

МОДНЫЙ ГОРОД

№ 133 ОКТЯБРЬ 2020

ВРЕМЯ ЖЕНЩИН

ГАЛИНА ХОРОШИЛОВА
АЛИНА ЧИСТЯКОВА
ГАЛИНА РАТНИКОВА
ТАТЬЯНА КУЧЕРОВА
ЕКАТЕРИНА НЕЧЕПУРНОВА
ИРИНА ГРИДАСОВА

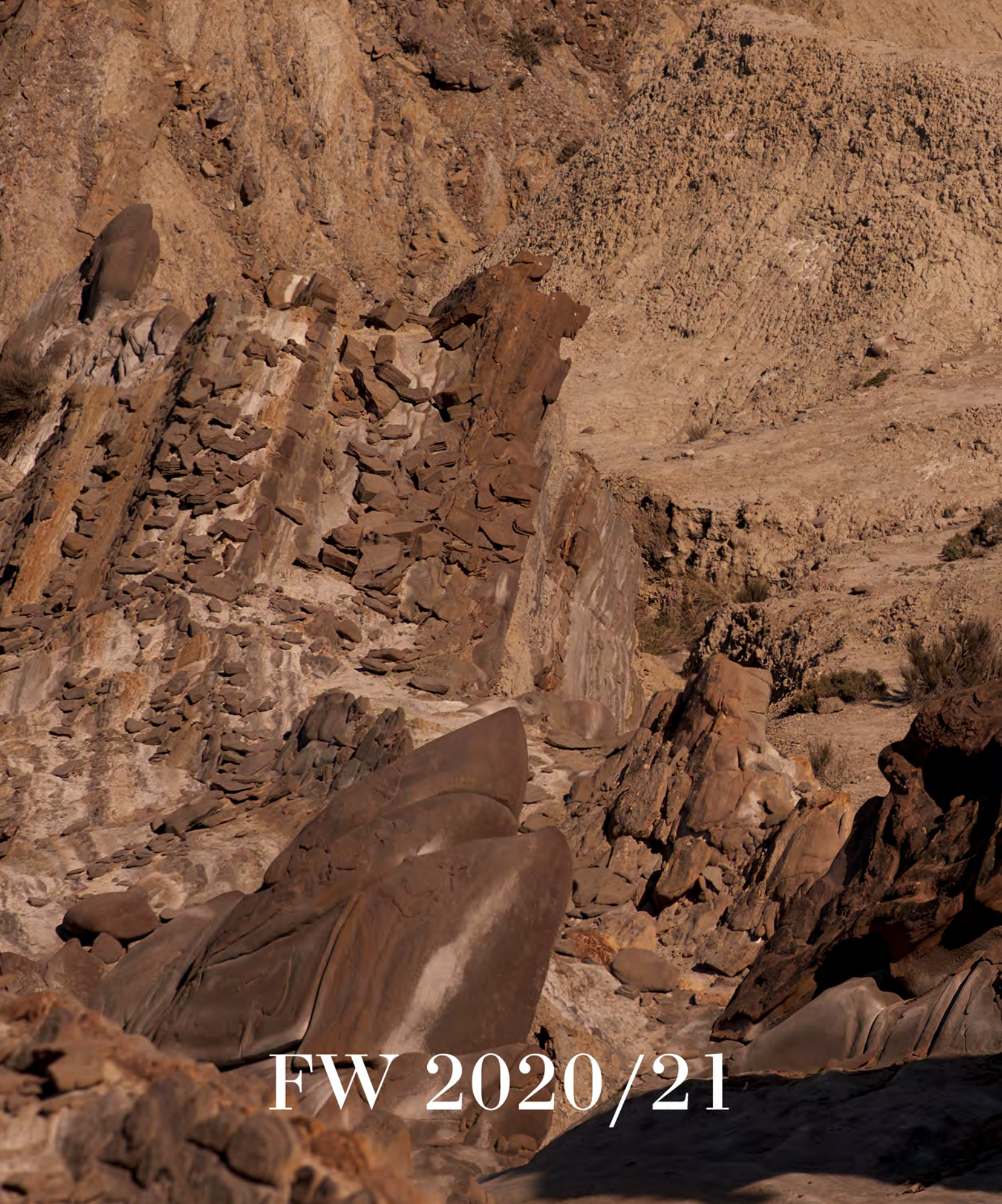
ПРИГЛАШЕННЫЙ РЕДАКТОР
ДЕМФИРА ГРИШИНА

Алина ЧИСТЯКОВА

СОЗДАЙ. ЗАРАБОТАЙ. ГОРДИСЬ

Рекламно-информационное издание





FW 2020/21

WEEKEND

MaxMara



Г. ТУЛА, УЛ. ДЕМОНСТРАЦИИ, 2 Т. +7 915 688 39 76
INSTAGRAM.COM/WEEKENDMAXMARA_TULA
FRANCHISEE WEEKEND MAXMARA WWW.WEEKENDMAXMARA.COM



ООО «Таурис Эстейт» Тула. Генеральный Партнер Акции: ООО «Вятич» – официальный партнер компании «Теремъ» в Туле и Тульской области. Организатор Акции ИП Коротков Николай Николаевич. Срок Акции с 10 сентября 2020 года по 11 апреля 2021 года. Для участия в Акции необходимо совершить покупку в Мебельном Центре «ТАУРУС» (Тула, Коминтерна, 24б; Тула, Коминтерна 24в; Тула, Коминтерна 24г) с 10 сентября 2020 года по 12.00 часов 11 апреля 2021 года на сумму от 10 000 рублей. За каждые 50 000 рублей в чеке покупки выдается один Купон участника Акции. Розыгрыш подарков, включая Главный Подарок, состоится 11 апреля 2021 года с 14.00 до 16.00 по адресу: г. Тула, ул. Коминтерна, дом 24б. Количество Подарков ограничено. Подробности об Организаторе акции, правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону +7(4872) 70-08-70.

МЕБЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР



ТАУРУС



все **цвета** мебели

ОМ ДАРОК

МЕБЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР



ТАУРУС



все **цвета** мебели

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

www.taurus-mebel.ru



ВРЕМЯ МЕНЯЕТ ЛИДЕРА.
ЛИДЕР МЕНЯЕТ ВСЁ.



НОВЫЙ BMW 5 СЕРИИ

Бавария-Авто

Официальный дилер BMW
Тула

Новомосковское шоссе, 15

Тел.: (4872) 363 555

www.bmw-bavaria-auto.ru

ALBERTO
Pants We Love



special jeans shop

📍 Красноармейский, 6-а

☎ 365-017

🌐 klondike-jeans.com

📷 [klondike_jeans](https://www.instagram.com/klondike_jeans)

ЭКС
КЛЮ
ЗИВ
НО



ЗДОРОВАЯ ЖЕНЩИНА СВЕТИТСЯ ИЗНУТРИ

В номере, посвященном женщинам, я как приглашенный редактор хочу поговорить, конечно, о женщинах и женском здоровье. Приятно, что в последнее десятилетие здоровье стало трендом. Модно быть здоровой – иметь чистую кожу, блестящие волосы, стройную подтянутую фигуру. Женщины от 20 и до бесконечности без устали работают над собой, применяя все доступные способы – фитнес, бьюти-процедуры, уходовые средства.

Приятно и то, что красота становится естественной. Неактуальными стали чрезмерно длинные ногти, гипертрофированные губы, агрессивные процедуры красоты. Появляются новые, комфортные и щадящие способы ухода за собой, которые не меняют внешность кардинально, а подчеркивают натуральность.

Но вы заметили: всё, о чем я сейчас размышляю, – лишь внешняя оболочка. Красивая картинка, которую мы «шлифуем», совершенствуем и... часто закрываем глаза на проблемы, которые могут под ней скрываться. Потому что понятие «здоровье» часто подменяется красотой и стройностью, хотя сами знаете: гораздо важнее то, что внутри.

Проблемы со здоровьем всегда налицо. Гормональный дисбаланс, женские заболевания приводят к ухудшению состояния кожи, преждевременному старению, прибавке в весе, упадку сил. Чтобы решить эти проблемы, многого не нужно, – быть внимательной к себе и вовремя ходить к врачу. Обратиться в хорошую клинику, найти «своего» гинеколога. Это не больно и не страшно: современные методы диагностики и лечения комфортны, нетравматичны, не нарушают привычного графика жизни. И при этом кардинально ее меняют: когда женское здоровье приходит в порядок, это дарит ощущение свободы, хорошее самочувствие, энергию, омолаживает внешность и придает то самое свечение изнутри, к которому мы все стремимся. Потому что красота начинается со здоровья.

ДЕМФИРА ГРИШИНА,

приглашенный редактор «Модного города»,
исполнительный директор клиники
«Мать и дитя» в Туле.



THE WATER CHAMPION**




EDOX

Maître Horloger - Les Genevez*
depuis 1884



**МИР
ЧАСОВ**

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

ОКТАБРЬ, ЛЮБЛЮ ТЕБЯ ДО СЛЕЗ!

Можно плакать об ушедшем лете, но лучше со слезами удивления подпевать Серову, работать над созданием собственного счастья, смеяться над комедиями, смотреть фильмы о выдающихся личностях и изучать свежие модные тренды. Тульская культурная жизнь в октябре очень к этому располагает!



КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA

МУЗЫКА В ТЕМНОТЕ (6+)

В Тулу приедет мультимедийное шоу классической музыки в формате полного погружения, которое покорило сотни залов по всей стране. В шоу объединены 3D-графика и мастерство лучших петербургских музыкантов, танцы, оперное искусство, звёздные инсталляции, живые съёмки Вселенной. Слушателей окутает звучание Вивальди, Баха, Верди, Беллини, Форте, а также лучшее из мира неоклассики, джаза и world music.

26 октября. ГКЗ



КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA

КРОССОВКИ PRADA TECHNO – УЖЕ В РОССИИ



Prada представил новую модель кроссовок Techno. У модели – квадратный нос, как из 90-х, и оригинальное сочетание материалов. Под верхним слоем из резины – знаковый для бренда материал Techno Stretch, обычно используемый для мужских костюмов. Три блока подошвы создают объемный футуристичный силуэт.

АЛЕКСАНДР СЕРОВ (12+)

«Я люблю тебя до слез», «Ты меня любишь» – перед песнями Александра Серова не может устоять ни одна женщина. В его красивых балладах самые нежные строчки о любви причудливо переплетаются с замечательными мелодиями. Харизматичный и обаятельный артист заставляет каждого зрителя поверить, что все эти романтические песни – именно для него.

25 октября. ГКЗ



КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA

«СОСЕДИ» (16+)

История разворачивается вокруг деревенского изобретателя Диогена, который вынашивает планы своих дивных проектов и волей случая получает возможность воплотить их в жизнь. И вот появляется единственная в мире ППМ... На презентации была вся деревня! 14 октября. ГКЗ

«Я – СЧАСТЬЕ» (12+)

Это спектакль-семинар, спектакль-лаборатория, спектакль-исследование, в котором артисты вместе со зрителем исследуют тему отношений двух различных миров: мира мужчин и мира женщин. Спектакль «Я – СЧАСТЬЕ» – наглядное пособие о том, как жить счастливо и в любви.

18 октября. Ресторан «Пряности и радости»



«ДОКТОР ЛИЗА» (12+)

Фильм о Елизавете Глинке, общественном деятеле, основателе фонда «Справедливая помощь». Доктор Лиза погибла 4 года назад в авиакатастрофе над Черным морем. Фильм – история одного дня из ее жизни. Елизавета ждет гостей на 30-ю годовщину своей свадьбы с мужем Глебом, но до этого планирует заехать на Павелецкий вокзал, где ее фонд принимает пациентов. И эта поездка оказывается полна неожиданностей... В главной роли – Чулпан Хаматова.

С 22 октября в кинотеатрах.

КУПИТЬ БИЛЕТ
MYSLO.RU/KASSA



Реклама. Официальный дистрибьютор ООО «Светл-Тул (РУС)». Элегантность как стиль жизни.



Elegance is an attitude*

Simon Baker
Саймон Бейкер

LONGINES®



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



HydroConquest

НОВАЯ /ЭТИКА/

Женщина ничто не мешает быть успешной – ничто, кроме отношения к ней социума, в котором до сих пор «курица – не птица». Есть ли шанс переломить гендерное неравенство? Ответить на вопрос пытаются авторы трех книг из нашей осенней подборки.

КЭРОЛАЙН КРИАДО ПЕРЕС



«НЕВИДИМЫЕ ЖЕНЩИНЫ»

По умолчанию человек — это мужчина. Британская исследовательница Кэралайн Криадо Перес выяснила, почему из-за дискриминации женщины чаще умирают от инфаркта, гибнут в авариях, мерзнут в офисах и работают за копейки. Автор обнаружила, что гендерные данные не учитываются в большинстве сфер — от бытовой жизни и устройства рабочего места до политики и медицинских исследований, от технологий и трудовых отношений до планирования городского пространства. Систематизируя факты, Перес заставляет взглянуть на устройство мира по-новому и доказывает необходимость перемен.

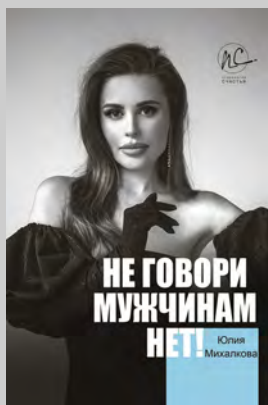
«Когда разрабатывается новый автомобиль, его безопасность испытывается с помощью специальных манекенов. Такой манекен спроектирован на основе мужского тела. Из-за этого женщины получают более серьезные травмы и чаще погибают в авариях. Эти манекены — метафора того, как устроен весь мир».

«НЕ ГОВОРИ МУЖЧИНАМ НЕТ!»

Актриса и экс-участница «Уральских Пельменей» Юлия Михалкова рассказывает, как благодаря сотне честных джентльменов и бессовестных негодяев она стала сильной и уверенной в себе, сохранив в сердце любовь и веру в человечество. А также поделится своим взглядом на то, как выжить женщине в мужском мире, не поддаться обманчивым соблазнам и своевременно делать выводы. Главный вывод, который сделала сама Юля — не говорить «нет», то есть не отвергать подаренный мужчиной опыт. Всё на пользу!

«Вы не задумывались о том, что вся жизнь женщины, история ее становления — это череда встреч с мужским миром? И речь не только о мужиках — тут всё просто. Я более широко рассуждаю: предметы, места, занятия — всё из мира мужчин».

ЮЛИЯ МИХАЛКОВА



АНДРЕЙ БАБИЦКИЙ,
ЕКАТЕРИНА КРОНГАУЗ



«ТАК ВЫШЛО. 29 ВОПРОСОВ НОВОЙ ЭТИКИ И МОРАЛИ»

Что считать согласием на секс? На что мы готовы ради работы? Стоит ли давать человеку второй шанс? Журналисты Андрей Бабицкий и Екатерина Кронгауз в своем подкасте «Так вышло» обсуждают новые границы этики современного мира. Их беседы и легли в основу книги «Так вышло. 29 вопросов новой этики и морали», изданной в сентябре. Вопросы разные, от отношения к родителям до тюрьмы и смертной казни, и один из них — место женщины в современном мире.

«Я вижу, как рабочий, когда мы обсуждаем, где будет стоять посудомоечная машина, обращается только к моему мужу. И когда мы ему сообщаем, что машина будет 60 см, а не 40, он говорит: «Зачем вам такая большая? Моя жена сама моет посуду, и нормально». И почему я должна ему в этот момент объяснять про детей и гостей, про то, что я не хочу после работы мыть посуду? Почему я должна каждый раз начинать борьбу вместо того, чтобы просто сказать: «60 см вот тут, пожалуйста.»?

**ПРЯНОСТИ
& РАДОСТИ**
РЕСТОРАН

**30 ОКТЯБРЯ
19:00**



**МЕЖДУНАРОДНЫЙ
ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ**

В программе :

**Грузинское гостеприимство
от группы**

"GENATVALE"

Веселье от кубинской группы

"SON DEL SON"

Специальные гости :



Московский Казачий Хор

ОКТАБРЬСКАЯ, 1Д 8 910 700 00 99

РОЗОВЫЙ ЗАГАР



ШЕРСТЯНОЕ ПАЛЬТО-КИМОНО, М-Н LIVENTINI, 13500 P.



КОЖАНАЯ СУМКА, М-Н LIVENTINI, 7980 P.

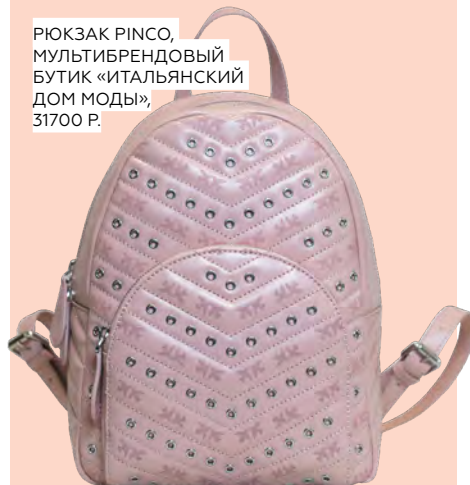


ПАЛЬТО TWIN SET, МУЛЬТИБРЕНДОВЫЙ БУТИК «ИТАЛЬЯНСКИЙ ДОМ МОДЫ», 51200 P.

Одним из самых модных цветов сезона осень-зима 2020-2021 стал «розовый загар» – приглушенно-розовый, с нежной бежевой поткой, слегка припыленный. Он добавит осешей палитре мягкости, нежности и женственности и с готовностью сыграет главную роль в монохромном тотал-луке.



КУРТКА PINCO, МУЛЬТИБРЕНДОВЫЙ БУТИК «ИТАЛЬЯНСКИЙ ДОМ МОДЫ», 35500 P.



РЮКЗАК PINCO, МУЛЬТИБРЕНДОВЫЙ БУТИК «ИТАЛЬЯНСКИЙ ДОМ МОДЫ», 31700 P.



БОТИНКИ КОЖАНЫЕ LAREMO, М-Н WILDBERRIES, 7200 P.



РЕМЕНЬ, М-Н LIVENTINI, 2390 P.

У нас день рождения!

Настоящее золото![®]
ювелирные магазины



до
-50%
НА ВСЕ
украшения

ул. Советская, 53а,
пр. Ленина, 23

Акция проходит с 1 по 31 октября 2020г.



5000 ₪ СЕРТИФИКАТ
на ювелирные покупки



1. Сканируйте qr-код или заходите на secret.nastoyashcheezoloto.ru.
2. Получите свой сертификат в секретном разделе нашего сайта.
3. Используйте его при оплате покупки в любом из магазинов ювелирной сети «Настоящее золото».

*Сертификат действует до 31.12.2020г. Сертификатом можно оплатить до 50% покупки. Предложение не суммируется с другими скидками и рекламными акциями. Не является публичной офертой. ИП Ширяев А.И. ИНН 710406126169.



СУМКА KURT GEIGER LONDON,
M-H FARFETCH

ВСЁ В ТВОИХ РУКАХ

Новая сумочка – must have каждого сезона: трендовый аксессуар внесет свежую нотку в образ, даже если ты не стала кардинально обновлять гардероб. Этой осенью наряду с черной классикой в фаворе пастельные и шоколадные оттенки, сумки с цепью вместо ручки или цепями в декоре, модели с крупными пряжками. Горячие новинки сезона – в нашей подборке.



СУМКА,
M-H APPLE



РЮКЗАК,
M-H BENATTI



СУМКА,
M-H APPLE



СУМКА,
M-H BENATTI



СУМКА,
M-H LIVENTINI


МАГИЯ СОБЛАЗНА


Красное и черное – сочетание для особых случаев, когда хочется околдовывать, уносить на виражи страсти, сводить с ума. В нем есть жгучее желание и глубокая тайна. Оно, как магнит, – приковывает взгляд и не отпускает. Потрясающая коллекция белья от Fantasy усилит твои колдовские чары и магию твоего соблазна...



**магазин
нижнего белья**

Ул. Гоголевская, 62
Тел. 8-963-226-08-56

 boutique_fantasy_tula

 fantasy_71

объекта желания

Октябрь требует утепления: куртки, пальто, сапоги уже в полный голос просятся в гардероб. Блогер, наш колумнист Диана Федорова выбрала знаковые вещи сезона и нашла разные их варианты у дорогих и демократичных марок.



ДИАНА ФЕДОРОВА,
КОЛУМИСТ, БЛОГЕР



ISABEL MARANT
48 440 РУБ.

МОГУ



H&M
3 499 РУБ.

SHACKET ИЛИ КУРТКА-РУБАШКА

Один из главных трендов осени получил название shacket (от английского shirt (рубашка) + jacket (жакет), а по-русски её стали называть куртка-рубашка. Эта вещь соединяет в себе признаки рубашки, куртки и жакета (а иногда и пальто, если она длинная). А это значит – классический рубашечный воротник, планка с пуговицами, часто – накладные карманы с клапанами.

Если взглянуть на свежие осенние коллекции разных марок, от демократичных до дорогих, вы увидите подобные модели в разнообразных вариациях: однотонные и в клетку, короткие и длинные, из хлопка, шерсти, фланели или флиса. Общее для всех модных курток-рубашек – прямой крой и посадка оверсайз: эта вещь будто специально придумана для создания многослойных комплектов и поэтому имеет достаточный объем.



BRUNELLO CUCINELLI
222 500 РУБ.



ZARA
11 999 РУБ.

ДВУБОРТНЫЕ ПАЛЬТО

Осенью-2020 дизайнеры призывают отказаться от экспериментов с верхней одеждой и рекомендуют искать вдохновение в прошлом. Так, чуть ли не самым цитируемым в коллекциях Givenchy, JW Anderson, Brunello Cucinelli, Loewe и многих других марок стало классическое двубортное пальто с крупными золотыми пуговицами. Такой фасон защищает от холодных ветров благодаря глубокому запаху.



ХОЧУ
BOTTEGA VENETA
99 500 РУБ.

МОГУ
ZARA
4 299 РУБ.

БОТФОРТЫ

Ботфорты и экстравагантные сапоги-чулки на последних показах можно было увидеть во всех столицах моды.

Кроме классической средней длины чуть выше колена, модные ботфорты могут достигать середины бедра или максимально закрывать ногу, как это делают сапоги-чулки.

Отдельно отмечу ботфорты без каблука – идеальная обувь для долгих прогулок.



ХОЧУ
PRADA
72 000 РУБ.



МОГУ
MANGO
2 499 РУБ.

НЕЙЛОНОВАЯ СУМКА-БАГЕТ

Внимание модниц, блогеров и инфлюенсеров привлекла нейлоновая сумочка Prada. Она уже заняла почетное место в гардеробах Кайли Дженнер, Майли Сайрус, Кьяры Ферраньи и других поклонниц эпохи 2000-х. Увы, найти эту малышку не так просто, хотя в московских бутиках Prada ее еще можно застать.

Для старшего поколения это напоминание о временах юности, для молодых – новинка, которую они не застали в сознательном возрасте.

ТУЛА ДЛЯ МЕНЯ – ОГРОМНЫЙ КУСОК СЧАСТЬЯ

Мария Миронова приехала в Тулу с концертом «Чтения со смыслом». На сцене Колонного зала Дворянского собрания актриса прочтала несколько рассказов из нового сборника Ирады Берг «Отражение». О новом формате выступлений, ролях в кино, Инстаграме и маленьком сыне Федоре актриса рассказала в интервью «Модному городу».



– Мария, как родилась программа «Чтение со смыслом», с которой Вы приехали в Тулу? Что Вас вдохновило на ее создание и как эта программа сейчас уже вдохновляет Вас?

– Я благодарна встрече с писательницей Ирадой Берг. Мы с ней познакомились и в одну секунду стали друзьями – вот так иногда происходит, что ты приобретаешь не только творческий интерес, но и друга. А это в определенном возрасте для меня стало важнее. Я прочитала Ирадины книги, мы с ней встретились, записали интервью, посидели несколько раз в ресторане, и я ей сказала: «Ирада, нам надо это читать!». Мне всегда хотелось легкого формата, и я не ошиблась. Зритель видит автора, слушает его тексты в исполнении актрисы, есть потрясающая фортепианная музыка... К тому же, это живое общение

со зрителями, мы задаем тему и отвечаем на вопросы из зала. Совмещение разных жанров в одном. Но для меня чем он еще интересен – он всегда экспромтный, мы выбираем разные рассказы в зависимости от продолжительности концерта.

– Почти четверть века Вы служите в театре «Ленком». Было ли хоть раз за это время желание уйти и что-то поменять?

– Я никогда не довожу ситуацию до такого (улыбается). Параллельно с «Ленкомом» я играла и в Театре Наций, было огромное количество киноисторий, поэтому насовсем уйти не было смысла. Когда у меня был напряженный график – я занималась благотворительным фондом «Артист» или снималась в кино – играла в театре меньше. Потом были периоды, когда я

плотно играла на сцене. Сейчас у меня очень много кино. Хочется искать что-то новое, новые формы, они мне безумно интересны. Помимо актерского исполнения мне хочется видеть людей, с ними разговаривать, понимать, что им интересно. Хочется интерактива.

– Какая роль сейчас в театре для Вас знаковая? На какой спектакль хотели бы пригласить туляков? Благо до Москвы ехать два часа.

– На спектакль «Шут Балакирев» в театре «Ленком». Совершенно потрясающая постановка Марка Анатольевича Захарова, который ушел из жизни год назад. У него было несколько знаковых спектаклей, вошедших в историю русского театра, начиная с «Юноны и Авось», который до сих пор живет и останется навсегда в репертуаре. И

«Шут Балакирев» – один из них. Это пьеса Григория Горина, совершенно потрясающие декорации Олега Шейнциса... Приезжайте!

– Над какими кино- или телепроектами сейчас работаете? Где мы Вас увидим в ближайшее время?

– Скоро выходит английский фильм с Бенедиктом Камбербетчем, в котором я имела радость сниматься премьеру перенесли из-за пандемии. Перед Новым годом выходит продолжение фильма «Громкая связь» – называется «Обратная связь». Я снимаюсь в замечательной комедии Сергея Светлакова Love, она выходит на День Святого Валентина. Снимаюсь в интереснейшем интернет-проекте «Инсомния», это восьмисерийная психологическо-драматическая история, саспенс. Готовится к выходу вторая часть сериала «Преступление». Начала сниматься в картине под названием «Небо», это про сирийский конфликт и наших летчиков-героев, которые погибли героически. Так что дай Бог сил!

– Фильм «Свадьба», который снимался в Тульской области, стал знакомым в вашей фильмографии...

– Прошло уже 20 лет, но это до сих пор мои самые сильные творческие ощущения. Это была встреча с Павлом Лунгиным, совершенно потрясающим режиссером. С этим фильмом мы поехали на Каннский фестиваль. Огромное количество ваших земляков, непрофессиональных актеров, участвовали в съемках. Лунгин объявил конкурс и сказал: «Ребята из всех деревень! Приходите со своим творчеством». Кто-то пел, кто-то плясал, кто-то показывал фокусы. Очередь выстроилась огромная. Никогда не забуду потрясающую женщину, слепую, которая спела романс «Останься» – и он вошел в фильм, хотя его не было в сценарии.

Я два месяца жила здесь, и для меня Тула – огромный кусок счастья, юности, бесшабашной молодости, когда я только начинала свой путь в профессии.

Я сейчас говорю, а у меня сердце стучит. Сегодня мы приехали в Тулу снова, и я увидела, как круто изменился город. С одной стороны у меня ностальгия, а с другой я понимаю, что изменения – это бурлящая жизнь, что сюда вложено очень много любви, тепла... У Тулы всегда была потрясающая атмосфера, но сейчас город стал фантастически уютным и очень толково сделанным. Я поздравляю вас с праздником, с Днем города и 500-летием Тульского кремля. Желаю, чтобы у вас было как можно

больше подобных праздников, когда люди объединяются.

– Коронавирус изменил жизнь и привычки многих людей. Как он отразился на Вас?

– Да, пандемия изменила мою жизнь. В какой-то момент вот эта уединенность, которая вначале для тебя является сюрпризом, и ты к ней не готов, и есть определеннный страх, потом вылилась в то, что из пандемии было сложно выходить.

Я часто слышала, молодежь особенно говорила, – мы так соскучились по обществу, по ресторанам, по тусовкам... Я могу сказать, что совсем не соскучилась. Мне хотелось вернуться в привычный ритм только ради съемок. Но вот на общественных мероприятиях я еще ни разу не была (улыбается). Я привыкла и нашла гармонию в мире, когда ты занимаешься своими мыслями, своими близкими, цветами, природой (смеется). И это классно!

– Насколько Вы активный пользователь соцсетей?

– У меня есть аккаунт в Инстаграме. Я завела его совершенно случайно. Я куда-то вышла, еще не очень понимая куда. А у меня было несколько фотографий с Бали. Что-то я тыкнула, поставила три фото и забыла про это. А потом Иван Панфилов, сын Инны Михайловны Чуриковой, мой старый детский друг, мне сказал: «Ну ты что? Где твой Инстаграм? Сейчас мы тебе всё сделаем!». И он мне все понатыкал, и тут пошли какие-то сердечки.))) Потом у меня случилась фотосессия – и я туда фоточки хоп! И сама поставила, очень собой возгордилась (смеется). Сейчас я уже увлеклась этим миром. Люблю выкладывать свои путешествия, они меня гармонизируют. А еще соцсети я использую для того, чтобы дать достоверную информацию и развеять мифы.

– Вашему младшему сыну Феде 30 сентября исполняется годик. Тяжело ли расставаться с малышом, уезжая на гастроли? Как с этим справляетесь?

– Ой, это очень-очень тяжело. На один день, как в Тулу, еще куда ни шло. Вот я ездила в Питер на съемки на шесть дней, было очень сложно. Как я сейчас буду уезжать из дома, пока не очень понимаю. Если на долгое время, конечно, буду брать его с собой. Мотать его на 2–3 дня или на неделю я не буду. Сейчас он с няней и с мужем.

– Вы в прекрасной форме – физической и эмоциональной. Поделитесь секретом красоты и бодрости духа, позитивного настроения.

– Я вообще по жизни оптимист и не трачу свои жизненные силы зря. Я не обижаюсь, никогда никого не обвиняю. Во всем, что происходит в моей жизни, беру ответственность на себя. Я предпочитаю тратить свои силы на то, что удваивается и утраивается в позитив. Это моя личная установка, мой жизненный выбор и я ему следую.

Досье «МГ»

Мария Андреевна Миронова.

Народная артистка России.

Родилась 28 мая 1973 г. в Москве.

Дочь советских актёров

Андрея Миронова и Екатерины Градовой.

Президент и соучредитель благотворительного фонда поддержки деятелей искусства «Артист».

Ведущая актриса Московского государственного театра «Ленком».

Окончила ВГИК, курс Михаила Глузского.

Семья: замужем, сын от первого брака Андрей Удалов (28 лет), сын от четвертого брака Фёдор (1 год).

Избранная фильмография: «Свадьба», «Ночной дозор», «Статский советник», «Качели», «Москва, я люблю тебя!», «Следователь Тихонов», «Родина», «Садовое кольцо», «О любви», «Доктор Рихтер», «Громкая связь», «Холоп».

Дьявольски ПРЕКРАСНЫ

Ваш образ – «костюм» для новой роли, которая каждый день может быть разной. Если хочется сыграть что-то перепальное и волшебное, есть до жути простой способ – неординарные украшения от салонов «Бриллиантовая ручка». Пауки и змеи, подчеркнутая геометричность форм, острые углы, сочетание металлов и кожи, брутальные цепи – такие аксессуары будут «в тему» не только на вечеринке в честь Хэллоуина, но и внесут завораживающую изюминку в любой вечерний аутфит.

МОДЕЛЬ И ВИЗАЖИСТ АННА КИСЕЛЁВА @KISELEVA_STYLE

СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУЧКА»

ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22А
ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2
ТЦ «Пассаж», ул. Советская, 64
тел. 8 800 100 85 25 [instagram.com/bruka_shop](https://www.instagram.com/bruka_shop)

сеть ювелирных салонов
Бриллиантовая Ручка

МОДЕЛЬ И ВИЗАЖИСТ МАЙЯ ДЕМЬЯНОВА @МАША_ВЗЗЗ



СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУЧКА»

ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22А

ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2

ТЦ «Пассаж», ул. Советская, 64

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

сеть ювелирных салонов
Бриллиантовая Ручка



МОДЕЛЬ И ВИЗАЖИСТ ЕКАТЕРИНА ИСАЯН @GIA_KARANGI

СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУЧКА»

ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22А
ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2
ТЦ «Пассаж», ул. Советская, 64
тел. 8 800 100 85 25 [instagram.com/bruka_shop](https://www.instagram.com/bruka_shop)

сеть ювелирных салонов
Бриллиантовая Ручка

МОДЕЛЬ И ВИЗАЖИСТ АЛЕНА ЧЕРНОУСОВА @CHERNOUSOVA_MUA



Ретушь фото Лена Макнот @maknot



СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУЧКА»

ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22А

ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2

ТЦ «Пассаж», ул. Советская, 64

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

сеть ювелирных салонов
Бриллиантовая Ручка

РЕГИСТРАЦИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ +7 (916) 192-02-66

18
ОКТАБРЯ

15:00 МИХЕЕВА, 15
ЖЕНСКИЙ КЛУБ

*Как перепрыгнуть
через преграду логики
и довериться
своей интуиции?*

РАСПАХНИ
— СВОЮ —
ИНТУИЦИЮ

ЛЕКЦИЯ ОЛЬГИ ЧЕКМАЗОВОЙ

Ж
ЖЕНСКИЙ
КЛУБ

МАСКА
САЛОН СЦЕНИЧЕСКОЙ ФУРНИТУРЫ

СКИДКА 13%
ДЛЯ УЧАСТНИКОВ ЛЕКЦИИ
НА ВСЕ ТОВАР К ХЭЛЛОУИНУ

О тебе

Истории этих женщин завораживают, вдохновляют и заставляют поверить: всё возможно, если ты этого хочешь. Наш проект «О тебе» – откровенные интервью с успешными, яркими леди о жизни, бизнесе и счастье.

Галина Хорошилова



Алина Чистякова



Галина Ратникова



Татьяна Кучерова



Ирина Гридасова



Екатерина Нечепурнова



Галена
ХОРОШИЛОВА



Владелица торговой марки «Триумфальная арка» Галина Хорошилова – о себе, моде и поддержке государства.

Я начинала строить свой бизнес вместе с Хорошиловым Валерием Николаевичем с маленького магазинчика «Мери Поппинс» в 90-е, тридцать лет назад, поверив в ветер перемен. В 90-е поставки ширпотреба пользовались большим спросом и приносили сверхприбыль, однако мы рискнули и сделали ставку на первоклассный товар и узкий круг его ценителей. В 2002 году открыли мультибрендовый бутик большой моды всего в 60 квадратных метров.

В модной индустрии развитие брендов – закономерное явление. Так произошло и со мной. Личный бренд Галины Хорошиловой эволюционировал сначала в торговый бренд маленького бутика, а затем в успешную и широко известную торговую марку «Триумфальная арка». Сегодня под брендом «Триумфальная арка» выступают четыре отдельные компании.

Дочь Инесса со школьной скамьи мне помогала. Теперь у нее свой бизнес, созданный под моим патронажем. Зять Сергей – молодой, амбициозный, оставил карьеру в известном банке и возглавил мужское направление фэшн-бизнеса. Муж Валерий Николаевич обеспечил финансовый фундамент торговой марки. Сейчас у него тоже есть свой отдельный бизнес в сфере моды.

Времена были непростые, мы пережили несколько кризисов. Для владельцев малого бизнеса не секрет, что это – ежедневная работа 24/7 с полной самоотдачей. Сегодня новые реалии и опять новый кризис, но настало время, когда ценителем моды желает быть каждый из нас. Благо, что мода сегодня не так быстротечна, как раньше, и диктует приоритет комфорта и достоинства. В наше ускоренное и стрессовое время – это как баланс.

Мы все проживаем свою жизнь здесь и сейчас, и хотим жить хорошо и достойно, в том числе хорошо, красиво и модно одеваться. «Триумфальная арка» зарекомендовала себя как сильный бренд в сегменте лакшери с 2008 года благодаря поступательному развитию сотрудничества с партнерами. И вроде как опять – ветер перемен, только это перемены уже другие. Мы не остались сами с собой, один на один, как тогда, в 90-е. Сегодня государство поддерживает семью и семейные ценности, в том числе формируя законодательную базу для поддержки семейного бизнеса. Что очень своевременно – на подходе в профессию третье поколение нашей семьи, оно уже вникает в тонкости фэшн-индустрии. Если наши ожидания оправдаются и государство поддержит малый семейный бизнес, мои внуки состоятся в сфере фэшн-индустрии, и тогда можно говорить о рождении династии. Это моя мечта: значит, старшее поколение вложило в этот бизнес своей жизнью не зря.

Анна
ЧИСТЯКОВА



Алиша Чистякова, коммерческий директор рынка «Привоз» и «Сапот», пекарши «Тесто и место», – о том, почему достижения затягивают.

В Тулу я приехала в 2002 году из Читы поступать в вуз. Тогда считалось, что пройти на бюджет можно только по знакомству или за деньги, поэтому подала документы сразу на две специальности: престижную «экономику и управление на предприятии» и на «машиностроение», на всякий случай. В результате на экономике я набрала высший балл. И это образование стало основой для моей нынешней работы. Когда к чему-то стремишься, жизнь складывается как надо. Любые моменты, ситуации, встречи для чего-то нужны.

Несмотря на то, что я – девочка из обеспеченной семьи, работаю с 6-го класса: сначала раз в неделю мы с подружкой мыли наш подъезд, потом долгое время я была репетитором по английскому, делала на заказ сайты, курсовые, презентации. Любой труд полезен, главное, чтобы в голове эта работа и зарплата не стали пределом. Знаете, как говорят: уборщица, потерявшая работу, скорее всего будет искать себе такую же. Не должно быть барьеров, нужно всегда стремиться к большему.

Успех – как наркотик. Когда ты получаешь результат от того, над чем долго работаешь, то уже не можешь остановиться, сесть и успокоиться, потому что хочется еще. Нужно постоянно учиться, не бояться браться за новое и реализовывать свои мечты.

Спорт и семья – мои источники энергии и вдохновения. Выходные с детьми – это святое. Мы вместе готовим завтрак и обсуждаем, чем заняться: идем в парк или в поход, в школу рисования или катаемся на велосипедах, роликах, самокатах. Что касается спорта, в прошлом я – первая ракетка Сибири, недавно вернулась в большой теннис и участвую в соревнованиях. Забавно, что стала третьей по Туле... среди мужчин.))) Этим летом я попробовала вейкборд и вейксерф: давно хотела, боялась, а встала на него – и влюбилась.

Возникает ли у меня чувство вины перед детьми за то, что много работаю? Конечно, как, наверное, у любой много работающей мамы. Но я вижу в детях уважение к моей работе, желание быть как я, и они уже сейчас понимают: чтобы что-то получить, надо работать – например, добиваться результатов в гимнастике, английском, теннисе.

К актуальной сейчас теме о женской дискриминации отношусь неоднозначно. Да, женщиной быть непросто, а красивой и умной – сложнее в разы. Но если раньше я пыталась доказать, что у меня есть не только внешность, но и мозги, знания, то сейчас просто делаю своё дело, чувствую себя с мужчинами наравне, и мне все равно, что обо мне думают. В семье главный, конечно же, супруг, но отстаять свою точку зрения я могу. Дома у меня есть кофта с надписью «Я же говорила»: когда я оказываюсь права, надеваю ее – ведь я же говорила.)))

БЛИЦ

Любимый ресторан в Туле: *Salden's.*

Любимая марка одежды: *Balenciaga.*

Любимый парфюм: *Killian «Опасные связи».*

Любимый косметолог: *Светлана Ходневич.*

Любимый фильм: *«Престиж».*

Сейчас читает: *«Подменыш» Виктора Лавалея, «The Woj way. Как воспитать успешного человека» Эстер Войджицки.*

Мечтает: *поплавать с китами и кошками на Шантарских островах.*

**Успех – как наркотик:
ВСЕГДА ХОЧЕТСЯ ЕЩЁ**

Галена
РАТНИШКОВА



СКАЖИ СЕБЕ:

«Я могу!»

Галина Ратникова, вице-президент Промышленно-металлургического холдинга, – о жестком тайм-менеджменте, соцсетях и качествах, которые помогают женщине строить карьеру паравне с мужчинами.

В политике и бизнесе не много женщин на первых, руководящих должностях, но их число с каждым годом растет. Исторически в России да и во всем мире, зоны влияния между мужчиной и женщиной были четко определены – кто отвечает за домашний очаг, кто за зарабатывание денег. Но последние 10–15 лет мы видим, что понятие «женский» или «мужской» коллектив постепенно начинает стираться. На работе мы ориентируемся не на гендерную принадлежность, а на профессиональные навыки, знания, опыт. Такой подход развивается и постепенно, я уверена, мы будем видеть больше женщин даже в тех профессиях, на тех должностях, где раньше это трудно было представить.

Главная черта характера, необходимая для роста, это внутреннее чувство – «Я могу!». Часто ложная скромность мешает карьере – если вы развиваетесь в профессии, двигаетесь вперед, то не бойтесь брать на себя новую ответственность.

С детства я профессионально занималась спортом. И оттуда этот навык, когда приезжаешь на соревнования, смотришь на именитых спортсменов, важно понимать – при должных усилиях и тренировках я могу так же! А, вероятно, и лучше.

Успех – это цель плюс ее достижение. Ставить цель нужно ровно на границе ваших возможностей, чтобы каждый следующий шаг был во вне. Кто-то скажет, что надо ставить цель большую, одну и на всю жизнь. Но ничто так не тренирует ваш характер, силу воли и не дает больше энергии двигаться вперед, чем последовательное достижение целей, соразмерных вашим возможностям и усилиям. Успех – это не миг триумфа, это путь, движение по реализованным целям. Сначала эти шаги небольшие, но каждый следующий больше предыдущего.

Время – наш главный ресурс, и его постоянно не хватает. Жесткий тайм-менеджмент – единственный выход. Я в обязательном порядке веду свое расписание и список дел, большие рабочие и личные проекты внесены в него на год вперед.

Быть не на связи – максимальная роскошь, из числа тех, которые может позволить себе менеджер, управленец. Присутствие в медиаполе открывает дополнительные возможности для обратной связи, новых контактов и информирования людей о нашей работе.

Энергию и вдохновение мне дают театр, спорт и чтение. Они позволяют мне переключиться с текущей рутины будней на мысли о вещах, которые существуют вне времени. Если иногда останавливаться и смотреть на мир под другим углом, – можно заметить много интересного.

Моя дочь учится в пятом классе и мечтает о каникулах. А я мечтаю, чтобы она была счастливым человеком. И сейчас, и в будущем. Я готовлю дочь к жизни, а вот конкретный путь будет ее собственным.

В одежде я придерживаюсь классического подхода: мода мимолетна, стиль – вечен. Какие-то модные веяния я принимаю, но только как дополнение к базовому классическому стилю. Мой гардероб – это многолетняя история, периодически пополняю его при случае. Кстати, в последние годы все больше и больше места в нем занимают отечественные дизайнеры.

Татьяна
КУЧЕРОВА



Татьяна Кучерова, владелица модного салона «Персона Grata», 12 лет назад пришла в фешн-бизнес совершенно из другой сферы. Опыта не было, но был талант одеваться, который вырос в талант одевать.

По образованию я провизор, закончила Рязанский медицинский институт, в свое время была ведущим специалистом городского аптечного управления, а затем мы с мужем организовали свою аптечную сеть «Та самая аптека». Проект был очень успешным, но я считаю, что нужно заканчивать бизнес на пике его развития – и начинать новый.

В моду меня привела любовь к одежде, врожденное чувство вкуса и стиля. Я всегда любила красиво одеваться, но с точки зрения бизнеса сфера моды была для меня совершенно незнакомой. Не скрою, было страшно, но помогли здоровая доля авантюризма, поддержка семьи и желание удивить – предложить женщинам другой подход к формированию стиля. Не просто набор отдельно взятых вещей, а возможность создать полноценные образы, в которых каждый предмет одежды и аксессуар смотрится гармонично. Этой концепции мы четко следуем и сейчас.

Салон «Персона Grata» мы создавали вместе с дочерьми, и по сей день и я, и они тотально вовлечены в его работу: летаем в Милан и Париж на заказы коллекций, совместно определяем стратегию и тактику развития магазина. Старшая дочь Анастасия – стилист, выпускница Миланского института моды – с недавних пор проводит для наших клиентов мастер-классы и вебинары по разным аспектам женского гардероба. Планируем организовывать их периодически, чтобы они стали для женщин неким гидом по стилю.

Я делаю свое дело с большой самоотдачей. Мы, женщины, не можем не любить моду, и эта любовь не проходит. Мне очень нравятся поездки на заказы, я там и работаю, и отдыхаю душой. Могу часами ходить по шоуруму, придумывая образы, комбинируя вещи, при этом так увлекаюсь, что не испытываю усталости и забываю поесть.

Мне 60, и я этого не скрываю. Не люблю штампа о том, что женщину о возрасте не спрашивают. Если тебе много лет и ты выглядишь хорошо, – возрастом можно гордиться. Считаю, что я неплохо выгляжу. Секреты? Ничего особенного. У меня всегда аккуратная стрижка, всегда макияж, я хожу к косметологу, но никаких кардинальных изменений в себе не делала, хотя, наверное, уже нужно об этом задуматься (улыбается).

Люблю свое дело и свою семью. С дочками у нас гармоничные отношения – и в бизнесе, и в жизни. Для внука и внучки я – лучший друг, хотя не слишком их балую, просто люблю. Люблю ранние подъемы: если вдруг просплю до 8-9 часов, что случается крайне редко, считаю, что день потерян. А вот мечтать не люблю: я прагматик, поэтому вместо мечтаний у меня есть планы – на каждый день и на перспективу.

БЛИЦ

Любимая марка одежды: High, очень креативная, со сложным кроем, массой деталей и невероятного качества. Люблю ее уже много лет.

Любимый парфюм: Atelier Cologne Cedre Atlas.

Любимый ресторан в Туле: нет. Нравится кухня в «Пряностях и радостях» и «Ангел 8».

Любимый фильм: «Ликвидация». Любуюсь игрой каждого актера.

Книги: любимая – «Письмо незнакомки» Стефана Цвейга, из недавних удивила «Цветы для Элджернона» Дэниела Киза.

Екатерина
НЕЧЕПУРНОВА



Екатерина Неченурнова, директор по развитию Гостевого дома «ИмператорЪ» и создатель кафе «Соль», – о важных уроках пандемии, умении остановиться и довериться потоку, и о главном двигателе роста – любви.

Гостевой дом «ИмператорЪ» вот уже без малого 13 лет радушно встречает гостей со всех регионов России и зарубежья. Это зрелый возраст для отеля и ресторана, который успел приобрести огромное число приверженцев. Банкетная резиденция «Эрмитаж», например, по независимому опросу потенциальных молодоженов, отмечена как наиболее желанное место для проведения свадьбы. Кулинария-кафе «Соль» в мае отпразднует 4 года со дня основания. Приятно сознавать, что первое в городе заведение, созданное по формату стильного, доступного по цене городского кафе с готовой домашней едой, имеет много последователей.

В период пандемии я ещё раз убедилась в том, как важно не забывать о формировании источников пассивного дохода. Когда есть финансовая подушка безопасности и помощь извне – все временные трудности переживаются легче. Ещё один вывод: не всегда стоит, не просчитав траектории, сразу приступать к очевидным, на первый взгляд, действиям. Каждый бизнес индивидуален. Так, например, я ни разу не пожалела о том, что не кинулась усиливать службу доставки. За несколько месяцев пандемии по нам соскучились, но не отвыкли. Это как в отношениях: короткие разлуки для влюблённых идут порой на пользу и рождают новый страстный виток.

Колесо баланса – то, к чему стремится каждый адекватный человек, но чаще бывает так: когда в чем-то провис, в чем-то ином – все хорошо и даже более. Рассмотрим пример. Плохо на душе. Апатия. Опустошение. Такие периоды случаются даже у самых неутомимых и позитивных людей. Причины разные – потеря близкого человека, психологическая разбалансировка, перепутье, одиночество. И я поняла такую вещь: всему своё время. Если не получается что-то конкретное здесь и сейчас, – может, просто не время для этого. И значит, надо использовать этот период для чего-то ещё. Да, действия человека – залог его будущего, но иногда нужна пауза для анализа и переосмысления, нужно просто довериться потоку. И в один момент изменится то, чему давно пора...

Не умею отказывать себе в красивых вещах и уходе за собой. В Туле одеваюсь редко: в основном это магазины в Москве и вечный поиск чего-то стильного на просторах Интернета. Знаю все шоурумчики для моделей plus size. Пышные красоти меня поймут: как приятно, когда находишь своё. В плане выбора специалистов по уходу я очень постоянна: к мастеру маникюра Ирине Бабаниной я хожу уже лет 20, свою блондинистость доверяю Анастасии Попковой, про косметологию – это к замечательной Татьяне Гоголевой. И отдельно хочу вспомнить Ангелину Остояч, мою подругу и куму, с ее необыкновенно стильным проектом «the wellbeing-shop».

Хоть ты тресни, стань Рокфеллером, купи седьмую по счету яхту и посети сто морей, главное в жизни – это любовь. Она движет миром, без нее все меркнет, ничто не имеет смысла, равно как и все наполняется им, когда она приходит. Ее все хотят, ждут и берегут, приобретая... Она – главный стимулятор роста всего самого прекрасного.

БЛИЦ

Любимый ресторан в Туле: в последнее время – «Шарден». Кухня, расположение, сервис, атмосфера – во всём они молодцы!

Любимая марка одежды: от моего близкого друга, дизайнера Алексея Новикова. Любимый парфюм: их много, например: Luxor oud by Memo, Dates Delight by the House of Oud, Montale Golden Sand, Beautiful Mind vol. 2.

Фильм: драма «Я не вернусь».

Любимый автор: Андрей Курпатов. Очень умный дяденька. Каждое слово ценно! Мечтает: о вечной жизни любимых людей.

ВСЁ *наполняет смыслом* **ЛЮБОВЬ**

Ирина
ГРИЦАСОВА



КРАСОТА по-прежнему в моде

Она знает, что нужно делать, чтобы выглядеть на возраст души, а не на цифры в паспорте. Ирина Гридасова, основатель центра «Талисия», – о любимых процедурах, яхтинге, воспитании детей и жизненном балансе.

Главный тренд в косметологии – естественность, что целиком и полностью соответствует концепции нашей клиники. При работе с пациентом мы стараемся в первую очередь подчеркнуть и приумножить естественную красоту, сохранить индивидуальность черт лица, которые ему показаны. Развиваем методики, которые приносят максимум эффекта при минимальном реабилитационном периоде, не требуют посещения косметолога два раза в неделю, чтобы помочь пациенту удовлетворить его запросы, не нарушая распорядка дня и темпа жизни. Широко используем лазерные технологии, которые не оставляют следов на лице, инъекционные методики, которые применяются раз в несколько месяцев, и предлагаем процедуры, которые поддерживают и закрепляют результат.

Для достижения успеха важно заниматься любимым делом. Делать то, что важно именно самому себе. Не потому, что это «модно», «престижно», «я всем докажу», а именно для себя – делать то, что является внутренним базовым желанием. Для меня успех – это баланс разных сторон жизни: финансовой, общественной и личной. Когда я могу сказать себе: «Мне здесь нравится на 100%».

Стараюсь соблюдать баланс между семьей и работой, избегать перекосов, уделять достаточно времени детям: вместе с ними обсуждаем, что происходит в нашей жизни, строим общие планы. Старшая дочка в этом году поступила в вуз на факультет бизнес-информатики, младшая во втором классе, любит учиться. Обе рисуют, младшая играет на флейте. Я очень лояльный родитель, может, иногда даже слишком. По моему мнению, детей нужно воспитывать так, чтобы они умели быть счастливыми, умели создать СВОЮ жизнь. Их надо любить и искренне в них верить, даже если они нас не слушают и делают по-своему.

Перезагрузка после работы – это спорт, прогулки, общение с друзьями, яхтинг. Им я увлеклась неожиданно: на первую регату попала с бизнес-школой «Синергия», и так понравилось, что начала ездить несколько раз в год. Очень теплая атмосфера, командный труд во время гонки, радость от победы – все это создает особую атмосферу. Перезагрузка идет по полной программе, за неделю проживаешь маленькую жизнь. Новым источником вдохновения в этом году стали горы. Тоже оказалось очень увлекательно, красиво и умиротворяюще.

Я счастлива! Это самый главный секрет молодости и активного долголетия. А по мере необходимости систематически использую наши инъекционные препараты и лазеры. Сейчас начала курс фототерапии и лазера Fotona: очень хорошо подтягивает овал лица. В планах на зиму – лазерная шлифовка CO₂-лазером зоны шея-овал-декольте-руки. Мне очень нравятся процедуры шлифовки таких зон, как локти, колени, кисти, чтобы эти места тоже соответствовали возрасту души, а не паспорта.

БЛИЦ

Любимый ресторан в Туле: Salden's.

Любимый бренд одежды: Max Mara.

Уходовая косметика: Meso-Wharton P199.

Любимый парфюм: Jo Malone.

Любимый фильм: «Призрачная нить» с Дэниелом Дэй-Льюисом.

Любимая книга: «Праздник, который всегда с тобой» Э. Хемингуэя.

СПОСОБОВ СТАТЬ КРАСИВЕЕ

Эти процедуры выбирают селебрити за потрясающую эффективность и комфорт. И они доступны в Туле, в центре эстетической медицины «Талисия». Выбирайте новое и лучшее, чтобы открыть новую себя!

1.

НОВАЯ МОЛОДОСТЬ:

4D ОМОЛОЖЕНИЕ FOTONA SP DYNAMIS PRO

Любимая процедура голливудских селебрити, включая тренд-сеттера и ценителя бьюти-новинок Ким Кардашьян. Выбор звезд легко объясним: Fotona обеспечивает выраженный лифтинг за счет обработки всех слоев тканей, включая слизистую полости рта, где лазер проникает глубже и воздействует на мышечный слой. Процедура идеально подходит для коррекции средней трети лица, носогубных складок, брылей, второго подбородка. Результат – сразу: четкий овал, выраженный лифтинг, ровный цвет лица и упругость кожи. И не нужно «жить» у косметолога: достаточно прийти на Fotona всего 1-3 раза в год, чтобы выглядеть блестяще.

2.

НОВАЯ ГЛАДКОСТЬ:

ЛАЗЕРНАЯ ЭПИЛЯЦИЯ SOPRANO ACCORD

Осень – время начать курс лазерной эпиляции, чтобы встретить следующую весну с идеально гладкой кожей. В «Талисии» от нежелательных волос избавляет лазерная эпиляция нового поколения – на диодном лазере Soprano Accord. Два главных его преимущества – безупречная чистота и безболезненность. Зона эпиляции полностью покрывается лазером – не будет пропущен ни один волосок. Soprano Accord избавляет даже от светлых и тонких волосков и быстро решает проблему глубоко залегающих волос, с которой не справляются другие лазеры. Процедура максимально комфортна – настоящая находка для тех, кто не терпит боли при удалении волос.



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

3.

НОВАЯ ЧИСТОТА:

ГАЗОЖИДКОСТНЫЙ ПИЛИНГ JETPEEL

Инновационная технология аппаратного очищения и омоложения кожи, эффективная и безопасная. Со струей газа и жидкости полезный состав проникает глубоко в эпидермис, очищая закупоренные поры, устраняя сальные пробки и подсушивая воспаления. При этом процедура не повреждает кожу благодаря бесконтактному воздействию, не оставляет покраснений и не причиняет боли. JetPeel комфортно и безболезненно шлифует кожу, не только очищая ее, но и решая другие задачи: увлажняет, улучшает цвет лица, устраняет отечность, обеспечивает лифтинг.

4.

НОВЫЙ ПОДХОД К ЭСТЕТИКЕ ЛИЦА:

КОНТУРНАЯ ПЛАСТИКА ПРЕПАРАТОМ NEAUVIA STIMULATE

Neuvia Stimulate – новинка сезона в «Талисии», инновационный филлер, который не только идеально восполняет объемы, но и улучшает качество кожи, стимулируя выработку коллагена. В его составе – гидроапатит кальция, ценный для кожи минерал, и аминокислоты глицин и L-пролин, которые усиливают и сохраняют коллагеновую «подушку» в коже. Neuvia Stimulate поможет вам не только забыть о морщинах на лбу, в височной зоне, вокруг глаз, носогубных складках и дряблости подбородка, но и подарит коже длительное увлажнение и сияние, сделает ее упругой и подтянет овал лица.

5.

НОВЫЕ КРАСКИ ЖИЗНИ:

БЕЗОПЕРАЦИОННАЯ КОРРЕКЦИЯ ИНТИМНОЙ ЗОНЫ MONALISA TOUCH

Деликатные женские проблемы в «Талисии» решают инновационно – на итальянском лазерном аппарате MonaLisa Touch. На сегодняшний день это самый эффективный способ устранения возрастных и послеродовых изменений. Растяжение, увеличение объема, дряблость в интимной зоне, сухость, зуд и жжение, снижение чувствительности, дискомфорт и боль, патологии слизистой – MonaLisa Touch реально решает одновременно весь спектр интимных проблем, омолаживает, возвращает радость и яркие ощущения в сексуальные отношения.



ТАЛИСИЯ

центр эстетической медицины

Тула, ул. Вересаева, 10, корп. А, вход со стороны
Красноармейского пр-та, тел.: (4872) 52-12-23, 717-553.
Email: info@talisiya-tula.ru www.talisiya-tula.ru
facebook.com/talisiyatula

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

ЖДЕТЕ МАЛЫША? ДАВАЙТЕ ВМЕСТЕ!

Каждая беременная женщина находится в особом физическом и психологическом состоянии, требующем заботы и внимания, трепетного отношения. Именно так в клинике «Мать и дитя» доктора относятся к каждой пациентке, которая доверила им самое дорогое – здоровье свое и будущего малыша. 9 месяцев здесь проходят под чутким контролем экспертов.



С момента открытия клиники в Туле в сентябре 2018 года почти 300 женщин наблюдали здесь свою беременность и 117 на настоящий момент уже обрели радость материнства. Почему все большее количество пациентов отдают предпочтение нам?

1. Внимательное отношение, максимальная вовлеченность и участие. С момента заключения контракта о здоровье будущей мамы и ребенка заботится целая команда экспертов. Они знают все

особенности ее здоровья и протекания беременности.

2. Качественная диагностика. Клиника имеет экспертное оборудование для проведения ультразвуковых скринингов, КТГ, а также возможность сдать неинвазивный пренатальный тест для диагностики хромосомных и генетических заболеваний плода.

3. Ведение беременности у женщин из группы риска. Ведение беременности группы риска – одно из профильных наших направлений. Хронические забо-

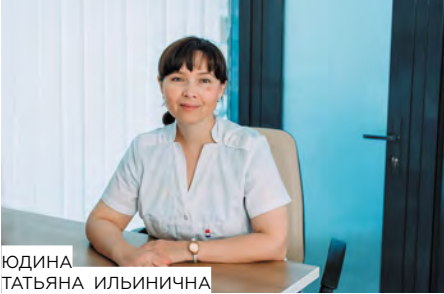
левания будущей мамы, безуспешные попытки зачатия в прошлом, в том числе неоднократные попытки ЭКО, многоплодная беременность, беременность в позднем репродуктивном возрасте (особенно первая) – вот неполный перечень особенностей здоровья и беременности пациенток, которые в том числе наблюдаются в клинике.

4. Доступность и удобство телемедицинской помощи. По отзывам пациентов и врачей, в 87% случаев плановое посещение, например, терапевта или прием гинеколога по результатам ана-

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.



ЧИБИСОВА АНГЕЛИНА НИКОЛАЕВНА

ЮДИНА
ТАТЬЯНА ИЛЬИНИЧНА

СЫЧЕВА ИРИНА ВЯЧЕСЛАВОВНА

лизов можно заменить дистанционной консультацией. Все врачи «Мать и дитя» имеют аккаунты и проводят онлайн-консультации через специализированное мобильное приложение «Доктис». За результатами анализов также можно не приезжать, они приходят на электронную почту женщины.

5. Оформление документов. Ведение беременности осуществляется по всем стандартам оказания акушерско-гинекологической помощи РФ. Сразу после заключения контракта на ведение беременности заводится обменная карта, которая будет содержать всю информацию об анализах и результатах обследования. Уходя в декретный отпуск, женщина получает листок нетрудоспособности и все необходимые справки. Для получения налогового вычета также выдаются необходимые документы. Наблюдаясь по беременности у нас, не требуется стоять на учете где-то еще.

6. Скидка на роды в клинических госпиталях ГК «Мать и дитя» города Москвы. Каждая пациентка нашей клиники автоматически получает возможность получить скидку 15-30% на сказочные роды в максимально комфортных условиях под чутким контролем профессионалов своего дела.

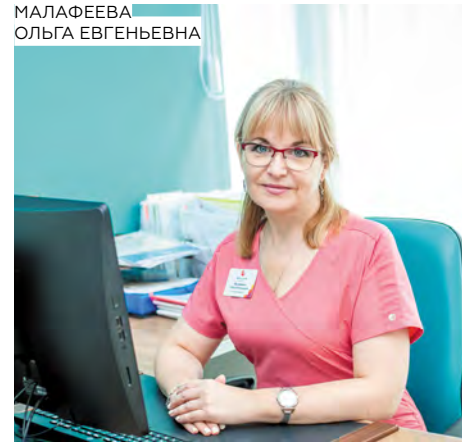
7. Соблюдение всех мер безопасности и требований Роспотребнадзора, введение дополнительных ограничений: тщательная дезинфекция помещений, поверхностей и оборудования, контроль количества человек, находящихся в помещении, термометрия и масочный режим для сотрудников клиники, термометрия и анкетирование каждого пациента в регистратуре.

8. Тестирование на COVID-19. Систематическое тестирование будущих мам: при постановке на учет, далее ежемесячно и после 36 недель беременности чаще – каждые две недели.

9. А если во время беременности требуется госпитализация? При возникновении осложнений во время беременности и появлении необходимости наблюдения и лечения в условиях дневного или круглосуточного стационара, наша клиника и доктора заботятся о том, чтобы эта потребность была удовлетворена в полном объеме. Спокойная уверенность будущей мамы и рождение здорового малыша – ежедневная награда за слаженную работу команды докторов клиники «Мать и дитя».

10. Не поздно на любом сроке беременности. Заключить контракт на ведение беременности в клинике можно на любом сроке. На выбор предлагается несколько вариантов контракта. Оптимальным сроком постановки на учет считается 6–7 недель беременности, когда при ультразвуковом исследовании определяется сердцебиение будущего малыша.

Каждая программа ведения беременности создается с учетом клинической ситуации женщины, с привлечением специалистов, профессиональный уровень которых соответствует конкретному хроническому заболеванию или особенностям здоровья будущей мамы.

МАЛАФЕЕВА
ОЛЬГА ЕВГЕНЬЕВНА

СЫЧЕВА ОЛЬГА ЮРЬЕВНА



ТКАЧЁВА ЛЮДМИЛА ВЛАДИМИРОВНА



мать и дитя

КЛИНИКА ТУЛА

Тула, ул. Пушкинская, 58а,
тел. 33-71-93

www.tula.mamadeti.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.



Беременность – один из важнейших периодов в жизни женщины. О ней мечтают, к ней готовятся, её хотят провести так, чтобы избежать возможных проблем и благополучно подойти к счастливому моменту – рождению малыша.

НИ РАЗУ НЕ ПОЖАЛЕЛА!

Так обычно говорят будущие мамы, которые выбрали для ведения своей беременности клинику «Мать и дитя». Кому-то важен постоянный контакт с врачом, кому-то возможность прийти на скрининг вместе с папой в выходной. Три вида контрактов ведения беременности, отличающихся по наполнению и стоимости, подходят для беременных с разным образом жизни. 300 будущих мам доверили экспертам «Мать и дитя» заботу о своем самочувствии и здоровье будущего ребенка.



Дарья Тарасенко,
предприниматель

Вера Юдина,
учитель русского языка и литературы



Анастасия Филлипова,
свадебный организатор

LUMESSA™



Чистая,
сияющая кожа

УДАЛЕНИЕ ПИГМЕНТАЦИИ И СОСУДОВ
ЗА ОДНУ ПРОЦЕДУРУ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Устранить пигментные пятна, избавиться от сосудистой сетки
и улучшить текстуру кожи одним движением.

Теперь ваше лицо будет идеальным не только в Instagram, но и в реальности,
благодаря инновации LUMESSA™

Клиника Елены Черных представляет новую лазерную технологию LUMESSA™
Всего за один сеанс можно добиться потрясающего эстетического результата.

ФОТООМОЛОЖЕНИЕ LUMESSA

Процедура проводится на израильском аппарате In Mode с помощью неинвазивной манипулы LUMESSA™. Ее принцип действия основан на технологии интенсивного импульсного света IPL, который глубоко проникает в нижние слои дермы, запускает процессы самоомоложения, лечит сосуды и разрушает клетки-меланоциты, образующие пигментные пятна.

Сильная комбинация оптимального широкополосного спектра с высокой пиковой мощностью, а также высокая частота повторения импульсов во всех режимах, выделяют насадку Lumessa среди устройств-аналогов.

Благодаря инновации LUMESSA™ сделать идеально ровной можно не только кожу лица, кистей рук, предплечья, но и участки с самой тонкой кожей — шея и зона декольте.

РЕЗУЛЬТАТ С ЭФФЕКТОМ ФОТОШОПА

Процедура совмещает в себе осветление избыточной пигментации кожи, работу с сосудистой сеткой и коррекцию возрастных изменений. Лечение показывает потрясающие результаты: помолодевшее лицо с идеально ровным тоном. Исчезают мелкие и средние морщины, а про пигментные пятна можно забыть навсегда! Благодаря инновации Lumessa преобразование происходит без травматизма, болевых ощущений. 10 минут процедуры – и вам больше не понадобится фотошоп.



ЛИЦО КАК НА КАРТИНКЕ

Благодаря сапфировому охлаждению процедура пройдет безболезненно. А высокая частота импульсов всего за 10 минут выровняет тон лица и сделает его моложе. Быстро и с мгновенным эстетическим результатом – вот что хотят все клиенты. Благодаря инновации Lumessa добиться полного фотоомоложения реально за 1–2 процедуры.



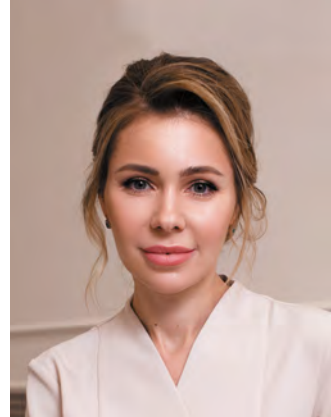
КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Елены Черных

8 960 602 85 13
Тула, ул. Шевченко, 5
@ dr.elenachernykh

СВЕТ И ТЕНЬ

Как сделать лицо моложе, при этом сохранив уникальные черты, присущие только ему? Моделирование и лифтинг лица, учитывающие игру света и тени, обеспечивают индивидуальный баланс контуров лица и подчеркнут его красоту. Правильно расставленные акценты поистине творят чудеса!



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

Использование инъекционных методов омоложения с помощью филлеров прочно вошло в повседневную практику комплексного омоложения. Современная особенность использования филлеров – смещение акцентов от коррекции отдельных эстетических проблем и морщин к работе над потерей объемов тканей и созданию гармонии лица.

Одним из важных моментов в старении лица является изменение его контуров, уплощение и западение выпуклых участков. Это так называемый «перевернутый треугольник старения». Учитывая то, что с возрастом лицо становится более плоским и не способно фактурно отражать свет, при анализе лица и выборе тактики инъекционной коррекции, по моему мнению, важно учитывать игру света и тени.

Именно при свете мы видим контуры лица и те зоны, которые, напротив, дают тени и выдают признаки возраста. Восполнение дефицита объема позволяет убрать лишние тени на лице и придать ему более молодой и свежий вид. Расположение на лице «бликов» подчеркивает индивидуальность и делает лицо моложе, что с большим успехом используют в своей работе фотографы и визажисты.

Каковы же основные правила расставления световых акцентов на лице? Прежде всего, это скуловая область, спинка носа и подбородок, латеральный край верхнего века.

АКЦЕНТ НА СКУЛЫ

Появление складок, идущих от периорбитальной зоны к щекам, уплощение скуловой дуги являются одними из первых признаков старения лица и придают лицу уставший вид. На мой взгляд, коррекция именно этой зоны лица является первой мерой, к которой следует прибегать в комплексных программах омоложения лица. Успешно применимы техники объемного моделирования и выведения скуловой дуги при помощи филлеров – рассу-

вающих препаратов на основе гидроксиапатита кальция и гиалуроновой кислоты, что позволяет добиться максимально естественного результата. Иногда достаточно коррекции только этой зоны для омоложения всего лица в целом.

В практике применяются глубокие инъекции препаратов как иглой, так и мало-травматичные техники работы «слепой иглой»-канюлей, что минимизирует появление гематом и следов от уколов.

Коррекция средней трети лица, подчеркивание скуловой дуги позволяет отражать свет с поверхности лица, возвращает рельефность скул и так называемый «треугольник молодости», придает лицу свежий и отдохнувший вид.



АКЦЕНТ НА ГЛАЗА

Глаза – одна из главных зон, привлекающих внимание. С возрастом происходит формирование морщин и складок вокруг глаз, появление темных кругов и опущение бровей.

Используя инъекции филлеров на основе гиалуроновой кислоты, возможно приподнять край брови, убрать «тени» в подглазничной области, сгладить линию перехода между подглазничной областью и щекой – то есть вернуть открытый, сияющий взгляд.

АКЦЕНТ НА ГУБЫ

Губы с возрастом теряют объем, контур становится нечетким, цвет губ бледнеет,

увеличивается расстояние между носом и верхней губой, появляются мелкие морщины вокруг губ. Подчеркивание контура губ, расставление объемных акцентов на губах и придание им чувственности возвращает игру света и тени и способствует более гармоничному восприятию лица в целом.

Применение современных препаратов на основе гиалуроновой кислоты позволяет не только подчеркнуть красоту и восполнить объем губ, но и увлажнить их, вернуть им цвет.

АКЦЕНТ НА ВИСКИ

Височные зоны являются тем признаком возрастных изменений, которого зачастую не видит сам пациент, но при восприятии лица в целом становится заметным их западение и вследствие этого – нечеткость контуров лица.

Введение в эти зоны филлеров на основе гиалуроновой кислоты с использованием техник глубоких инъекций позволяет выровнять эти зоны и подчеркнуть плавность контуров лица.

АКЦЕНТ НА НОС И ПОДБОРОДОК

Нехирургическое моделирование спинки носа, поднятие кончика носа с использованием небольшого количества препаратов гиалуроновой кислоты и специальных техник введения позволяет визуально выровнять спинку носа и приподнять кончик.

С возрастом и ввиду особенности мимики происходит подтягивание вверх и сглаживание подбородка. Комбинированная коррекция с помощью препаратов ботулотоксина и филлеров позволяет гармонизировать подбородочную область.

Эстетическая оценка лица, учитывающая игру света и тени, в сочетании с выбором правильной техники инъекций и филлера, дает возможность сбалансировать контуры лица, улучшить внешний вид и подчеркнуть индивидуальную красоту. «Стирание» теней и воссоздание объемов, присущих молодости, освежает лицо, сохраняя при этом его индивидуальность.

20 СЕНТЯБРЯ В ТУЛЕ СОСТОЯЛАСЬ КОНФЕРЕНЦИЯ ДЛЯ МАСТЕРОВ ПО НАРАЩИВАНИЮ РЕСНИЦ

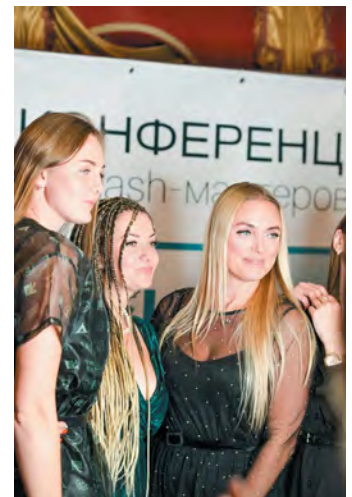
Участвовали мастера из разных городов: Тулы, Калуги, Рязани, Астрахани, Санкт-Петербурга, Москвы, Омска, Вологды, Череповца.

Топовые спикеры делились своими работками, взглядами и вариантами развития в lash-индустрии.

Завершилась конференция ужином и церемонией награждения участников, а также розыгрышем ценных призов от партнеров и спонсоров мероприятия.

Все участники получили подарки (материалы и инструменты для наращивания ресниц) от спонсоров конференции.

Организатор мероприятия – Виктория Силаева.





В ШКОЛУ ЧЕМПИОНОВ!

Наши воспитанники – многократные победители первенства России, кубка мира в ОАЭ, неоднократные победители и призеры открытых чемпионатов Германии, Испании, Италии, Эстонии, Болгарии, Китая.

НАШИ ОПЫТНЫЕ ТРЕНЕРЫ И ПЕДАГОГИ СМОГУТ РАСКРЫТЬ ТАЛАНТЫ ВАШИХ ДЕТЕЙ!

- Большой и красивый зал
- Спортивно-балльные танцы (с 3 лет), европейская и латиноамериканская программы
- Классический танец (с 3 лет)
- Современные танцы
- «Бэби Дэнс» (для детей 2,5-3,5 лет)
- Pro-Am (Professional+Amateur, т.е. «Профессионал+любитель»)
- Общая физическая подготовка
- Гимнастика

Первое занятие БЕСПЛАТНО.





Кабировы Алина и Алексей – главные тренеры по спортивно-бальным танцам. Алина – финалистка чемпионата России по 10 танцам в категории взрослые; победитель открытого чемпионата России; чемпионка мира в составе сборной России. Алексей – мастер спорта, бронзовый призёр чемпионата мира в категории молодёжь; серебряный призёр чемпионата России; финалист чемпионата России среди профессионалов; финалист чемпионата Европы среди профессионалов.



Адрес основной студии: Красноармейский пр-т, 7, 2-й этаж,
 тел.: 8-953-960-32-82 (админ.), 8-920-747-76-44 (админ.), 8-980-727-33-88,
 www.starline-danceclub @starline_danceclub
 Филиал: г. Тула, ул. Конструктора Грязева, д. 2.
 МБОУ ЦО №58 «Поколение будущего». Тел. 8 (905) 620-38-52, с 3 до 14 лет

StarLine DANCE CLUB

ТАНЦЫ СО ЗВЕЗДАМИ

Хотите научиться танцевать так же, как участники телешоу «Танцы со звездами» или «Танцуют все»? Теперь у вас есть такая уникальная возможность блистать на паркете!

Впервые в Туле и только в танцевальном клубе Starline открыто новое направление персонального обучения танцам для всех возрастов – Pro-Am (professional-amateur, то есть профессионал-любитель.)

Это персональная форма тренинга, что в разы повышает эффективность обучения и даёт удивительные результаты в самые короткие сроки.

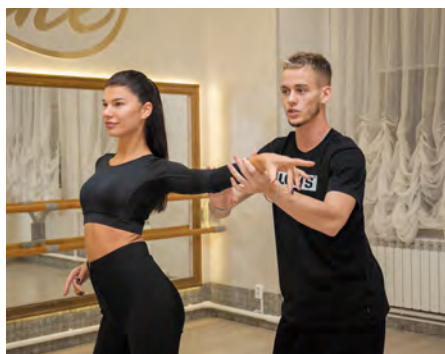
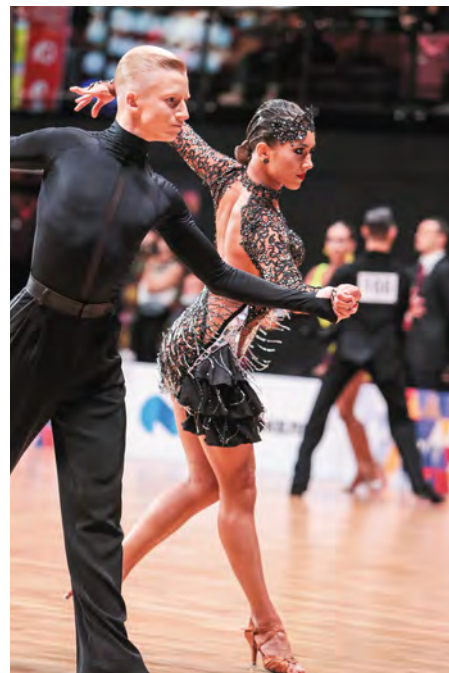
Вы – любитель, начинающий танцор, а ваш партнер – тренер и профессионал. Соответственно, весь процесс обучения танцам построен на индивидуальных занятиях с тренером-партнером.

Преимущества занятий Pro-Am:

- Тренер является действующим танцором международного класса, постоянно повышающим свою квалификацию.
- Все занятия индивидуальные, что заметно облегчает и ускоряет процесс обучения.
- Время для занятий вы выбираете сами.
- У вас будет возможность участвовать в международных турнирах, чемпионатах мира по системе Pro-Am.
- Участие в тематических вечеринках и светских мероприятиях.
- Заниматься могут и начинающие танцоры, и те, кто уже занимался раньше бальными танцами.
- Никаких возрастных ограничений.

Танцуйте! Танцы улучшают осанку, походку, настроение, дают новые эмоции и опыт и продлевают жизнь!

В нашем клубе два красивых просторных зала, что даёт возможность заниматься параллельно со своими детьми. В перерыве вы можете комфортно отдохнуть в зоне отдыха с чашечкой ароматного кофе.





Адрес основной студии: Красноармейский пр-т, 7, 2-й этаж,
 тел.: 8-953-960-32-82 (админ.), 8-920-747-76-44 (админ.), 8-980-727-33-88,
www.starline-danceclub @starline_danceclub
 Филиал: г. Тула, ул. Конструктора Грязева, д. 2.
 МБОУ ЦО №58 «Поколение будущего». Тел. 8 (905) 620-38-52, с 3 до 14 лет

StarLine DANCE CLUB

ПРАВИЛА КРАСОТЫ

СКАЖИ «ДА» КРАСНОЙ ПОМАДЕ!



1.

1. Для идеального тона кожи - Missha Perfect Cover BB-крем. Легендарное средство, которое рекомендуют все любители корейской косметики. Удобный дозатор, идеальная консистенция, подстраивается под тон кожи, не создает эффекта маски, подходит на любой сезон. Готова петь ему оды!

2.



2. Для ухода за кожей – Erborian Bamboo Crème Frappee. Он как ледяной водопад – мгновенно дарит коже заряд свежести и увлажнения. Легко тает на лице, впитывается за пару секунд, и коже как будто становится легче дышать. Эффекта увлажнения хватает на целый день.



3.

3. Любимая декоративная косметика для дневного и вечернего макияжа – Flormar, продукт-фаворит – румяна: красиво ложатся, легко растушевываются, выглядят естественно. Ложатся на лицо невесомой дымкой и придают коже эффект свечения изнутри.



4.

4. Обожаю красную помаду! Любимых много, в их числе суперстойкая жидкая Nouba Millebaci. На протяжении всего дня она не стирается, не размазывается, оттенок на губах остается неизменным. У нее потрясающая пигментированность: достаточно одного нанесения, чтобы создать ровный насыщенный тон. Поражает своей стойкостью: выходя из дома в Millebaci, я всегда уверена в том, что в ней и вернусь!)).

Красные помады выглядят очень эффектно, но при этом привлекают особое внимание к улыбке, так что зубы должны быть безупречны. Как стоматолог я рекомендую всем регулярно проходить профессиональную гигиену полости рта. Если вы хотите сделать зубы белоснежными, поможет отбеливание. Голливудскую улыбку создадут виниры. А если есть проблемы с зубами – лечим патологии, исправляем прикус, отбеливаем, ухаживаем. И тогда вы смело можете сказать красной помаде «да!».



5.

5. Любимые ароматы. У меня их несколько: свежий фруктово-цветочный Versace Crystal bright absolu, женственный и яркий цветочный Dolce&Gabbana l'imperatrice, глубокий, сладкий, шлейфовый Dior J'adore.

Разбираем косметичку
ЛУМИНИЦЫ ВИСАН,
врача-стоматолога Sen Clinic.

6 МИФОВ О ВИЗИТЕ К ГИНЕКОЛОГУ

Все женщины знают, что необходимо посещать гинеколога хотя бы раз в год. Но какой процент из них соблюдает это правило? Как давно вы были у доктора? Наш приглашенный редактор Демфира Гришина, руководитель клиники «Мать и дитя» в Туле и мама двоих детей, на личном примере убедилась, как важно следить за своим здоровьем и вовремя обследоваться.



Около полутора лет на рутинном осмотре у гинеколога у меня выявили начинающую онкологию. Я запаниковала, но врач меня успокоил и без агрессивных лекарств пролечил. Два контрольных анализа подтвердили: все в порядке. Эта ситуация показала мне, что полезная привычка взрослой думающей женщины – это не только выпивать стакан воды утром, но и посещать врача. Регулярно. Несмотря на все «оправдания».

Многие избегают визита к гинекологу, потому что попросту... боятся. Но все эти страхи – не более чем мифы, которые укоренились в нашей голове с детства или с одного неудачного визита «не к тому» врачу.

«Я буду стесняться»

Гинеколог – это такой же врач, как и любой другой, только специализирующийся на проблемах женской половой сферы. Для него абсолютно привычны ежедневные осмотры женщин, он воспринимает вас исключительно как человека, которому требуется помощь.

«А если у меня что-то обнаружат? Лучше не знать!»

Многие заболевания, в том числе предраковые и онкологические, успешно поддаются лечению, если обнаружены на ранней стадии.

«Мне будет больно»

Гинеколог прекрасно понимает, что его работа предполагает аккуратный осмотр и внимательное отношение. Небольшой дискомфорт – это единственное, что вы можете ощутить во время осмотра. Одно из правил комфортного осмотра – просто расслабиться. И больно не будет.

«Мне назначат сильнодействующие лекарства»

Лекарственные препараты назначаются только при наличии показаний, которые выявляются после тщательного осмотра, подробного изучения анамнеза заболевания и проведенных обследований.


«Пролечусь теми же средствами, что и подруга»

Вы не узнаете, с каким заболеванием столкнулись, пока сами (!) не пройдёте обследование. У разных заболеваний могут быть схожие симптомы. Самолечение может привести к хроническому течению заболевания или к возникновению осложнений.

«Зачем идти к врачу? Меня ничего не беспокоит»

Профилактические осмотры у гинеколога позволяют выявить патологию, которая может длительное время протекать бессимптомно. Ранняя диагностика увеличивает шанс на успешное лечение!

Посещать гинеколога нужно, и это совсем не страшно. Найдите хорошую клинику, «своего» доктора и ничего не бойтесь!

A portrait of a man with short brown hair and a light beard, wearing a bright yellow double-breasted suit jacket over a black t-shirt. He is looking directly at the camera with a slight smile. The background is a bright yellow triangle on a white background.

Основатель школы,
актёр и телеведущий
Артем Данин

ПРИХОДИ
УЧИТЬСЯ

К СИЛЬНЕЙШИМ!

**школа
актерского
мастерства**



«Ликёрка-Лофт», пр-т Ленина, 85,
корпус 5, тел. +7 999 780 51 83

www.tds.school

Танцы – это целая жизнь, и она начинается с детства! В танцевальной семье DanceFit Инны Филиной пополнение – открылась детская школа DanceKids для самых маленьких танцоров. Если ваш ребенок спит и видит, как в танце он «рвет зал», а его выступления на публике рождают бурные овации, пришло время отдавать его на танцы!

**ИННА ФИЛИНА,
РУКОВОДИТЕЛЬ ДЕТСКОЙ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ
ШКОЛЫ DANCEKIDS:**

Детская танцевальная школа DanceKids приглашает на занятия малышей с трех лет – в этом возрасте дети прекрасно себя чувствуют с педагогом наедине, с удовольствием выполняют задания и учатся быть самостоятельными.

До 31 декабря 2020 года для читателей журнала по промокоду «Модный город» первое занятие для ребенка бесплатно.

Пробный урок позволяет увидеть эмоции ребенка от посещения студии, понять, насколько понравилась ему та или иная программа.

Самые маленькие в DanceKids занимаются развивающими танцами в беби-группах, в которых не более 8 детей одного возраста (3–4 года).

Дети 4 лет и старше могут заниматься различными танцевальными направлениями – от классического и народного танца до современного хип-хопа и брейк-данса. Также в расписании есть детский стретчинг, который подойдет и будет полезен любому ребенку.

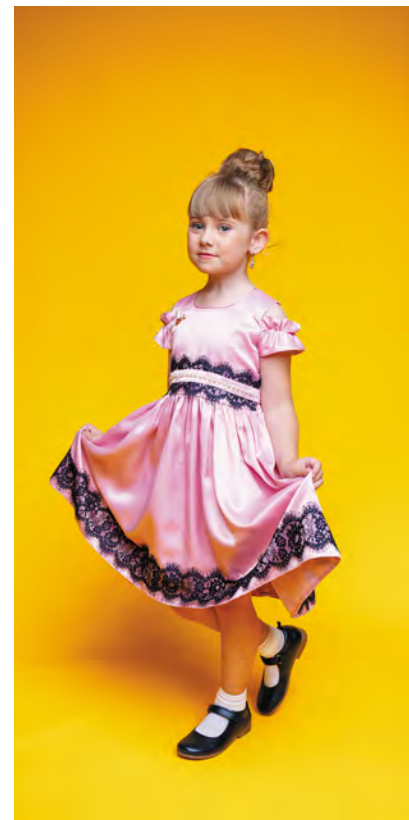
Занятия рассчитаны на разную базовую подготовку ребят. В группах мы учим танцевать тех, кто только начинает свой путь. В группах и в индивидуальном порядке развиваем детей, которые давно и успешно танцуют, обучая их новым техникам и приемам танцевального искусства.

Многие классы для детей проходят в одно время со взрослыми занятиями. Это очень удобно для мам – оставив ребенка тренеру, они и сами могут позаниматься с пользой для души и тела в другом зале.

Детская школа DanceKids – танцевальная семья, в которой дети находят любимое хобби и друзей. Ведь у нас не только танцы, но и активная внеурочная жизнь, где дети из всех групп общаются на танцевальных вечеринках, общешкольных мероприятиях, выступлениях, праздниках, фотосессиях и отчетных концертах. Кстати, отчетные концерты у нас проходят в необычном и интересном формате танцевального мюзикла. Наши ученики превращаются в героев сказки, танцевальные постановки на сцене меняются кадрами из сказки, после чего в финале все начинающие артисты купаются в аплодисментах и награждаются медалями. Наш последний мюзикл «Снежная королева» собрал более 200 зрителей, чем я как режиссер-постановщик несомненно горжусь!

МЫ В ДАНСЕ!





ДАРЬЯ, 6 ЛЕТ

Начала заниматься танцами с 5 лет. С удовольствием ходит в DanceKids: ей очень нравится красивая и уютная студия, внимательные и отзывчивые преподаватели. Любит участвовать в открытых выступлениях и веселых вечеринках, которые проходят в студии.

Даша очень любит петь и танцевать, в свободное время рисует, собирает аквамозаики, катается на велосипеде и самокате.

У Даши есть мечта – в будущем стать известным танцором!

Пр-т Ленина, 22, тел. 79-08-05
www.dn-f.ru @dancefit71 @dancefit_kids

ДЕТСКАЯ ШКОЛА
DANCE KIDS





МАРГАРИТА, 10 ЛЕТ

Занимается танцами с 5 лет.

Хип-хоп в DanceKids нравится свободой, энергией и возможностью выразить себя.

Рита увлекается не только танцами: она учится игре на гитаре, любит рисовать, создавать сайты и игровых персонажей.

Мечтает посетить разные страны, найти дело по душе, когда вырастет, и о многом другом.





КСЕНИЯ, 9 ЛЕТ

Танцами занимается с 6 лет. В DanceKids особенно нравятся занятия по хореографии: любит педагогов и шпагат возле стены.

Ксюша – активная девочка: танцует, увлекается бегом, футболом, любит кататься на роллерах, зимой – на лыжах и коньках.

Мечта – ездить на соревнования по разным видам спорта.





Марина Азарова

Павел Гришин

Любовь Бакулина

КОМАНДА ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ



Александр
Астахов

Мария Штылёва

Юрий
Николаевич
Шувалов

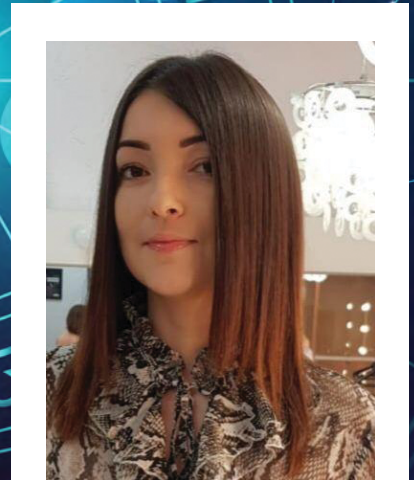
ГОГОЛЬ

ФИТНЕС-ЦЕНТР

Тула, ул. Гоголевская, 45а,
тел. отдела продаж 52-88-22
www.gogol-fit.ru

ЖЕЛАЮ ЗНАТЬ, ЧТО БУДЕТ

Не удивимся, если у вас уже есть личный астролог – направление это сейчас крайне популярно и востребовано. Каждый второй следит за ретроградным Меркурием, имеет натальную карту и знает, что астрология – это не просто гороскоп по знаку зодиака. Если вы пока ничего этого не делаете – держите астрологический ликбез от Анны Йерусалем.



АННА ЙЕРУСАЛЕМ, астролог

Наше сознание устроено так, что оно ищет стабильности и определенности. Но жизнь редко бывает стабильной, и каждый день в ней есть муки выбора – от бытового «что приготовить на ужин» до глобальных вопросов по смене работы, открытию бизнеса, замужеству и т. д. Где есть выбор – там есть и риск сделать его неправильно. И нам страшно. Ведь по сути, нас в детстве не учат принимать решения – нас с детского сада ругают за ошибки и учат бояться их. Поэтому многие предпочитают плыть по течению, не реагировать на изменения, пока они не достигнут критической массы и не выльются в кризис – личностный, семейный, профессиональный или связанный со здоровьем.

В чем здесь помогает астрология? Ее задача – помочь человеку найти свой путь к гармонии, идти по своей, а не чужой линии жизни, принимать правильные решения. Для тех, кто стоит перед важным выбором, она прогнозирует риски. Для тех, кто «потерялся» в вечном дне сурка – показывает сферы, где можно успешно реализоваться, и те, которые нужно «подтянуть» к балансу. Можно выявить сферы везения. Можно определить вектор приложения сил – например, когда

дети выросли, дом построен, цели достигнуты, и что делать дальше, человек не понимает.

Для каждого человека астролог составляет натальную карту – это его персональный гороскоп по дате, времени и месту рождения. Такой космический паспорт, который фиксирует расположение планет в момент его рождения. На протяжении жизни натальная карта не меняется и у разных людей не повторяется – у каждого она своя.

Что показывает натальная карта? Всю жизнь человека: его способности и слабые стороны, предрасположенность к болезням, благоприятные и не очень периоды, сферы приложения сил, преграды, опасности – в общем, все ключевые точки в судьбе. И по этой карте можно составлять прогнозы – на завтра, ближайший месяц или 20 лет вперед.

Кто приходит к астрологу? Есть категория людей – духовных искателей, которые постоянно в поиске ответов на свои сокровенные вопросы. А есть те, кому нужен конкретный ответ на вопрос «Что делать?» здесь и сейчас. Самые популярные вопросы касаются:

- денег. Например, много работаю, но денег не хватает. Анализ натальной карты позволяет направить энергию человека в ту сферу, где можно расширить денежный поток, и рецепты финансового успе-

ха у каждого будут свои. В карте также зашифрованы ответы, можно ли давать в долг или брать кредиты, копить или тратить, молчать о своих достижениях или рассказывать о них.

- личной жизни. Умница, красавица, но одинока. Или 10-20 лет в браке – и рядом вдруг совсем не тот человек, за которого выходила замуж. Причины одиночества, типаж партнера, рецепт гармоничных отношений – у каждого это свое, и все это можно «прочитать» в натальной карте, как и действия, которые нужно предпринимать, чтобы союз был долгим и удовлетворяющим людей.

- здоровья. Все мы знаем фразу «в здоровом теле – здоровый дух». Справедливо и обратное: если здоров дух, здорово и тело. Если человек реализует себя, живет счастливо и каждый день встречает как подарок – он не болеет. По натальной карте даются рекомендации по развитию своего духа, энергии, потенциала, а также прогнозируются потенциальные риски по здоровью и пути, помогающие их минимизировать.

Подходящего всем «рецепта» счастья и успеха астролог не дает – его просто нет, потому что у каждого – личный жизненный сценарий. И когда ты его знаешь и понимаешь, куда двигаться, – ты можешь стать осознанным игроком своей жизни, а не наблюдателем.

Ребята,

ЭТО FУCKУР

Фак-ап на офисном сленге – провал. Чему он может научить и как повернуть неудачу себе на пользу, рассказали пятеро известных тульских бизнесменов. Своими историями предприниматели поделились на вечеринке Fuck-Up.

f

АЛЕКСАНДР ВОЛЖОВ

Основатель компании
Event Digital Marketing

«ПРОВЕРЬ ВСЕ ПО СТО РАЗ И УБЕДИСЬ, ЧТО ТЕБЯ ПОНЯЛИ ДРУГИЕ»

– В 2015 году мы как компания-организатор работали над очень крутым проектом для китайского автомобильного бренда – закладкой первого камня в строительство автозавода. Мероприятие должно было пройти на крайне высоком уровне, среди гостей – губернатор, министры, топовые управленцы. В рамках события должна была состояться протокольная встреча, поэтому среди прочих задач на нас возложили организацию синхронного перевода. Мы связались с ведущим институтом в Москве и подписали договор о том, что к нам в день мероприятия приедут два специалиста.

И вот всё готово. Мы волнуемся. И понимаем, что синхронисты должны были приехать уже час назад, но их нет и на связь они не выходят. И наконец – ура! – проходит звонок, и переводчики, опережая наш вопрос, кричат: «Мы на месте! Но здесь никого нет! Тут только палатка с шаурмой и вокзал». Эти люди перепутали два региона и приехали по тому же адресу, но... в Тверской области.

Мы в минуту поседали. Всё мероприятие – под угрозой срыва. И тут мы вспоминаем, что в контактной группе со стороны Китая есть молодой человек, который очень любит русский язык. Мы не придумали ничего лучше, как вызвать его и объяснить суть проблемы. Седых людей на этом мероприятии сразу стало на одного больше. Но он почему-то перекрестился, сел и начал переводить.

Этот провал раз и навсегда меня научил: нужно по сто раз проверять все детали и всегда получать обратную связь, чтобы убедиться, что люди поняли тебя правильно.



СЕРГЕЙ ХОМЯКОВ

Основатель сервиса
скидоч Homsbox



**«ЕСЛИ ТЫ ДЕЛАЕШЬ ХОРОШИЙ ПРОДУКТ, ОН
ПЗВОЛЯЕТ ИНОГДА ОШИБАТЬСЯ»**

– В первое время работы моего проекта купоны на скидки не продавались через интернет в силу того, что такие продажи были слабо развиты и процветало мошенничество. Чтобы наши клиенты гарантированно получали свои купоны, мы их развозили: я лично доставил несколько тысяч купонов. Спустя пару лет, уезжая в отпуск, я дал своей команде идею – найти курьера-афроамериканца. На мой взгляд, это был яркий маркетинговый ход. Поговорили, и я уехал.

В то время основной доход мы получали именно с продажи купонов: его хватало как раз на зарплату сотрудникам. Когда спустя две недели я вернулся из отпуска, оказалось, что мои ребята-таки нашли афроамериканца! С русским у него было не очень, но покупатели купонов радовались. Правда, недолго: парень пропал вместе с выручкой. Я его нашел, смог вернуть наши деньги. И получил урок: лучше работать с людьми, которые совпадают с тобой по менталитету, культуре и ценностям.

Второй фак-ап случился с моим программистом, который работал над нашим сайтом и рассылкой. Для нас это был важный инструмент: через него люди узнавали о новых акциях и скидках.

“ Когда программист уволился, выяснилось, что он делал рассылку только на наш офис: вместо десятков тысяч клиентов ее получали только я и двое моих сотрудников.

Урок второй: проверять и контролировать нужно всё.

Сейчас я строю пати-кар – автомобиль с караоке, танцполом на крыше и другими развлекательными штуками. Я потратил на проект два года своей жизни и четыре миллиона рублей. Но я ни о чем не жалею, потому что сделал из этой истории третий вывод: если ты создаешь продукт, который интересен людям, он дает тебе возможность заниматься другими интересными тебе проектами и иногда учиться на своих ошибках.

ДАНИЛА СТАНИСЛАВСКИЙ

Основатель сервисных центров Apple в Туле Dservice и GREATSTEVE

f

«ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК НЕ ТВОЙ, РАССТАВАЙСЯ СРАЗУ»

– Когда я решил открыть свой сервисный центр, моим компаньоном стал Алексей. Тогда я еще верил в то, что все люди могут работать так же, как я, и так же ответственно относиться к делу. Алексей был совсем другим, по нему сразу были тревожные звоночки, но я был уверен, что в моей команде он сможет всему научиться и станет лучшим.

Через какое-то время я понял, что пашу, как конь, а Леха только портит мою работу. Тогда мы пересмотрели финансовые условия, и он потерял половину своего дохода. Я думал, что после этого человек побежит так, что и меня

перегонит. Но он работал так же медленно и плохо. Однажды ему в ремонт принесли два одинаковых айфона, он ни один из них не сделал, да еще и порепутал, отдавая клиентам.

Наш первый офис сгорел. Пришлось искать новый и делать в нем ремонт своими руками. И вот однажды Леха хлопает себя по лбу и говорит: «Это же я виноват, что мы сгорели. Меня за две недели предупредили, что надо съехать, так как здание будут сносить. А я забыл...».

Казалось бы, в этом человеке уже сто раз нужно было разочароваться, но я все еще в него верил. Мы провели отопление в новый офис, запустили воду, и вдруг трубу прорвало. И вот картина: я держу трубу двумя руками, чтобы мень-

ше лило, и пытаюсь найти решение, а Леха бегаёт рядом и вопит: «Что делать? Что делать? Пойду кофейку возьму!».

История длилась три года. Я не мог с ним расстаться, потому что трусил потерять сотрудника, которого обучил: боялся, что он унесет мои секреты к конкурентам. В итоге он ушел в другой сервис, но не принес туда ничего от меня. Он просто всё забыл.

Мораль: не иметь дел с людьми, по которым идут звоночки. Не питайте иллюзий относительно человека, в поведении которого вас что-то напрягает. Звоночки приходят сразу, их нужно слышать и понимать, что они важны. И не бояться расставаться с теми, которые не отвечают вашим ценностям.

Он ушел в другой сервис, но не принес туда ничего от меня. Он просто всё забыл.



СЕРГЕЙ ЕЛИСЬЕВ

Основатель сети стритфуд-кафе It's Hot, руководитель тульского отделения общественной организации «Опора России»



«НЕ ИЩИ ЛЕГКИХ ДЕНЕГ И БУДЬ НАЧЕКУ»

– Прийти в бизнес меня заставил первый фак-ап в моей взрослой жизни (fuck up – с англ. провал). Я учился на факультете иностранных языков, а это такое место, где ты пять лет ходишь в розовых очках, веря, что станешь переводчиком и будешь получать зарплату в долларах. Когда я получил диплом, выяснилось, что в Туле я могу заработать переводчиком 12 тысяч, и совсем не долларов. Пришлось идти работать менеджером по продаже дверей и паркетной доски. Я считаю это своим первым провалом, после которого я понял, что нужно что-то менять, и решил заняться бизнесом.

Мой бизнес – сезонный: я работаю с апреля по октябрь, а зимой у меня большой отпуск. Несколько лет я проводил его в Таиланде. Но даже на от-

“ В Таиланде я познакомился с веселым парнем Володей из Киева, который зарабатывал на ставках на спорт.

дыхе у любого предпринимателя мозги постоянно работают – ищут возможность получить прибыль. Я в то время задумывался о формировании пассивного дохода, и с этим оказался связан мой самый обидный провал. В Таиланде я познакомился с веселым парнем Володей из Киева, который зарабатывал на ставках на спорт. Однажды он предложил поучаствовать в этом и мне, для начала с небольшой суммой, пообещав 10% за пару недель. Не обманул. Следующей зимой мы снова встретились в Таиланде и заговорили о моем более серьезном вхождении в его схему. Суммы вложений росли, я получал прибыль, но в один момент этот веселый парень исчез. Вместе с моими деньгами. Выяснилось, что не я один пострадал: мой компаньон потерял на этом миллион, а наши друзья из Тюмени – два. Это был очень обидный, но важный урок: не стоит искать легких денег, их нужно зарабатывать. И всегда быть начеку.

ТАТЬЯНА АГИБАЛОВА

Основатель Музея
международного пряника



«НЕ БОЙСЯ РИСКОВАТЬ»

– Когда-то я была координатором по маркетингу сети игорных заведений. Однажды компания решила открыть в Туле казино и дала задание запустить по городу колесницу с девушками, которые будут размахивать флагами, оповещая об открытии. И мне предстояло все это организовать. Колеса для колесницы нашлись у мамы в деревне, валялись в ручье у соседа. Повозку соорудили в рекламном агентстве. И вот день Икс: мы в Центральном парке, две девочки-модели, на которых из одежды – только парики, набедренные повязки и бусы, и лошади, которые совсем не горят желанием кого-то на себе везти. На выезде из парка мы сразу вызываем фурор: машины сигналят, мужчины свистят, лошади пугаются. И тут раздается звонок от московского координатора: «Тань, ты с ГАИ

«Машины сигналят, мужчины свистят, лошади пугаются. И тут раздается звонок из Москвы: «Тань, надеюсь, ты с ГАИ это шествие согласовала?»

это шествие согласовала?». Конечно же, нет, я даже об этом не подумала! Как и о том, что лошади – не люди, они не остановятся на красный сигнал светофора...

Тогда я думала, что если переживу этот день, то мне в принципе уже ничего не будет страшно. Поэтому мой вывод – не надо бояться. Если мы рассчитываем на результат, нужно быть готовым рисковать.

Эта история – веселая, но была и грустная. Я готовила открытие торгового центра. Проект праздника нужно было согласовать с собственником, и мы с моим партнером отправились к нему. Гостиничный номер. На кровати под одеялом лежит наш наниматель и курит. Мужчина лежит, – возможно, ему капельницу только что сделали? Но ты четко понимаешь, что сейчас происходит насилие, и тебе надо уйти. И ты не уходишь, потому что есть бюджет в 9,6 млн рублей и команда, которая с тобой работает. Я села на крайшек кровати, мой партнер начал показывать слайды, а у меня сил хватало только на то, чтобы не упасть.

Открытие было шикарным, мне за него не стыдно, но стыдно за себе. Прошло уже больше 10 лет, но я так и не простила себя того, что тогда не ушла.



ХОРОШИЙ БОСС

**ЗАКАЗЫВАЕТ КОРПОРАТИВ
У НАС!**

Банкеты от 45 до 200 человек, с программой и без,
от 2300 руб. на человека



Inshunka SPA
ГОСТИНИЧНЫЙ КОМПЛЕКС

Бронирование корпоративов
+7 910 942 42 22
пос. Иншинский, 23



И ГОТОВИТ СВОЮ КОМАНДУ УЖЕ СЕЙЧАС!

Акция на комплекс бассейн-сауна-хамам
при заказе 2 часов – третий в подарок!

Акция действует с 21 сентября по 31 ноября 2020 г.
На выходные (суббота и воскресенье) и праздничные дни акция не распространяется.

Бронирование банного
комплекса +7 920 770 05 05
www.inshinka-spa.ru
[@inshinka_spa_official](https://www.instagram.com/inshinka_spa_official)



Inshinka SPA
ГОСТИНИЧНЫЙ КОМПЛЕКС

СЧИТАЙ И ОКУПАЙ

Окупаемость – это срок, который требуется для того, чтобы были полностью возмещены первоначальные инвестиции, вложенные в проект. То есть это тот период, после которого первоначальные вложения начинают генерировать доход.

Кроме ресторанных и других бизнес-проектов, я имею отношение к сельскому хозяйству. И недавно мы начали процесс по выкупу доли соседнего сельхозпредприятия. Один из видов деятельности – животноводство, крупный рогатый скот. На встрече с руководителем хозяйства тот рассказал нам, как здорово кормятся его коровы: на корм за год мы потратим «всего-навсего» 12 миллионов рублей. Прикинув в уме стоимость молока и объёмы продаж, я вычислил прибыль – 7 миллионов в год. Моё лицо в этот момент излучало куда меньше оптимизма, чем лицо директора совхоза.

А схема на самом деле простая. Рассчитывая бизнес-модель, стоит в первую очередь попытаться выяснить усреднённую модель покупательской способности.

Например, вы хотите продавать кофе в парке. В среднем кофейный аппарат продаёт 30 кружек напитка в день. Считаете себестоимость кружечки, затем стоимость розничную. Отнимая от второго первое, мы получаем так называемую «грязную рентабельность».

Можно пользоваться для расчета разными программами, самая простая – табличка Excel. Вбиваете уже поступивший доход, отнимаете расход и опа! Цифра вас либо радует, либо огорчает. Обычная, банальная для бизнеса вещь, хотя большинство предпринимателей не делают даже этого, а руководствуются счетом в уме и эмоциями.

Я рекомендую всегда рассчитывать самый плохой вариант развития событий: получили «среднюю цифру по



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

больнице» – возьмите цифру меньше. Самый плохой вариант? Пусть так! Но даже если и он приносит прибыль – это отлично!

Ещё один важный момент – про стоимость денег. Кредит, займ у частного лица, собственные накопления – любые деньги стоят денег, как бы это не звучало. Учитывайте эту историю при расчетах.

Время. Многие не учитывают своё время. Но, оно, как известно, тоже стоит денег. Допустим, сейчас вы зарабатываете 50 тысяч рублей. Разделите эту сумму на дни и часы и получите цифру: сколько стоит час вашего времени или день (хотя был у меня опыт, когда мы строили квесты: скорее потеряли деньги, чем заработали, но мы с друзьями-партнёрами до сих пор вспоминаем этот опыт и те эмоции, что мы получили).

Не забывайте про налоги. Нехорошие люди думают, что налоги можно

не платить. Это не так. Не разбирайтесь – начните с 6% с дохода: это самая понятная система налогообложения в России.

Бизнес в наше время все дольше и дольше окупается. Сейчас средний срок окупаемости в малом бизнесе – 4–6 лет. И если вдруг по вашим расчетам ваш бизнес окупится за 1,5–2 года – скорее всего, вы плохо считаете. Или же вы нашли эльдорадо – такой проект нужно скорее воплощать в жизнь!

Готовы рисковать – рискуйте: чем больше рисков – тем быстрее, как правило, срок окупаемости. Хотите стабильности и небольшого роста инвестиций? Покупайте недвижимость! Хотите драйва и постоянной включенности в процесс, движения в плотном конкурентном трафике, но и большего роста? Занимайтесь бизнесом!

Всем удачи в новых, хорошо окупаемых проектах!

АТМОСФЕРА ДИСКО КАРАОКЕ И ТАНЦЫ

Металлистов 126, Казанская Набережная
Телефон: 21-62-00

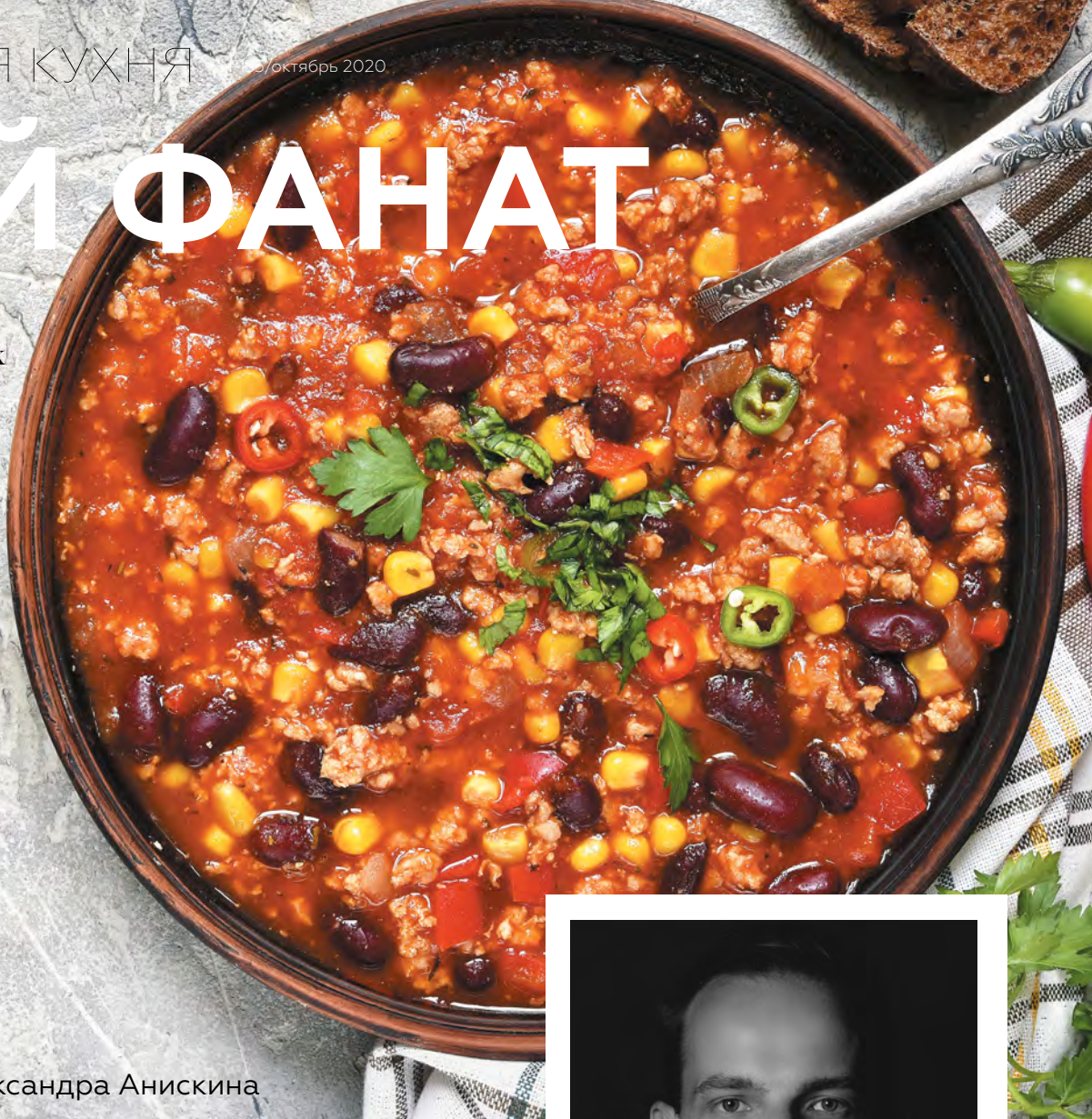


**ПОКАЖИ БАРМЕНУ СЕЛФИ С
ЭТОЙ СТРАНИЦЕЙ И ПОЛУЧИ
СКИДКУ 10%**

*Акция действует до 28 октября 2020 года

МОЙ ФАНАТ

Большинство тем о любви и отношениях уже обмусолены со всех сторон. Но сегодня я нашел для вас актуалочку. Девушки из Only Fans – кто они? Что это такое? И каковы правила игры?



ЧИЛИ КОН КАРНЕ

от шеф-повара Александра Анискина

Для начала – что такое OnlyFans. Это такая прога, в которой глазеешь на девушек и парней, на их фотки, видео и можешь с ними пообщаться. Но за все это ты должен заплатить. Хочешь разово, а если уж так прирастался или очень сильно кем-то заинтересовался – можешь купить себе абонемент на определенное время. Для кого эта прога? Для всех, кто достиг 18-ти.

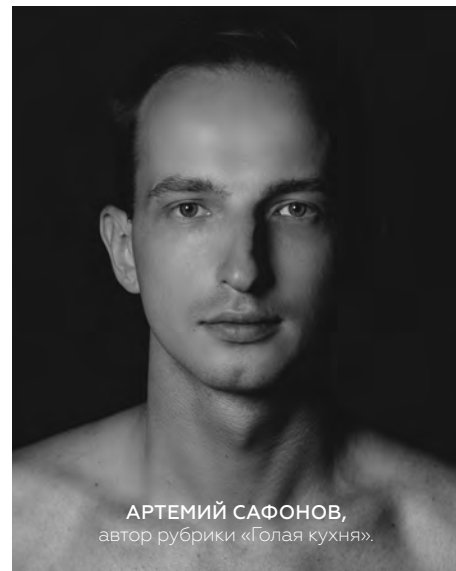
Посмотрев и почитав об OnlyFans, могу сказать, что мы начинаем переходить на новую ступень общения. Там совершенно спокойно можно завести себе партнера, с которым у тебя будут вполне себе серьезные отношения (ну, или ты можешь думать, что они серьезные, если договорился об эксклюзиве). Правда, секса у вас не будет, за исключением виртуального, но проявлений романтики вот точно будет в избытке. Это – один из видов взаимодействия в OnlyFans.

Ко второму виду можно отнести так называемых Sugar daddy и Sugar mammy.

Они не только общаются и смотрят, но еще и содержат тебя. Да, они платят за то, что ты с ними говоришь, хранишь им верность, поддерживаешь. В общем, как обычные отношения, но на расстоянии. Да, они хотят любви и семьи, но только в сети.

Многие, конечно, скажут, что они больные, извращенцы и отправят их до ближайшего центра психологической помощи. Но на мой взгляд, это вполне неплохая идея для отношений. Почему? Так все же просто: никакой бытовухи, можно научиться слышать друг друга, проявлять романтику и не устраивать затяжные скандалы с битьем посуды. И знаете, с каждым годом все больше людей устраивает этот формат отношений. И появляется все больше Sugar baby, которые ходят в сети «мам» и «пап».

Могу угадать, что вы сейчас думаете: «Это продажные люди, за бабло на все готовы!». А на мой взгляд, они просто пользуются той возможностью, которая у них есть. Да и их деятельность трудно назвать такой уж легкой. Чтобы хорошо зарабо-



АРТЕМИЙ САФОНОВ,
автор рубрики «Голая кухня».

тать, нужно хорошо выглядеть, хорошо говорить и, как ни странно, уметь слушать, что не каждому в принципе дано.

Ну и конечно же, из раза в раз я провожу параллель с едой или сервисом. И сейчас я думаю, что подобная тема – это мексиканская история. Это чисто чили кон карне. Пикантно, но по сути просто. Всем знакомые ингредиенты, но под новым соусом. Просто под другим углом.

И если можно обойтись без негативных сторон реальных отношений и получать приятные эмоции и прекрасное общение виртуально, то почему нет?

**ПРЯНОСТИ
& РАДОСТИ**
РЕСТОРАН

-25, 26, 27, 28 ДЕКАБРЯ-

2021

НОВОГОДНИЕ КОРПОРАТИВЫ

**ВЕДУЩИЙ:
ЕГОР ЕМЕЛЬЯНОВ
DJ**

**ВОКАЛ:
LADY KSU**

**ДЕД МОРОЗ И СНЕГУРКА
КАВЕР-ГРУППА «КОМИКСЫ»**

СБОР ГОСТЕЙ 19:00

ОКТЯБРЬСКАЯ, 1Д +7(910)700-00-99

ВИНО И ФАСТФУД: ИДЕАЛЬНАЯ ПАРА?

Оказывается, они совместимы: «уличная еда» и даже джанкфуд и бокал хорошего вина. Вишние эксперты предлагают разные сочетания. Своими экспериментами в «винофрикогастрономии» поделилась Анна Махель, вишный энтузиаст.



АННА МАХЕЛЬ,
ВИШНЫЙ ЭНТУЗИАСТ, @ANNA.MAKHEL

Многие любят бургеры – чем их «запить»? С этим гастрономическим изобилием «справится» хороший каберне совиньон. К бургеру с сыром (чизбургеру) подойдет шардоне.



Все, что связано с вином, – для меня это целый мир, где я поглощаю новые знания в огромном количестве. В очередной статье о трендах в винном мире (да-да, там тоже есть своя мода!) я наткнулась на тенденцию – вино+джанкфуд. Показалось интересным: многие из нас уже давно испробовали на себе классические сочетания – белое к рыбе/красное к мясу, а здесь – нечто на первый взгляд несочетаемое. И я решилась на эксперименты – несмотря на то, что о вине следует говорить с придыханием и относиться к нему с уважением, ведь этому напитку более 8000 лет. Но мир диктует нам свои правила, и иногда можно отступить от костных устоев и попробовать что-то новое и неизведанное. Тем более, что открытие новых гастрономических сочетаний очень полезно для мозга и психики.

А ещё у нас с вами очень быстрый ритм жизни, и иногда просто некогда приготовить нормальный ужин. И, заказав пиццу или бургеры на дом, хочется выпить бокал вина, которое составит с этой едой правильную пару, и получить гастрономическое удовольствие.

ВИНА В КОМПАНИЮ К «БЫСТРОЙ ЕДЕ» И ДЖАНКФУДУ НЕ ДОЛЖНЫ БЫТЬ СЛИШКОМ СЛОЖНЫМИ И ДОРОГИМИ (ВСЁ ЖЕ ТАКИМИ НАПИТКАМИ СЛЕДУЕТ НАСЛАЖДАТЬСЯ). ВЫБИРАЕМ ВИНА ПОПРОЩЕ И ПРОБУЕМ РЕКОМЕНДУЕМЫЕ WINE PAIRINGS:

- шардоне+попкорн
- шардоне или шампанское+картофель фри
- темпранильо или мальбек+пицца
- пино нуар+чипсы со вкусом барбекю
- вердехо+читос
- игристое вино брют + чипсы со вкусом краба

Что касается пиццы, то к разным ее видам необходимо свое вино. Это как пиво с воблой – идеальное сочетание, если найти правильный дуэт:

- пицца пепперони+мерло или каберне совиньон. Любые красные вина с фруктово-овощными нотками будут отличной парой.
- пицца маргарита+гарнача или сухое розовое, зинфандель или шардоне.
- пицца с колбасой/сосисками+санджовезе, сира или пинотаж.
- гавайская пицца+рислинг или ламбруско. В рислинге прослеживаются ароматы ананаса и отличная кислотность, что оттенит «сладкую» пиццу.



Fast food может быть вкусным и полезным! При условии, если он приготовлен из качественных продуктов, свежих овощей и говядины высшей категории. Именно на этом и основана кухня легендарного ресторана Steak House.

Наши бургеры – не просто стритфуд, а полноценное блюдо, которое можно взять с собой или насладиться им в стильном интерьере нашего ресторана. Мы поможем подобрать к блюду подходящее вино и создадим уютную обстановку, в которую захочется возвращаться снова и снова. И каждый раз радовать себя сочными бургерами с мраморной говядиной, пиццей с оригинальными начинками и, конечно же, стейками, которые прославили наш ресторан не только в Туле, но и за ее пределами!



Проспект Ленина, 59,
тел.: 31-22-81,
+7 910 701 57 17

Ресторан Steak House
• ПРЕДСТАВЛЯЕТ •

СТРИТФУД

вкусно и полезно!



НА RAT'S PUB

НАСТОЯЩИЙ ВКУС ИРЛАНДИИ

Ирландская кухня – много ли мы знаем о кулинарных предпочтениях жителей этой страны? Как правило, Ирландия ассоциируется с кофе, ирландским рагу и картофелем. Конечно, традиционным для ирландской кухни является пиво. По употреблению пенного страна входит в список лидеров – ежегодно в пабах и на тематических фестивалях выпивают тысячи литров напитка.

Одна из основных национальных традиций в кухне Ирландии – любовь к мясу, овощам и хлебу. Особым почетом пользуются блюда из картофеля и капусты, именно эти овощи являются основой многих блюд ирландской кухни.

Национальная кухня Ирландии далека от таких понятий, как «изысканная» и «утонченная». В отличие, например, от французской кухни, в Ирландии особых изысков нет. Главное требование – еда должна быть сытной, это обусловлено не-



простыми климатическими условиями, в которых необходимо выживать. Именно поэтому в кухне Ирландии преобладают блюда из мяса и жирных сортов рыбы.

Интересный факт! В список ирландских национальных блюд входит сливочное масло, продукт отличается безупречным качеством, отличным вкусом.

Основа ирландской кулинарии – обыкновенная крестьянская еда. В прибрежных районах в меню преобладают рыбные блюда, в остальных – мясные (в основном из баранины и свинины). А вот картофель распространен повсеместно. Его употребляют много и весьма разнообразно, вплоть до оладий.

Часто блюда готовятся на основе смеси из большого количества овощей, мяса и картофеля с разнообразными приправами и специями. Рестораны ирландской кухни удивляют своих гостей особым способом приготовления, когда блюда готовятся только на открытом огне.

Самым известным представителем ирландской кухни является, пожалуй, рагу. Его рецептов бесчисленное множество, и что входило в его состав изначально, установить сложно. Скорее всего, в дело

шло все, что хозяйка могла найти на кухне. Главное требование – чтобы блюдо получилось густым, жирным и питательным. Классическое рагу готовится из бараньей шейки, картофеля, лука, брюквы или моркови, с добавлением чабреца, тмина, соли и перца. А если в почти готовое блюдо влить немного темного пива Guinness, то вкус рагу будет просто неповторимым.

Вообще ирландцы любят все смешивать. Например, в одной кастрюльке готовятся бекон, сосиски, картошка и прочие ингредиенты. Очень популярен гриль-микс: свинина, баранина и ирландские колбаски, жаренные на открытом огне. Многие блюда готовятся из разных видов мяса, которое и тушится, и поджаривается, и запекается в пироги, которые также являются одними из особо почитаемых в Ирландии кушаний.

Принцип традиционной ирландской кухни прост: сытно и вкусно. Простотой отличаются и способы обработки ингредиентов: их варят, тушат или жарят. Поэтому зачастую местную национальную кухню называют грубоватой. Но это стереотип, который опровергается за считанные минуты, проведенные за ирландским столом.



Интересный факт!

В самые сложные и голодные годы местных жителей спасала лебеда, а традиционным напитком был мед, который напоял медовуху. Готовили его методом брожения медового раствора.



ДАЙ ПЯТЬ

ТУЛЬСКИЙ HARAT'S PUB ПРАЗДНУЕТ ПЯТИЛЕТИЕ И ПРИГЛАШАЕТ ОТМЕТИТЬ ПЕРВУЮ ПОЛУКРУГЛУЮ ДАТУ. ЦЕЛЫХ ДВА ДНЯ – МАЛО НЕ ПОКАЖЕТСЯ!

Один из самых жарких трибьютов Тулы. В репертуар трибьюта «ЛЯПИС ДЭНС» входят как старые стеб-рок шлягеры, там и более поздние забористые хиты. Те, кто был на концертах группы, знают, что редкий коллектив выкладывается так, как эти ребята. Во время выступления пол ходит ходуном, потому что зрители прыгают, как сумасшедшие.



Это красивые мелодии, тексты, наполненные смыслами, драйвовое гитарное звучание, нежный и сильный вокал. Это редкие концерты, на которых обязательно нужно быть. Не пропусти яркое музыкальное событие в Harats Pub Tula!
Заказ билетов Майсло касса.
VK velvet_tula_2020

ПЯТИЛЕТИЕ HARAT'S – это два дня угарного веселья, хорошей музыки, безудержных танцев, море КОНКУРСОВ И ПРИЗОВ.

ПРИХОДИ, ОТПРАЗДНУЕМ ВМЕСТЕ!



Красноармейский проспект, 19
Справки по телефону 525-025



@harats71

ИСКУССТВО АРОМА-ДЕКОРА

Ароматы для интерьера имеют удивительную силу: дома они помогают дополнить уют и создать атмосферу расслабления, в офисе – поддерживать работоспособность, в шоуруме – мотивировать гостей задержаться подольше. Дополнив окружающую вас обстановку запахами и эмоциями с премиальными ароматами Dr. Vranjes Firenze, которые представлены в магазине цветов и подарков «Расцветочка»!

Аромат – одна из самых важных составляющих интерьера, ведь запах мы слышим прежде, чем видим предметы обстановки. Сейчас ароматизация пространства популярна как никогда: теперь мы знаем, что запахи влияют на наши чувства и разум, а кроме того, они создают в интерьере неповторимую ауру, в которую хочется возвращаться.

Ароматы Dr. Vranjes Firenze станут элегантными элементами декора интерьера, которые дарят удовольствие всем, кто их ощущает. Каждый из ароматов – концентрат миллионов цветов, собранных по утренней росе, – может создать в вашем доме чистую и уникальную композицию.

Для разных помещений предназначены свои ароматы, и их важно правильно выбрать – а это настоящее искусство. Разные компоненты натуральных масел в составе композиций Dr. Vranjes Firenze пробуждают определенные эмоции, по-своему влияют на настроение. Найти аромат, наиболее подходящий для каждого помещения в доме, помогут эксперты магазина «Расцветочка».

Не бойтесь, что запахи разных помещений будут противоречить друг другу. Ароматы Dr. Vranjes Firenze смешиваются

друг с другом очень гармонично, и если вы, переходя из комнаты в комнату, перенесете с собой ноты разных ароматов, – все вместе они сложатся в уникальную композицию, которую и называют «запахом дома».

Форма, в которой представлен аромат, сама может стать украшением интерьера. Флаконы Dr. Vranjes Firenze созданы в старинных флорентийских мастерских и повторяют очертания купола собора Санта-Мария-дель-Фьоре.



Аромат
Aria (воздух)

Аромат
Fuoco (огонь)



Аромат
Arancio Cannella
(апельсин и корица)

Аромат
Peonia Black Jasmine (пион,
черный жасмин)



Аромат
Aqua (вода)



Аромат
Rosso Nobile
(благородное
красное вино)

Интерьерные ароматы – идеальный подарок: они нужны всем, и каждому способны доставить радость. Если хотите удивить, подарить яркие эмоции и хорошее настроение, которое будет длиться долго – дарите Dr. Vranjes Firenze!

Dr. Vranjes
Firenze



MELOGRANO

Dr. Vranjes
Firenze



FRAGRANZA D'AMBIENTE

ООО «Акцент»



супермаркет цветов и подарков

РАСЦВЕТОЧКА

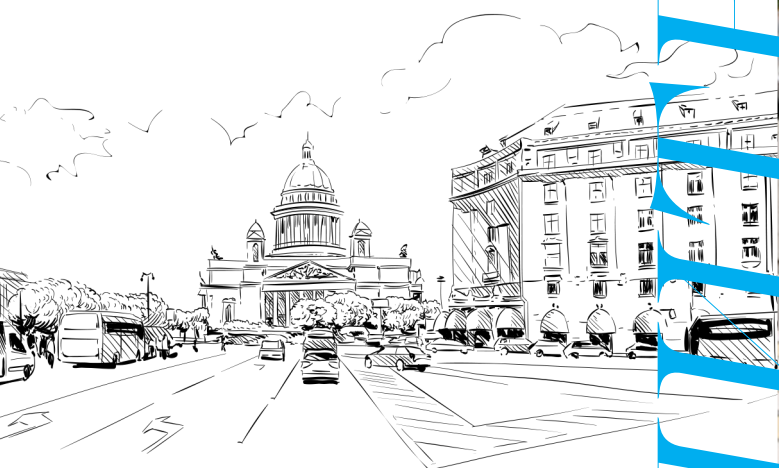
Тула, ул. Фрунзе, 16, тел. 25-96-65,

Instagram: [rascvetochka.decor](#)

Instagram: [rascvetochka](#)

Официальный представитель ароматов для дома Dr.Vranjes в Туле – супермаркет цветов и подарков «Расцветочка»

Я ДАРЮ ТЕБЕ



В сентябре Юлия Герасимова, управляющая сетью супермаркетов «Клумба», организовала для себя и подруг «шугерский девичник» – поездку в Санкт-Петербург чисто женской командой.

Путешествие было приурочено ко дню рождения моей подруги Насти, которая была в Питере очень давно, – говорит Юлия. – Поэтому хотелось, чтобы все было особенно красиво и празднично. Начиная с отеля: мы неслучайно выбрали гостиницу «Санкт-Петербург» – здесь есть номера с видом на Неву, а кроме того, она находится в шаговой доступности от главных достопримечательностей города. Каждое утро через панорамные окна мы любовались на центр города, а по вечерам засыпали, глядя на море вечерних огней. Потрясающе! В этом отеле есть еще одно великолепное место – ресторан La Vie на крыше с уникальным видом на Петербург, где мы, конечно, тоже побывали.

В Питере невозможно объять необъятное – слишком много исторических «жемчужин», и для короткой поездки нужно было составить четкий план. Мы решили остановиться на Исаакиевском соборе, Новой Голландии и пешеходных прогулках по городу – тем более, что в хорошую погоду совсем не хочется надол-



го застревать в музеях. Прекрасные виды города стали фоном для фотосессии, которую мы организовали для себя и заодно – в подарок Насте.

Санкт-Петербург давно стал не только культурной, но и гастрономической столицей России. Здесь открывается множество интересных мест, и ради них одних стоит приехать в город! Для девчонок настоящим гастрономическим шоком стал ресторан Birch: каждое блюдо производит такое неизгладимое впечатление на вкусовые рецепторы, что ты не можешь остановиться, пока не съешь все. Заведение очень популярно, столик нужно бронировать за 2-3 недели. Посетителей «с улицы» не пускают, даже если есть свободные места. А если хотите попробовать сет из 10 блюд (он стоит 3500 руб.), – его тоже нужно заказать заранее, как и винное сопровождение. Весь ужин нас обслуживал сомелье, который рекомендовал вина к разным блюдам.



РЕКОМЕНДУЕТСЯ К ПОСЕЩЕНИЮ:

- городское пространство «Новая Голландия». Место с богатой историей и современной атмосферой, с лужайками, необычными растениями, зонами отдыха, множеством заведений и интересных мероприятий.
- ресторан Birch на Кирочной улице. За привычными названиями в меню скрываются авторские блюда, каждое из которых способно удивить. Необычный гастрономический опыт гарантирован!
- кофейня Civil. Место с очень интересным интерьером, прекрасным кофе и вкусной едой.
- ресторан-клуб «Мадагаскар» с караоке-шоу – за ночной жизнью.
- ресторан The Taste с панорамной террасой с видом на Исаакий.



ПЛАНИРУЕМ ПОЕЗДКУ. ЧЕК-ЛИСТ

1. Выбирайте удобное время выезда/вылета. Мы предпочитаем выезжать из дома выспавшимися, спокойно добраться до аэропорта, прилететь вечером, чтобы опять же выспаться и с утра отдохнувшими приступить к культурно-развлекательной программе.
2. Бронируйте хороший отель. Я не согласна с тем, что гостиница – только для «переночевать», поэтому неважно, какая она и где находится. Если, просыпаясь, можешь любоваться потрясающим видом из окна, это дает заряд позитива на весь день.
3. Имейте запасной план на случай непогоды. С Питером никогда не угадаешь, будет ли солнечно, сдует ли тебя ветром или зальет дождем. На случай погодных катаклизмов всегда должен быть второй вариант программы: меньше улицы, больше музеев и ресторанов.
4. Отправляйтесь в путешествие в хорошей компании. Это пожалуй, самое важное условие приятной поездки.



Артём Иванов

Шоумен. День рождения 29 октября



24 октября — 22 ноября

Со второй половины октября в Вашей жизни начнется динамичный период, который станет позитивным стартом нового годового цикла. Вы сможете обратить прошлые потери и поражения в свою пользу, заручиться поддержкой партнеров, почувствовать в себе силы и смелость для ухода в свободное плавание. Это очень удачный период для формирования новых планов, проектов или отношений.

Рыбы

(20.02–20.03)

Месяц непростой, но его окончание вознаградит вас за все прошлые переживания. Вы будете ощущать себя свободными, наполненными творческими идеями, сможете сменить обстановку и наполниться такими впечатлениями, которые заставят забыть о проблемах, дадут силы мечтать, любить и развиваться.

Овен

(21.03–20.04)

Искать компромиссы и налаживать отношения – задача месяца, с которой вы успешно справитесь. А еще будет много романтики, свиданий, сюрпризов – месяц обещает быть очень приятным. Совет октября – навести порядок в денежных делах и составить финансовый план: он поможет быстрее исполнить мечты.

Телец

(21.04–21.05)

Готовьтесь к напряженному трудовому графику и не самому простому взаимодействию с окружающими. Контролируйте себя: спокойствие и терпение помогут пережить это время без серьезных конфликтов и потерь. И пора подумать о новогодних каникулах: выбирайте направление, бронируйте отели.

Близнецы

(22.05–21.06)

Занимайтесь своими делами, идите к цели, не ввязываясь в конфликты. Если вы будете действовать осторожно и мудро и сумеете повернуть сложные ситуации в свою пользу, то это даст вам отличный шанс укрепить свое финансовое положение, продвинуться в карьере или начать новый бизнес-проект.

Рак

(22.06–22.07)

Если есть возможность уйти на удаленку – идите: сейчас вы более продуктивны и креативны в одиночестве. Хорошее время для планирования собственных проектов и больших домашних дел – покупки жилья, переезда, ремонта. Во второй половине месяца возможны радостные события в семье.

Лев

(23.07–23.08)

Если у вас есть амбициозные карьерные цели – сейчас самое время действовать: ваша общительность, уважение к собеседнику и высокие профессиональные качества помогут открыть любые двери. Свободным Львам стоит чаще бывать на людях: велик шанс завязать приятное знакомство с серьезными перспективами.

Дева

(24.08–23.09)

Хороший для вас месяц: будут и удачные стечения обстоятельств, и везение, и поддержка авторитетных людей в деловых вопросах. Вы сможете найти новые источники доходов, выгодно вложить деньги в недвижимость или новые проекты. В личной жизни тоже грянут перемены: есть шанс влюбиться, назначить дату свадьбы и исполнить другие заветные мечты.

Весы

(24.09–23.10)

Настало ваше время! Смелее загадывайте желания, делитесь планами со вселенной – и не сомневайтесь в том, что она поможет вам серьезно продвигаться в их реализации. Совет месяца: научитесь вставать пораньше, впусайте хотя бы немного спорта в свою жизнь и извлекайте правильные уроки из былых ошибок.

Стрелец

(23.11–21.12)

Удачное время для решения семейных дел, важных покупок, для налаживания прерванных отношений с близкими людьми. Сейчас важно поддерживать деловые и личные связи, не рисковать понапрасну, не поддаваться соблазнам и критично рассматривать деловые и рабочие предложения.

Козерог

(22.12–19.01)

Вам предстоит погрузиться в профессиональные дела. Возможны препятствия. Не идите по головам, но и не опускайте руки: твердость в намерениях непременно поможет вам прийти к цели. Не бойтесь проблем: многие из них на самом деле откроют вам хорошие перспективы для собственного развития, карьеры или расширения бизнеса.

Водолей

(20.01–19.02)

Сейчас у вас есть возможность реализовать свой самый смелый профессиональный или бизнес-план: главное, не бойтесь. И будьте открыты к переменам: они уже на пороге. В конце месяца возможна важная встреча, которая многое изменит в вашей жизни, подскажет, куда двигаться дальше.

МОДНЫЙ ГОРОД

16+

Тула, №133, октябрь 2020 г.



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

Бесплатный рекламный журнал «Модный город Тула». Учредитель и издатель ООО «Слобода». ИО генерального директора Алексеева Т. В. Главный редактор Белова Е. И. Специалист по рекламе Герасимова Н. А. Дизайнер Миленков И. Н. Фотограф Леонова Ю. И.

Адрес редакции и издателя: 300026, Тула, пр. Ленина, 116, 1-й эт. Тел./ф (4872) 57-07-07. Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тульской области (ПИ №ТУ 71-00106 от 13.08.2009). Периодичность выхода: 1 раз в месяц. Отпечатан в типографии ООО «Борус-Принт»: Россия, г. Москва, пер. 1-й Котляковский, 3, 2-й этаж, пом. 7, комн. 5а, 5в (оф. 23) Время подписания в печать по графику – 15.00. Фактически – 15.00. Заказ П23949. Тираж 5 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 12.10.2020. Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.

Instagram: fashion_city_magazinetula Facebook: modniygorodtula По вопросам размещения рекламы обращаться по тел. 57-07-07, доб. 229.



Ялоно мама

В
К
У
С
Н
О
З
Д
Е
С
Ь

Красноармейский пр-т, 1
БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА
сот. 790-134

