом, наслаждайтесь многогранными вкусовыми ощущениями и уютной атмосферой!



Тула, ул. Демидовская, 19.  
Заказ столиков по телефонам:  
8-920-744-00-81, 47-00-81  
[www.sudar71.ru](http://www.sudar71.ru)



# Расслабься. Будь счастлив

Лёгкая СПОКОЙНАЯ МУЗЫКА, приглушённый свет, мягкие кресла – в атмосфере лаунж-кафе так легко расслабиться, ЗАБЫТЬ ОБО ВСЁМ, что тревожит, и наслаждаться только этим прекрасным вечером. Места для КАЧЕСТВЕННОГО РЕЛАКСА в Туле – в обзоре «Модного города».



Современное место для отдыха в самом центре города, где вы можете расслабиться и получить удовольствие от ароматов по низким ценам.

Зал, рассчитанный на 30 человек, оформлен в оригинальном, новом для города стиле. Для всех желающих в зале размещена VIP-комната, где вы сможете расположиться компанией до 10 человек.

Мы предлагаем вам большой выбор настольных игр, ароматных чаёв, вкусных сладостей, свободный доступ к сети wi-fi.

Хорошее обслуживание, высокое качество предоставляемых услуг, приятная музыка не оставят равнодушным даже самых истинных гурманов.

ЗаТУМАНИм этот город вместе!



Тула, ул. Гоголевская, 58.  
Телефон: 8(905)622-22-40.  
<http://vk.com/tumantula>

ИП Дворкин К.А.



Puzzle Bar – это кусочек моря, солнца и хорошего настроения. Открыв его дверь, вы войдёте из тульского ненастья в настоящее лето, где тепло, весело и даже есть свой песчаный пляж.

Puzzle – больше, чем бар или кафе: это клуб в изначальном понимании этого слова. Место, где постоянно собираются друзья и знакомые, с уютной домашней атмосферой.

Мы любим хороший чай и кофе и предлагаем вам их отборные сорта. И конечно, ароматы, разные и только качественные. Регулярно будут проводиться мастер-классы по приготовлению.

У нас представлен огромный выбор настольных игр, чтобы вы могли интересно провести время с друзьями.



Тула, Красноармейский проспект, 14.  
Email: [info@puzzlebar.ru](mailto:info@puzzlebar.ru)  
Телефон: 8 (980) 727-95-57.  
ВРЕМЯ РАБОТЫ: 12:00 - 3:00.

ООО "Пазлбар"

©Пазл бар



THE OFFICE Nargilia Lounge – АРОМАтека от легендарной сети Nargilia в самом центре города. Вас ждёт богатый выбор паровых коктейлей и их компонентов из различных уголков мира и фирменный музыкальный стиль The OFFICE Music.

Окунитесь в необычный футуристичный дизайн: космические мотивы, светящиеся предметы интерьера, фирменное концептуальное меню – всё это создаёт уникальную атмосферу The OFFICE. Отдохните в приятной атмосфере, попробуйте новые ароматы, создание которых для нас – настоящее искусство.

Nargilia – это лаунж-зона, в которой есть всё для приятного отдыха! Ждём всех ценителей качественных оригинальных паровых коктейлей.

Тула, ул. Пушкинская, 23-а, тел. 79-29-95.  
Режим работы: с 15:00 до утра.



ИП Коваленко А.Н.

©Офис Наргилия Лаунж



ДВОРЯНСКИЕ ОБЕДЫ  
ОТ БРЕНД-ШЕФА  
АЛЕКСАНДРА МОРОЗОВА

330  
₽

С ПОНЕДЕЛЬНИКА  
ПО ПЯТНИЦУ  
С 12.00 ДО 17.00

ООО «Олимпик»



“С почётом к традициям  
русского гостеприимства.  
Отражая современные  
мировые тенденции...”



**ВПЕРВЫЕ В ТУЛЕ!!!**  
ВОСКРЕСНЫЕ БРАНЧИ  
“ПИР БЕЗ ГРАНИЦ”  
формат шведского стола

- ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАЗДНИКОВ
- ЧАЕПИТИЕ ЗА САМОВАРОМ
- МАСТЕР-КЛАССЫ



# СТЕЧКИН 03/16

**4** ПЯТНИЦА  
22:00

VS (ВИНИЛОВЫЙ ВЕЧЕР)

**5** СУББОТА  
20:00

«ОБЕ ДВЕ» (ЕКАТЕРИНБУРГ)

**6** ВОСКРЕСЕНЬЕ  
21:00

RUSTY SHARKS (С-ПБ)

**7** ПОНЕДЕЛЬНИК  
18:00-3:00

WOMEN'S NIGHT

**8** ВТОРНИК  
19:00

ДЖАЗОВЫЙ ВЕЧЕР  
С ГРУППОЙ TICKET TO THE JAZZ (ТУЛА)

**11** ПЯТНИЦА  
21:00

THE WISEGUYZ (ХАРЬКОВ)

**12** СУББОТА  
21:00

«ОБЕЗЬЯНЫ.COSMOS» (ТУЛА)

**13** ВОСКРЕСЕНЬЕ  
19:00

ДЖАЗОВЫЙ ВЕЧЕР С ГРУППОЙ  
«FULL MOON JAZZ BAND» (МОСКВА)

**18** ПЯТНИЦА  
20:00

ДЕНЬ СВЯТОГО ПАТРИКА  
С ГРУППОЙ «ТИНТАЛ» (МОСКВА)

**19** СУББОТА  
21:00

ALINA OS (МОСКВА)

**20** ВОСКРЕСЕНЬЕ  
19:00

«САМОЕ БОЛЬШОЕ ПРОСТОЕ ЧИСЛО» (С-ПБ)

**25** ПЯТНИЦА  
22:00

ФАНК ПОСЛЕ ПОЛУНОЧИ

**26** СУББОТА  
21:00

J.HELLBOY (МОСКВА)

**27** ВОСКРЕСЕНЬЕ  
19:00

ДЖАЗОВЫЙ ВЕЧЕР  
С ГРУППОЙ TICKET TO THE JAZZ (ТУЛА)

ТУЛА, ПРОСПЕКТ ЛЕНИНА 85  
ТЕЛЕФОН +7 (4872) 25-22-86  
ВС-ЧТ 12:00-1:00, ПТ-СБ 12:00-3:00  
СТЕЧКИНВАР.RU

18+



# FOOD AND ART

Еда и искусство



Утиная грудка  
с бальзамическими  
жемчужинами  
и свекольной пеной.  
450 Р



# Каждый вечер – в тропики!

После целого дня, проведённого в мрачной ТУЛЬСКОЙ НЕПОГОДЕ, вас ждут вечера в настоящем необитаемом тропическом раю! По ТНТ с 8 февраля идёт КОМЕДИЙНЫЙ СЕРИАЛ «Остров», а вместе с ним – белоснежные пляжи, лазурное море, сочная зелень... И восемь героев, ПРИКЛЮЧЕНИЯ И ВЗАИМООТНОШЕНИЯ которых вызывают безостановочные приступы смеха!

**Н**а самом деле остров, конечно, обитаемый: это один из Сейшельских островов, туристический рай, где всегда хорошая погода, нет тропических болезней, хищников, ядовитых насекомых. Четыре месяца восемь главных героев и съёмочная группа безвылазно провели в этом благословенном уголке, снимая 24 серии нового ситкома.

Для тех, кто ещё не успел проникнуться историей, краткий сюжет: четыре девушки и четверо парней становятся участниками реалити-шоу по выживанию на необитаемом острове. Стремясь выиграть приз в 3 миллиона (а он достанется только одному), они начинают плести интриги, ссориться, выполнять задания, не подозревая, что... их никто не снимает! Яхта со съёмочной группой взорвалась в самой первой серии...

Авторы сериала собрали в числе «участников реалити-шоу» самые разные типажи: дочка богатого папаша, красивая стерва, грубоватая провинциалка, романтическая



рыжая особа, «мачо с интеллектом пятиклассника», маменькин сынок, есть даже инвалид-колясочник, считающий себя умнее и хитрее всех... Наблюдать за их взаимоотношениями – смешно просто до упаду! Один из авторов всего этого веселья и одновременно герой сериала, Денис Косяков, приехал в Тулу вместе с 16-летней актрисой Анфисой Вистингаузен перед премьерой, чтобы рассказать о съёмках, обезьянах, грязевых бассейнах и других тропических радостях.

– Весь 2015 год мы провели в тропиках. Как «Игра престолов», снимались во всех частях света: начали в Доминикане, продолжили в Москве, улетели на Сейшелы и ещё чуть-чуть досняли в Таиланде – пришлось ехать туда для съёмок сцен с обезьяной, потому что на Сейшелах эти животные

запрещены. В целом нам было неплохо. Тяжело, но неплохо!

– *Случались ли во время съёмок экстремальные ситуации, не предусмотренные сценарием?*

– Их было множество, но один случай – просто ужасающий. Нам несколько раз пришлось переснимать сцены на яхте, потому что чуть не такое освещение – и этот райский остров превращался в остров проклятых, на него было страшно смотреть. Мы долго «ловили» небо, наконец всё сняли, и вдруг на обратном пути нас настигает шторм! Огромная туча, молнии, волны, и голос режиссёра: «Останавливаемся, достаём камеры, будем снимать грозу!» Это было реально страшно, но в итоге не вошло в монтаж. Мы рисковали жизнью зря!

Актёры сериала «Остров» Денис Косяков и Анфиса Вистингаузен.



Смотрите тропический комедийный сериал «Остров» в 20:30 на ТНТ!



Было непросто ещё и потому, что вся группа была на острове безвылазно 4 месяца подряд. Никто не мог съездить к семье. Бывало, что работали без выходных. Подобных экспедиций, пожалуй, ещё не было в России.

– **Был момент притирки у актёров?**

– В таких условиях, когда люди надолго оказываются в одном достаточно ограниченном пространстве, они либо ссорятся и в конце концов ненавидят друг друга, либо становятся командой. У нас получился второй вариант. Мы с ребятами до сих пор общаемся, а во время съёмок объездили вместе весь остров. Теперь знаем, где купить русскую гречку, где находится единственный кинотеатр. Кстати, этот остров сами сейшельцы называют раем, работать здесь и одновременно отдыхать было замечательно. Всё шло очень легко, даже в последний месяц, когда все подустали.

– **Как в сюжете комедийного сериала появился инвалид?**

– Его ни в коем случае не назовёшь инвалидом: он абсолютный супергерой! Но со своим нюансом. Да, Костя не ходит, но ведь супергерою это не мешает.

Вообще каждый персонаж «Острова» не только смешит, но и отчасти вызывает жалость – ведь в России любовь без жалости невозможна. Так вот, каждого героя жалко, потому что каждый по-своему одинок. И чтобы перестать быть одинокими, им пришлось остаться совершенно одним, как бы парадоксально это ни было.

– **А что стало с вашей съёмочной площадкой после окончания проекта?**

– Он не окончен! Мы уже вовсю пишем второй сезон. Нам, чёрт побери, очень нравится то, что есть и что будет!



**«На Сейшелах – неписаная красота: кажется, что если сейчас умереть и попасть в рай, то ничего не изменится. Всё, что растёт, – общее. Всегда тепло. Люди элементарно не знают, что такое работа: нам пришлось взять туда своих водителей, поваров, буквально всех...»**

Александр Наумов, режиссёр, продюсер сериала.

Что касается площадки, мы построили её с нуля. Там были просто огромные валуны, которые пришлось взрывать, копать котлован под бассейн, строить всю эту неземную красоту. Сейчас всё это принадлежит людям, которые владеют землёй. Мы им сделали колоссальный подарок: это идеальное место для экотуризма, там нет даже электричества. Надеюсь, они ещё пустят нас туда снимать. А пока площадка пустует, хотите отдохнуть – езжайте!



Фото предоставлено ТНТ. © ИС/ИИ/000



# С ВАШИМ ДНЕМ, МУЖЧИНЫ!



Фото: Дмитрий Дзюбин.

В баре Check-In 20 февраля поздравляли самых сильных, отважных, самых лучших наших защитников – любимых мужчин. Настроение создавали кавер-бэнд «БанкНоты» и шоу-балет Esta.





Японская,  
Итальянская,  
Паназиатская  
кухни

Скидка именинникам 15%

# ЗДОРОВАЯ ЕДА для активных людей

Счастливые часы с 12:00 до 17:00  
скидка 15% на основное меню по будним дням

Бизнес-ланч с 12:00 до 16:00



Доставка  
любимых блюд

**520-020**

бесплатно от 700 рублей

ООО «М-Проект», ОГРН №1136318004690, Юр. адрес: 443083, область - Самарская, город - Самара, улица - Победы, 15, цокольный этаж, комната 9

Проспект Ленина, 96 ☎ 520-020 [www.sielbysam.ru](http://www.sielbysam.ru)





# Где отдохнуть в 2016 И КАК СЭКОНОМИТЬ

Самые ПОПУЛЯРНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ – Египет и Турция – закрыты. Чем заменить, КУДА ПОЕХАТЬ? Обо всем по порядку.



**ЮЛИЯ ЗАЙЦЕВА,**  
генеральный директор  
туристического  
агентства DELTA TOUR

- в Тунис и Россию не требуется оформление визы;
- Болгария – для оформления визы необходима только фотография.

## АКЦИЯ «РАННЕЕ БРОНИРОВАНИЕ»

Простыми словами акцию «Раннее бронирование» можно описать так: это когда тур на август вы покупаете в феврале за 60 000 руб., в июне за 80 000, а в августе – за 95 000 руб.

В результате, если по акции «Раннее бронирование» за одну сумму можно взять хорошую 4\*-ку с питанием «всё включено», то ближе к дате вылета за эту же сумму будут предложения только в очень экономичную 3\*-ку с питанием «завтрак + ужин».

Это хороший способ сэкономить ваш бюджет. Удобная оплата: 30-50% предоплата, вторая половина вносится до 30 апреля. Можно вносить хоть по 100 руб. в день. Акция «Раннее бронирование» действует на отдых как за рубежом, так и по России.

## А КУРС РАСТЁТ!

Как отдохнуть и не разориться? Страна определена, отель выбран. Следующий этап вопросов у туриста:

- Сколько взять с собой?
- А вдруг не хватит?
- Доллар вырос, там много потратим на еду! Если раньше обед стоил 500 рублей, то сейчас 1 000 рублей.

Нашим туристам мы рекомендуем бронировать тур по системе «всё включено». Это поможет не зависеть от курса и уложиться в желаемый бюджет. Единственное, на что пойдут дополнительные расходы, – экскурсии и сувениры. А это – уже по желанию.

## ПОДОЖДЁМ ГОРЯЩИХ ТУРОВ?

Горящие туры – это предложения от туроператоров на последние один-два авиаби-



лета, если на них нет спроса по стандартной стоимости.

Лето – это сезон повышенного спроса на отдых, и туры разбираются как горячие пирожки. Так как основные направления – Египет и Турция – закрыты, то поток туристов распределится на другие, более или менее заменяющие их курорты. Поэтому спрос будет выше, чем обычно, и рассчитывать на горящие предложения не стоит. Особенно на семью из 4-х человек.

С удовольствием поможем определиться с отдыхом! Всем приятных путешествий!

## ЧЕМ ЗАМЕНИТЬ ТУРЦИЮ И ЕГИПЕТ

Альтернативой могут служить курорты России, Болгарии и Туниса. Существует ошибочное мнение, что на данных курортах нет хороших отелей. Основные критерии, по которым эти страны могут заменить Турцию и Египет:

- доступная стоимость,
  - качественное питание «всё включено»,
  - отели высокого уровня с аквапарком, анимацией и собственным пляжем,
  - можно выбрать курорт для отдыха с детьми или для молодёжи,
  - развитая инфраструктура.
- Дополнительный плюс:



Тула, пр. Ленина, 85, оф. 205 («Ликёрка Лофт»).  
Тел.: 79-07-60, 31-19-25.  
www.delta-tur.net

ООО «Дельта Тур»



ООО «Подкрепицца Тула»

подкрепицца

**В «ПОДКРЕПИЦЦА» ВТОРАЯ**

**ПИЦЦА ЗА ПОЛЦЕНЫ!**

- ЛЮБАЯ ПИЦЦА
- КАЖДЫЙ ДЕНЬ
- ДАЖЕ ВЕЧЕРОМ
- И В ВЫХОДНЫЕ

ул. Советская, 60/12  
36-17-44

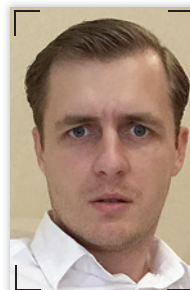
Красноармейский  
пр-т, 29  
36-66-81

Скидка начисляется на пиццу по более низкой цене в чеке. Не суммируется с другими акционными предложениями.  
Акция распространяется на все пиццерии «Подкрепицца» города Тула.



# Краски-перекраски

Они ПОКРАСЯТ И ПЕРЕКРАСЯТ, они омолодят и состарят, они нежным касанием кисти покажут, что любой предмет МОЖЕТ БЫТЬ НЕПОВТОРИМ и прекрасен. ЕКАТЕРИНА И АНДРЕЙ КУЗИНЫ, дизайн-студия INTERIKA.



**АНДРЕЙ КУЗИН,**  
дизайнер, руководитель  
студии «Интерика»

**А**ндрей, наконец пришла долгожданная весна – самое поэтическое и нежно-романтическое время года. Совсем скоро всё вокруг поменяется и заиграет новыми красками. А как вы планируете изменять пространство этой весной?

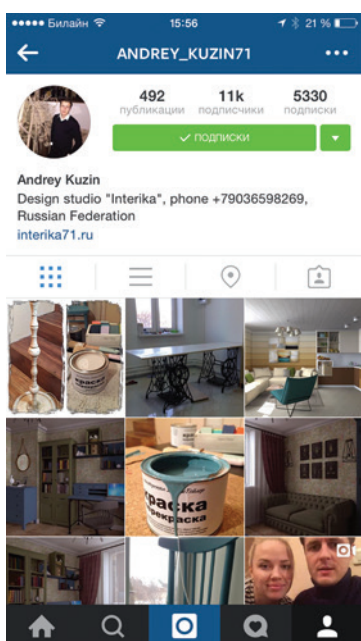
– «Тимьян», «Париж», «Утиное яйцо», «Мерилин Монро», «Жозефина» и ещё 27 трендовых оттенков будут представлены в палитре наших идей.

– Такие интересные названия? Расскажите подробнее.

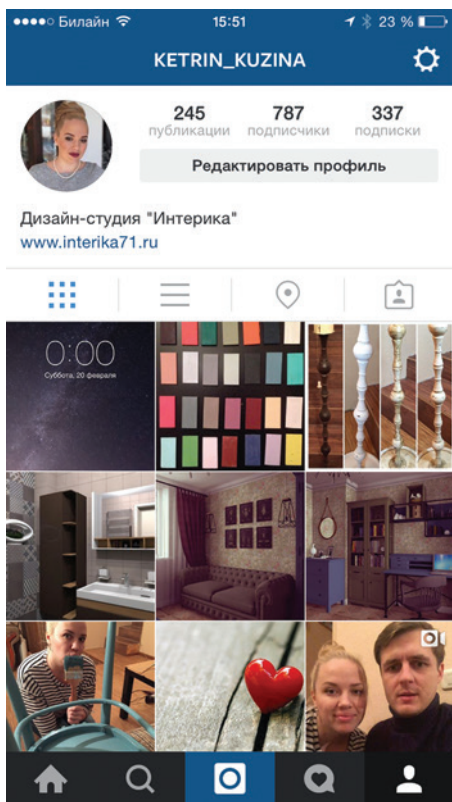
– В последнее время в дизайне интерьера всё чаще и чаще используются винтажные предметы мебели и аксессуары, они удачно вписываются практически в любой интерьер и всегда становятся центром притяжения. Но зачастую такие вещи находятся в весьма плачевном состоянии и требуют реставрации. В этом случае нам на помощь приходят великолепные краски-перекраски с такими необычными названиями оттенков. Их мы и будем использовать для создания прекрасного весеннего настроения.

– А в чём их уникальность? Чем они отличаются от обычных красок?

– Отличия каждый находит сам, но в общих чертах и коротко: краска делается вручную, палитра постоянно обновляется, всегда поддерживается 32 популярных оттенка на основании общих модных тенденций по году и сезону, поверхность не нужно







**Эти краски пользуются огромной популярностью у дизайнеров, декораторов, владельцев фотостудий и у обычных людей, желающих сделать новое лицо старым предметам.**

грунтовать, шкурить, не нужны сложные подготовительные работы для покраски старой мебели, декора, люстр, металла, керамики и стекла. Краска-перекраска разбавляется водой, не имеет запаха, она абсолютно безвредна для вас, ваших детей и животных, а главное, высыхает в течение 20–30 минут, что позволяет экспериментировать в домашних условиях, не нарушая комфорта. Краска имеет особенную объёмную текстуру, что позволяет наносить её всего в один слой. Дополняет её финиш-воск, который создан в трёх цветах и может служить самостоятельным финишным покрытием, можно также усиливать износостойкость воска за счёт нанесения лака и так далее, здесь довольно много особенностей...

Эти краски пользуются огромной популярностью у дизайнеров, декораторов, владельцев фотостудий и у обычных людей, желающих сделать новое лицо старым предметам.

– А где можно купить эти чудо-краски?

– Их можно приобрести у нас в студии, мы являемся единственными в нашем городе представителями творческой мастерской Дарьи Гейлер, которая создаёт эти краски.

Мы приглашаем всех желающих к нам в гости, чтобы своими глазами увидеть богатую цветовую палитру, образцы выкрасов, а также уже декорированные предметы мебели.

Заходите на нашу страницу в Instagram – andrey\_kuzin71, где у нас уже более 11 000 подписчиков из разных стран и городов мира, присоединяйтесь и будьте в курсе самых последних новостей из мира дизайна. И не забывайте, что скоро стартует наш новый проект «Атмосфера»...



**INTERIKA** Дизайн

8 (903) 841-40-50  
8 (903) 659-82-69

Дизайн интерьера



Интерьеры в ретро-стиле – ИЗЫСКАННЫЕ, МНОГОГРАННЫЕ, но неизменно очаровательны и уютны. Как никакой другой, СТИЛЬ РЕТРО способен создать атмосферу настоящего ДОМАШНЕГО ТЕПЛА.



# Романтика прошлого



**СЕРГЕЙ САВКОВ,**  
директор сети  
мебельных салонов  
«Оливер»



Стиль ретро в рамках дизайна мебели – понятие неоднозначное и расплывчатое, включающее в себя широкий спектр направлений. Это и Викторианская эпоха конца XIX века для любителей классики, и стиль арт-деко первой половины XX века, который представляет собой синтез неоклассицизма и модерна. Но самый популярный сегодня – стиль послевоенной эпохи. О кухнях в актуальном сегодня ретро-дизайне 50–60-х годов рассказывает Сергей Савков, директор сети мебельных салонов «Оливер».

Главная отличительная черта ретро-кухни в стиле 1950-х – цвет: это целая палитра ярких, свежих оттенков, которые дизайнеры называют «конфетными». Лазурно-синий, цвет спелой вишни, зелёный с оттенками лимона или лайма. Смелые, вкусные цвета – вообще типичный приём для ретро-стиля в мебели. При этом, к примеру, красный принято со-

четать с чёрным и белым. Пол в крупную «шахматную» клетку, черно-белую или бело-красную – изюминка кухни в ретро-стиле. Подходящие кухонные аксессуары из стали и яркий текстиль (полотенца, прихватки) сделают интерьер завершённым.

50-е вошли в историю как «десятилетие домохозяйек»: во главе угла во всём, в том числе и в дизайне кухонной мебели, был культ семьи. Ретро-кухня должна быть образцовой, как её хозяйка, и удобной – эту задачу выполняют разнообразными кухонными гаджетами, призванные облегчить процесс готовки.

Ретро-стиль способен подарить вторую жизнь старинной мебели и предметам интерьера. Но подобное богатство – редкость, да и удовольствие это достаточно дорогое. Достойной заменой антиквариату станет современная мебель, стилизованная под ретро. Например, покрытия из натурального дерева искусственно состаривают, чтобы придать им «флёр времени», а также мебель из МДФ

с ПВХ-покрытием или эффектом патины. Внешне такие гарнитуры являются копией старинных, изготавливаются из прочных, простых в уходе материалов, имеют современную фурнитуру и системы хранения. Но весят гораздо меньше. И стоят значительно дешевле «оригиналов».

Современные материалы с успехом имитируют старинные. Например, пластики своей текстурой повторяют натуральную древесину, самые новые коллекции искусственного камня имитируют мрамор и гранит.

Ретро-стиль охватывает сразу несколько эпох. И, создавая ретро-интерьер, важно придерживаться того или иного временного интервала, не смешивая, скажем, диван из 30-х с завышенной спинкой, с пластиковой мебелью 70-х – это будет выглядеть нелепо.

Стиль ретро – это романтизация прошлого. Вещи не обязательно должны выглядеть старинными, они – напоминание о том, что всё новое – это хорошо забытое старое!



# МЕБЕЛЬ



**ДЛЯ ДЕТСКИХ  
И МОЛОДЁЖНЫХ КОМНАТ**

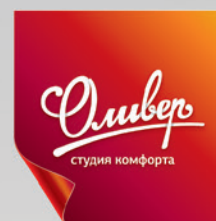


**МА**  **КА**  
мебельная компания

**СКИДКА  
15%**

ООО «Оливер-Мебель». Подробности на местах продаж. Предложение действительно с 1 по 31.03.2016

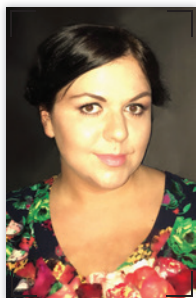
Тула, ул. Оборонная, 35, МЦ «папа Карло», тел. 701-881.  
Тула, ул. Коминтерна, 24-6, МЦ «Таурус», тел. 70-08-81.  
Тула, ул. Коминтерна, 24-в, МЦ «Парус», тел. 701-088.  
[www.oliver-mebel.ru](http://www.oliver-mebel.ru)





# БРИТАНСКИЙ СТИЛЬ в ярких красках

ДИЗАЙНЕРСКИЕ ПРЕДМЕТЫ интерьера всегда отличались особым изысканным СТИЛЕМ И ОРИГИНАЛЬНОСТЬЮ.



**НАТАЛЬЯ  
КОВАЛЁВА,**  
генеральный директор  
ООО «Мэдисон»



**З**накомьтесь: дизайнерские ковры известных английских марок – одно из лучших подтверждений превосходного союза британского качества товаров и модных дизайнерских решений.

Ковёр издавна был символом уюта, тепла, устроенного быта. В наше время этот предмет получил новое назначение – насыщать пространство цветом, делать интерьер законченным. Правильно подобранный ковёр способен преобразить даже самую скучную комнату. Красивый дизайнерский ковёр сам по себе является произведением искусства. Он притягивает восхищённые взгляды, акцентируя внимание на себе или на соседнем предмете. Дизайнерский ковёр – это завершающий штрих для стильного и гармоничного интерьера.

Вопреки мифу об англичанах-консерваторах, британские ковры не кажутся выпавшими из машины времени или из бабушкиного сундука. Напротив, они всегда вне времени. Многовековое ремесло совершенствуется, традиции соединяются с современными дизайнерскими решениями. И получается то, что британцы называют heirloom – семейная реликвия. То, чем будут гордиться внуки. Таковы английские ковры.

**mdh madison hall**  
собрание идей и интерьеров

Тула, ул. Пушкинская, 58-а,  
телефон: 8 (4872) 71-73-72.  
сайт: mdhall.ru



ЭЛИТНЫЙ КОТТЕДЖНЫЙ ПОСЕЛОК  
**Зеленый массив**  
МИКРОРАЙОН

ООО «ИНВЕСТСТРОЙ»



Единственный коттеджный поселок европейского уровня  
в Туле, удостоенный премии "Тульский бренд".

Построен по инновационным технологиям, с применением  
экологически чистых и энергосберегающих материалов

**+7 (967) 431-73-37, 71-73-37**

[WWW.ПЕТРОВСКИЙ-ПОСЕЛОК.РФ](http://WWW.ПЕТРОВСКИЙ-ПОСЕЛОК.РФ)





Мария Свистунова,  
арт-директор ресторана-пивоварни  
«Пётр Петрович».  
День рождения: 5 марта.

**(20.02–20.03)**

Космос оценит вашу самоотдачу и креатив и вознаградит: одних – давно желанным карьерным ростом, других – щедрыми прибывлями или премиями. Возможно, кому-то достанется лишь похвала от руководства, но и она многого стоит. В любви вашим партнёром сейчас управляют эмоции, поэтому отношения напряжены. Но вы-то умеете быть терпеливым: именно это ценное качество поможет сохранить мир.

**ОВЕН (21.03–20.04)**

Ярким и насыщенным будет этот март для Овнов. Вас подхватят новые идеи, многие из которых можно смело воплощать. Финансы будут радовать: ждите высоких доходов. В личных отношениях возможны позитивные изменения.

**ТЕЛЕЦ (21.04–21.05)**

В ближайшие дни может разрешиться рабочая ситуация, которая волновала вас несколько предыдущих месяцев. Будьте готовы к переменам и анализу того, куда двигаться дальше. На рост доходов пока сложно рассчитывать, будьте бережливы.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05–21.06)**

У вас есть все возможности для того, чтобы вывести свой бизнес на достаточно хорошие показатели. Удачными будут начинания, связанные с планами за рубежом. В отношениях есть недомолвки. Будьте откровеннее с близкими.

**РАК (22.06–23.07)**

Хорошее время для улучшения окружающей вас обстановки: ремонт, обновление интерьера или, может быть, даже переезд в новое жильё или офис будут плодотворными и удачными. В работе тщательно обдумывайте каждый шаг: спешка и импульсивные решения не принесут пользы.

**ЛЕВ (24.07–23.08)**

Вы сейчас немного ленивы, и это опасно: сейчас как никогда надо работать в полную силу – от этого зависят самые важные проекты года. Волнения в личных отношениях должны улечься ближе к концу месяца.

**ДЕВА (24.08–23.09)**

Насколько бы тяжёлым ни был для вас февраль, в марте свет забрезжит впереди: либо вы успокоитесь и откроетесь новому, либо всё вернется на привычные круги. Будьте активны, и Вселенная в ответ пошлёт много интересных возможностей.

**ВЕСЫ (24.09–23.10)**

Ждите выгодных предложений. Этот месяц вообще благоприятен для зарабатывания денег, карьерного роста, установления новых связей и начала совместных проектов. А также для пополнения: семейным Весам давно пора об этом задуматься.

**СКОРПИОН (24.10–22.11)**

Будьте бдительны и недоверчивы, особенно если занимаетесь бизнесом. Сейчас лучше не поддаваться заманчивым предложениям и не рисковать. Одиноким представителей знака ждёт влюблённость, но и здесь не бросайтесь в омут с головой.

**СТРЕЛЕЦ (23.11–21.12)**

Идеальное время: вы сможете и отдохнуть, и получить отличные дивиденды со сделок и проектов, начатых ранее. В личной жизни и в бизнесе рекомендуется сторониться случайных связей: сейчас старый друг лучше новых двух.

**КОЗЕРОГ (22.12–20.01)**

Начало месяца поставит вас перед выбором, который нужно будет сделать в личных отношениях или в работе. Причём сделать его, отключив эмоции: только с холодной головой решение будет верным.

**ВОДОЛЕЙ (21.01–19.02)**

Этот март для вас может стать месяцем общения, восстановления старых связей и новых знакомств, а это пойдёт на пользу и бизнесу, и личной сфере, что актуально для одиноких представителей знака.





# Aqua <sup>lux</sup> Bravo

---

г. Тула, ул. Пушкинская, 55,  
тел.: 8(4872) 76-77-76, 8-910-940-94-94  
[www.aquabravo-lux.ru](http://www.aquabravo-lux.ru)





# CASA

Бoutique i n t e r n i  
COLLECTION

мебель свет Декор интерьер

.....  
Центр дизайна и интерьера ЦИЖЕРКА LOFT  
пр-т Ленина, 85 (литера А), 2-й этаж,  
тел. 255-4555



Firenze