

№160 ФЕВРАЛЬ 2023

МОДНЫЙ

Г О Р О Д

СИЛЬНАЯ СТОРОНА

Мужской взгляд
на бизнес

ПРИГЛАШАЮ НА СВИДАНИЕ

Места для романтики

LOVE IS...

Красивые
истории любви



ВРЕМЯ ПЛАНИРОВАТЬ IT-КАНИКУЛЫ!

КОМПЬЮТЕРНАЯ АКАДЕМИЯ РУБИКОН



Рекламно-информационное
издание

18+



Офисы продаж

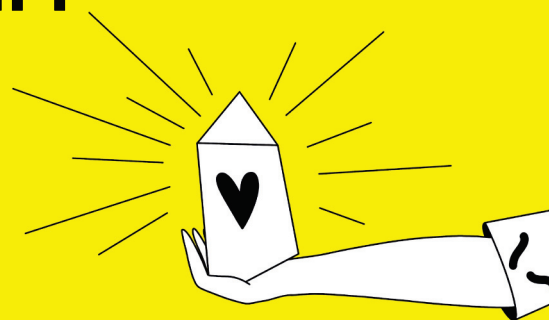
ул. Демонстрации, 20 б

ул. Оборонная, 102 в

СОВРЕМЕННОК

Новые дома.
Новые высоты.

НЕИЗМЕННЫМ
ОСТАЁТСЯ
КОМФОРТ.



706-706
smart-tula.ru

Проектная декларация на сайте наш.дом.рф.



ТУТАНХАМОН

СЕТЬ ЮВЕЛИРНЫХ САЛОНОВ

8 800 700 57 72

- г. Тула, ул. Пролетарская, 2, ТРЦ «Макси»
- г. Тула, пр-т Ленина, 19
- г. Новомосковск, ул. Трудовые резервы, 336, ТЦ «Первый»
- г. Тула, ул. Путейская, 5





Серьги,
коллекция «Sun»
серебро, натуральный жемчуг



ЦЕНТР СТОМАТОЛОГИИ
ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВОЙ ХИРУРГИИ
И ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ

SEN-clinic

КЛИНИКА РАЗУМНЫХ РЕШЕНИЙ

- ПОЛНАЯ ДИАГНОСТИКА
- ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВАЯ И ЭСТЕТИЧЕСКАЯ ХИРУРГИЯ
- УДАЛЕНИЕ ЛЮБЫХ ЗУБОВ
- ПРОТЕЗИРОВАНИЕ, ВИНИРЫ
- ГИГИЕНА И ОТБЕЛИВАНИЕ ZOOM 4
- ИМПЛАНТАЦИЯ И КОСТНАЯ ПЛАСТИКА
- ЛЕЧЕНИЕ СУСТАВОВ
- ЛЕЧЕНИЕ ЗУБОВ ПОД МИКРОСКОПОМ
- БЕЗБРЕКЕТНОЕ ВЫРАВНИВАНИЕ ЗУБОВ
- МЕСТНАЯ И ОБЩАЯ АНЕСТЕЗИЯ

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

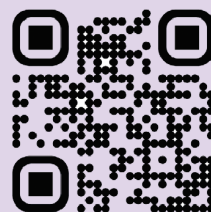
199 000 рублей
~~240 000 рублей~~

За весь курс лечения!

sen-clinic.ru

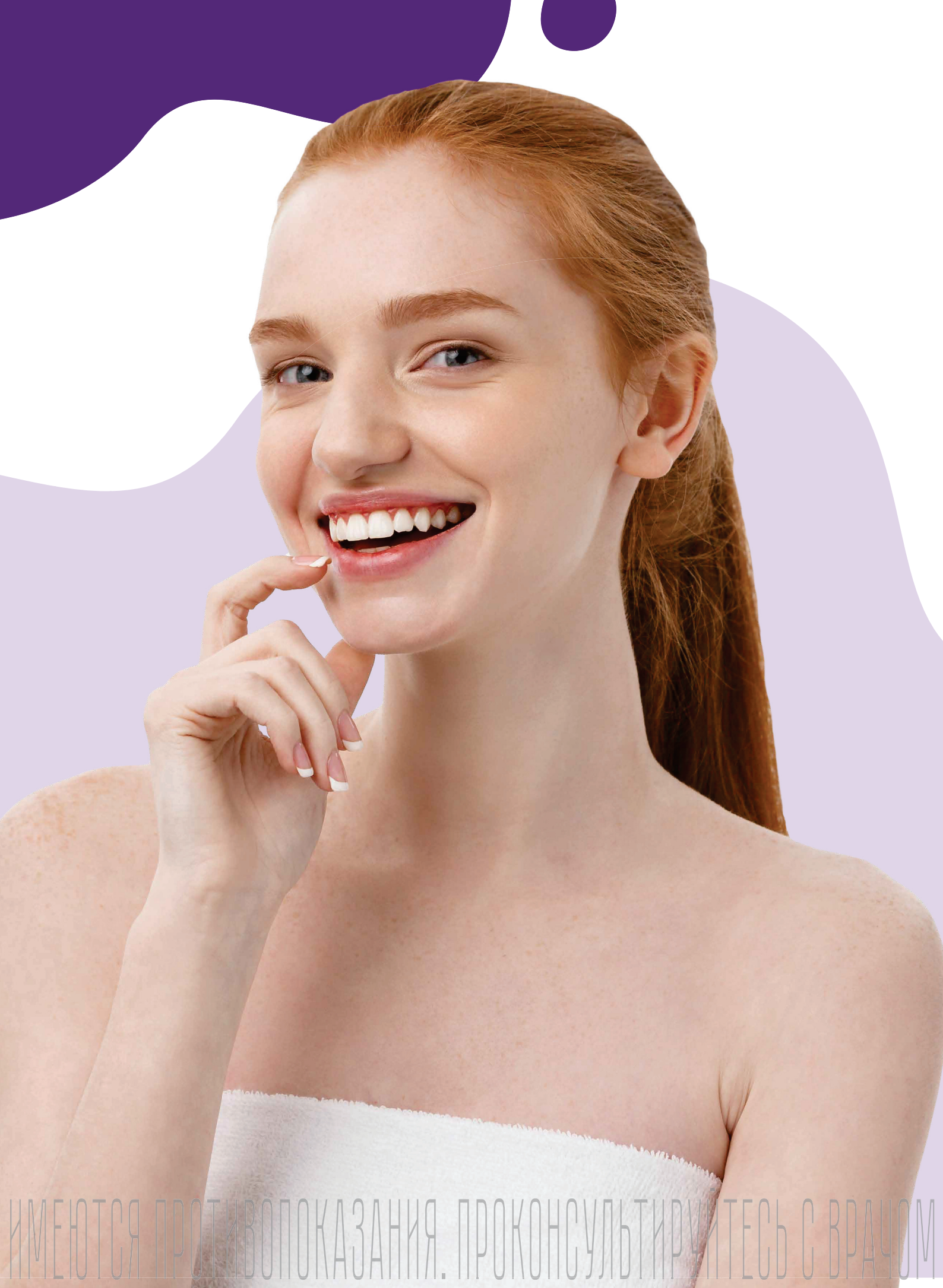
г. Тула, Красноармейский, пр. 34
| +7 (4872) 58-81-96

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



*Акция действует до 1 марта 2023 года.
Условия уточняйте по телефонам

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ




ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Нет никаких причин отказываться от мечты. Если вы мечтаете о европейской мебели – она ждет вас в салонах Nolte и Rolf Benz. Стильные и функциональные кухни, современная мягкая и корпусная мебель с потрясающей эргономикой – сделаны в Германии и высоко оценены нашими дизайнерами!





НИКОЛАЙ И ЕЛЕНА
ТАРАНЕНКО, студия дизайна
интерьера AURA

Кухни Nolte – это богатство элементов и выбор наполнения, открывают совершенно новые возможности для планирования пространства.

AURA

г. Тула, Черниковский переулок,
дом 4, офис 101
aura-design.ru
+7 (902) 841-46-01

КУХНИ NOLTE

Это единство немецких традиций, современных технологий и передовых материалов. Мебель производится исключительно в Германии, что гарантирует знаменитое немецкое качество, безупречность исполнения и долгий срок службы.

Кухни Nolte – такие же разные и индивидуальные, как их покупатели: они полностью соответствуют вашему интерьеру, бюджету и личным требованиям к функциональности и комфорту. Для этого у Nolte есть широкая цветовая гамма, разнообразные фактуры, формы и огромный ассортимент фурнитуры – можно создать кухню на любой, даже самый неординарный вкус. А новая коллекция Nolte Neo, которая уже представлена в салоне в Туле, понравится любителям современных дизайнерских и технологических решений.

Настоящая немецкая кухня – даже в сегодняшних условиях – это реально. Nolte обеспечивает бесперебойные и своевременные поставки, поэтому смело мечтайте об идеальной кухне, а в салоне Nolte помогут с реализацией этой мечты!



nolte[®]
KÜCHEN

noltering.ru
ул. Пушкинская, 58а
+7 (4872) 71-62-92

ВЛАДИМИР И ОКСАНА СЕМИНЫ,
Дизайн-студия InterQueen

Мебель Rolf Benz позволяет реализовать действительно индивидуальный подход не только к дизайну интерьера, но и к комфорту. Это конструктор, который ты можешь собрать полностью «под себя».

INTERQUEEN

private design

+7 (961) 265-84-18
ул. Октябрьская, 24,
офис 202
interqueen.ru





МЕБЕЛЬ ROLF BENZ

Rolf Benz – это мебель из Германии, в которую влюбляешься окончательно и бесповоротно с первого «контакта». Ее эргономика доведена до совершенства, а возможности персонализации безграничны. Вы можете подобрать не только нужный вам дизайн, цвет и материалы, но и даже глубину дивана, угол наклона спинки и длину подлокотников. Эта мебель будет в точности отвечать вашим индивидуальным параметрам и требованиям.

В салоне Rolf Benz в Туле можно найти мебель для любого пространства вашего дома: в коллекции – диваны, кресла, кровати, гостиные, столовые группы, прихожие, комоды, стеллажные системы. Современный дизайн, удобство, вместительность – и конечно, немецкое качество и надежность.

ROLF BENZ





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

Наш мир изменяется...

Меняется практически все: времена года, мода, политический строй. Меняется сам человек — вчера его увлекало одно, а сегодня все мысли заняты другим. Но есть одно, что всегда, во все времена и при любой общественной обстановке не перестает будоражить людей, порой являясь движущей силой самых разнообразных процессов, — от возвышенных до обыденных. И это ЛЮБОВЬ...

Трепетное отношение к этому чувству не меняется веками. Без любви человек не ощущает себя полноценным. Быть любимым, любить, знать, что ты не один, что ты нужен, — в наше время без таких простых, но важных вещей трудно быть счастливым, даже при наличии огромного количества друзей и головокружительного счета в банке. Любовь ищут, ждут и устраивают праздники в ее честь. Как, например, День святого Валентина. И это прекрасная возможность лишиться раз окружить заботой и нежностью объект своей привязанности, открыто выразить свои чувства и получить ответное внимание. И все же «любовь» каждый понимает по-своему.

Романтике, отношениям и любви мы посвятили несколько проектов нашего номера, где вместе с героями попытались понять, что для них значат эти заветные шесть букв.

МОДНЫЙ
Г О Р О Д

18+

Тула, №160
февраль 2023 г.



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

Бесплатный рекламный журнал «Модный город Тула».

Учредитель и издатель ООО «Слобода».

Генеральный директор Алексеева Т. В.

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

Специалисты по рекламе: Колесова А. А., Бахилина В. А., Золотарева А. В.

Дизайнер: Вильгельм А. Е.

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

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

Адрес редакции и издателя: 300026, Тула, пр. Ленина, 116, 1-й эт. Тел./ф (4872) 57-07-07.

Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тульской области (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 П00266 Тираж 5 000 экз. БЕСПЛАТНО. Дата выхода в свет: 31.01.2023.

Перепечатка статей без согласия авторов и редакции запрещена.



СВЕТСКИ

СОВРЕМЕННАЯ РУССКАЯ КУХНЯ

ЗАВТРАКАЕМ ПО-СВЕТСКИ*

**à-la carte*

с 7-00 до 11-00

Советская, 3 +7 (991) 354-84-60



ПОРА ПЛАНИРОВАТЬ IT-КАНИКУЛЫ!

Школьники ждут лета с нетерпением, а родители с беспокойством. Это крайне сложный вопрос для работающих мам и пап: как спланировать каникулы, чтобы ребенок отдохнул и в то же время был занят чем-то полезным, а не просидел три месяца в телефоне?



Пойдем дальше и, как любящие и дальновидные родители, зададим себе еще несколько важных вопросов. Как превратить любовь ребенка к гаджетам, играм и интернету в нечто большее – в то, что может помочь в учебе и даже выборе профессии? Как использовать три летних месяца так, чтобы они открыли для детей новые увлечения, а может, и перспективы на будущее? Где ребенок сможет провести лето в хорошей компании, найти друзей, получить новые знания и даже попробовать себя в самых востребованных профессиях – но так, чтобы для него это было весело и увлекательно?

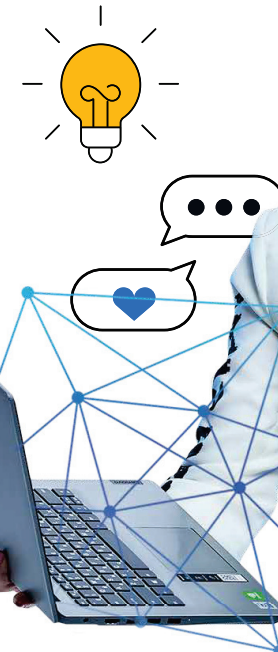
Кажется, что найти ответ на все эти родительские запросы нереально. Но на самом деле он уже есть! Если ваш ребенок любит гаджеты, соцсети, компьютерные игры, роботов – запишите его на лето в IT-клуб Компьютерной Академии РУБИКОН. За 10-дневную программу он сможет пройти интенсивы сразу по нескольким самым востребованным направлениям IT, попробует себя в программировании, компьютерном дизайне, робототехнике, создаст свои первые цифровые проекты, прокачается в современных технологиях и круто проведет каникулы.

ИНТЕНСИВЫ – ЭТО НЕ УРОКИ, А УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ИГРА, ВО ВРЕМЯ КОТОРОЙ ДЕТИ ЗНАКОМЯТСЯ С ОДНИМ ИЗ ТОПОВЫХ НАПРАВЛЕНИЙ IT, А В ФИНАЛЕ СОЗДАЮТ СВОЙ СОБСТВЕННЫЙ ПРОЕКТ.

Мастер-классы ведут опытные преподаватели, которые горят своим делом, умеют просто и понятно объяснять и находить подход к детям любого возраста, от младших школьников до подростков.

Директор и основатель
Компьютерной Академии
РУБИКОН

Светлана Савина
vk.com/mama_it



Макияж и прическа Светланы:
Юлиана Букалова
vk.com/julibumuah71

После интенсивов ребята проводят время в самых интересных местах города: каждый день IT-клуб организует новые развлечения – батутный центр, картинг, пиццерия, лазертаг, кино, экскурсии.

ЧЕМУ НАУЧИТСЯ РЕБЕНОК В ЛЕТНЕМ IT-КЛУБЕ?

В это сложно поверить, но всего за две недели дети могут попробовать себя в огромном количестве IT-направлений и по каждому создадут свой первый проект. Это действительно круто! Вот чему научатся ребята:

- программировать (создавать алгоритмы);
- создавать дизайн-проект в Adobe Photoshop;
- разрабатывать компьютерную игру в Kodu и TinkerCad (в зависимости от возраста);
- собирать и программировать электронного робота Lego;
- рисовать персонажа любимого мультфильма в Illustrator и Krita (в зависимости от возраста);
- запускать собственный видеоблог;
- создавать сайты на Wix и Tilda;
- моделировать 3D-предметы и любимых героев и печатать на 3D-принтере;
- развивать Soft Skills – навыки успешной личности Soft Skills, которые сегодня необходимы во всех профессиях: работа в команде, самоорганизация, ответственность, инициативность, тайм-менеджмент.

КОМУ ПОНРАВИТСЯ IT-КАНИКУЛЫ?

Детям, которые любят гаджеты, – то есть, пожалуй, любому ребенку, который играет в компьютерные игры, интересуется роботами, любит рисовать в программах и на телефоне. Если вы хотите, чтобы он познакомился с самыми актуальными IT-направлениями, освоил программирование, компьютерный дизайн, робототехнику, в IT-клубе помогут превратить его увлечение гаджетами в полезные навыки. А ребенок, придя домой после клуба, будет взахлеб рассказывать вам, чему он научился, о том, что смог сам сделать свой сайт, разработал настоящую компьютерную игру, видеоблог, нарисовал любимого героя и распечатал его в 3D.

ЛЕТО ДАЛЕКО И ВЫ ЕЩЕ НЕ ЗНАЕТЕ СВОИХ ПЛАНОВ?

Познакомьте ребенка с IT-сферой прямо сейчас. На бесплатном мастер-классе он сможет попробовать себя в роли программиста и напишет настоящую компьютерную игру. **Записаться можно по телефону или на сайте.**

+7 (4872) **711-711**
rubiconpro.ru



НЕЗАБЫВАЕМЫЕ КАНИКУЛЫ В ЛЕТНЕМ IT-КЛУБЕ

RUBICONE
КОМПЬЮТЕРНАЯ АКАДЕМИЯ



**ВАШЕМУ
РЕБЕНКУ ТОЧНО
НЕ БУДЕТ
СКУЧНО!**

**10 ДНЕЙ
УЛЕТНЫХ
МАСТЕР-КЛАССОВ**



Что будем делать?

ПРОГРАММИРОВАТЬ

в TinkerCad, Kodu, Scartch

СОЗДАВАТЬ ДИЗАЙН

в Photoshop и Krita

ИЗОБРЕТАТЬ РОБОТОВ

Lego Wedo и MS

А ЕЩЕ РАЗВЛЕКАТЬСЯ!

Батуты, кино, лазертаг,
пиццерия, экскурсии

Место силы

МУЖСКАЯ МОДА УЖЕ КОТОРЫЙ ГОД РАДУЕТ НЕТРИВИАЛЬНЫМИ РЕШЕНИЯМИ, КОТОРЫЕ ЛЕГКО ВНЕДРЯЮТСЯ В ПОВСЕДНЕВНЫЙ ГАРДЕРОБ. ИНТЕРЕСНЫЕ ТРЕНДЫ В НОВЫХ МУЖСКИХ КОЛЛЕКЦИЯХ НАШЛА НАШ АВТОР, БЛОГЕР ДИАНА ФЕДОРОВА.

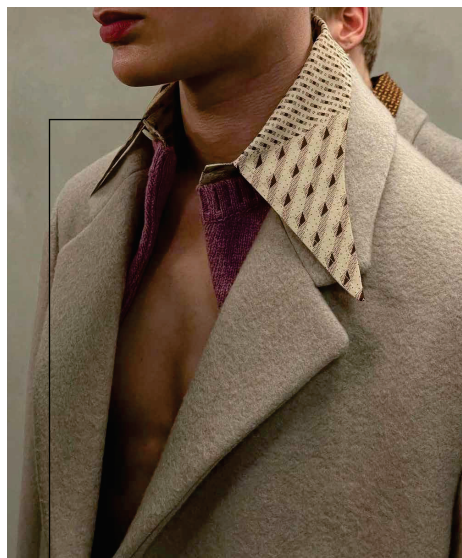


ДИАНА ФЁДОРОВА,
колумнист, блогер.

Ещё больше статей про бренды российских дизайнеров, моду и стиль в Telegram-канале [diana_fedorova888](https://t.me/diana_fedorova888)

КЛАССИКА

Хайп на подиумах постепенно сменяется нетленной классикой. Основной акцент — на качество ткани, нейтральный цвет и идеальный крой. Логомания постепенно уходит даже из стритстайла. Такая мода точно понравится деловым и стильным мужчинам. Достоинство и элегантность — вот главный посыл новых коллекций самых крупных брендов.



АКЦЕНТ НА ВОРОТНИК

Накладные воротнички продемонстрировали многие бренды, и хотя, я думаю, этот тренд вряд ли приживется в гардеробе основной массы мужчин, но если вы любите экспериментировать — однозначно попробуйте в этом году.



СУМКИ-ФЛЯГИ

А вот сумки-канистры однозначно заслуживают вашего внимания. Думаю, что такую модель скоро мы будем видеть повсюду. А что, аксессуар должен быть не только красивым и стильным, но и практичным. В такой сумке можно перенести и воду, и компот, и сок, а может, и что-то погорячее.

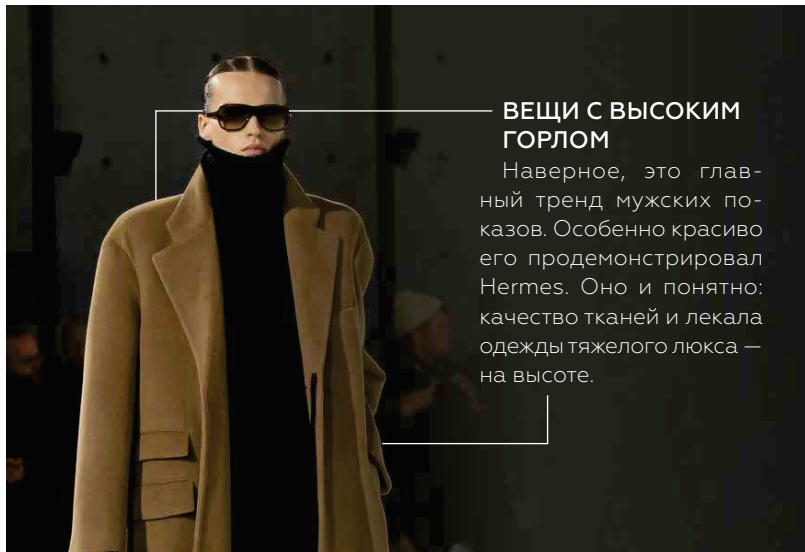


НА ОДНО ПЛЕЧО

Силуэты мужских элементов одежды в новом сезоне словно строились по диагонали: трикотажные топы, джемперы, рубашки и кашемировые накидки — все строго на одно плечо. Причем плечо никогда не оголено: поверх майки со сбитым силуэтом идет пиджак, под свитером на одно плечо — рубашка в полоску. Необычный акцентный прием — и снова возможность интересно разнообразить свой гардероб.

ВЕЩИ С ВЫСОКИМ ГОРЛОМ

Наверное, это главный тренд мужских показов. Особенно красиво его продемонстрировал Hermes. Оно и понятно: качество тканей и лекала одежды тяжелого люкса — на высоте.



МЕХА

АВТОРСКИЕ РАБОТЫ ОТ МАСТЕРА
ВЕРЫ БЕЛЯЕВОЙ

- Моделирование
- Пошив
- Перекрой
- Ремонт

МЕХОВЫХ
ИЗДЕЛИЙ



Красота в режиме «ультра»

ЕСЛИ ВЫ ИЩЕТЕ КОСМЕТИКУ, КОТОРАЯ РАБОТАЕТ, – РЕШАЕТ ПРОБЛЕМЫ, УЛУЧШАЕТ КАЧЕСТВО КОЖИ – ПОПРОБУЙТЕ ULTRACEUTICALS. ПОД ЭТИМ БРЕНДОМ СОЗДАЮТСЯ МОЩНЫЕ ПРОДУКТЫ, ЭФФЕКТИВНОСТЬ КОТОРЫХ ДОКАЗАНА НАУКОЙ. БЬЮТИ-ЭКСПЕРТ, ОСНОВАТЕЛЬ ИНТЕРНЕТ-МАГАЗИНА VERDEA.RU ВЕРА ФИШИНГЕР СОСТАВИЛА ПРОГРАММУ ЕЖЕДНЕВНОГО УХОДА ULTRACEUTICALS, КОТОРЫЙ ПРЕОБРАЗИТ ВАШУ КОЖУ. КСТАТИ, ЛЮБОЕ ИЗ ЭТИХ СРЕДСТВ И НАБОРЫ ИЗ БЕСТСЕЛЛЕРОВ БРЕНДА – ЖЕЛАННЫЙ ПОДАРОК ДЛЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЬНИЦ ПРЕКРАСНОГО ПОЛА!



ВЕРА ФИШИНГЕР,
бьюти-эксперт

ULTRACEUTICALS
REAL SKINCARE • REAL RESULTS



Ultraceuticals – профессиональный космецевтический бренд, который создает косметику для решения основных проблем кожи.

Эта косметика помогает бороться с возрастными изменениями, акне, покраснениями, пигментацией и другими несовершенствами кожи. Созданные в Австралии, стране яркого солнца, где кожа особенно подвержена фотостарению, средства Ultraceuticals содержат высокие концентрации активных компонентов – для максимальной защиты, увлажнения, укрепления. Эти продукты дают реальные, видимые результаты, которые вы можете получить даже дома. Начните процесс ухода с консультации с экспертом Ultraceuticals на сайте Verdea.ru или в клинике Комаровой: он порекомендует лучшие уходовые продукты для вашего типа кожи.

НАБОР «ТРИО СЕТ УВЛАЖНЕНИЕ»

16 630 ₽

Отдавая дань австралийской акации, в Ultraceuticals подготовили красочные наборы, объединившие бестселлеры бренда – DUO и TRIO сеты – для достижения реального видимого результата. Набор «Трио сет. Увлажнение» включает в себя три продукта для увлажнения кожи – ультраувлажняющий крем с церамидами, ультраувлажняющую сыворотку с витамином В и ультравосстанавливающую маску.

Покупайте
в Клинике Комаровой
на пр. Ленина, 81 и
ул. Демонстрации, 137
и заказывайте на сайте
verdea.ru





СПАСЕНИЕ ОТ ПОКРАСНЕНИЙ

Ультраувлажняющий крем от покраснений с ниацинамидом

6 624 ₺

Краснеющая кожа – с этой проблемой зимой сталкиваются многие. Сохранить естественный цвет лица поможет ультраувлажняющий крем от покраснений с ниацинамидом. Он питает и успокаивает чувствительную и склонную к куперозу кожу, уменьшает очаги покраснения, восстанавливает защитный барьер.



МЯГКОЕ ОЧИЩЕНИЕ

Ультрамягкий отшелушивающий гель

6 174 ₺

гель мгновенно обновляет кожу. Идеальная чистота без красноты и раздражений – кожа становится мягкой и гладкой. Гель подходит для всех типов кожи, но особенно хорошо работает на жирной и коже с акне. Для более выраженного результата используйте гель как маску во время принятия ванны: нанесите на 5-10 минут и смойте: за это время кислоты, входящие в состав, бережно очистят кожу от ороговевших клеток.

УХОД ЗА КОЖЕЙ ВОКРУГ ГЛАЗ

Ультраукрепляющий крем для кожи вокруг глаз с витамином С

8 856 ₺

Нежной коже – особую заботу: ультраукрепляющий крем увлажняет и смягчает, выравнивает рельеф и придает гладкость. Витамин Е и Альфа-липоевая кислота оказывают антиоксидантное действие. Витамин С и центелла азиатская стимулируют выработку коллагена и укрепляют сосуды. Крем подходит для всех типов кожи.



ОТБЕЛИВАНИЕ Ультраотбеливающая сыворотка

11 772 ₺

Ультраотбеливающая сыворотка – мощное средство для борьбы с гиперпигментацией и предотвращение ее в будущем. По данным медицинского тестирования, сыворотка дает те же результаты, что и медпрепараты, но при этом не вызывает осложнений. Кроме отбеливающего эффекта, продукт укрепляет кожу и уменьшает выраженность «гусиных лапок».

Дарите красоту и любовь!

СЕЗОН МУЧИТЕЛЬНЫХ РАЗДУ-
МИЙ НАД ПОДАРКАМИ ОБЪ-
ЯВЛЯЕТСЯ ОТКРЫТЫМ: СРА-
ЗУ ТРИ ПРАЗДНИКА – ДЕНЬ
ВЛЮБЛЕННЫХ, 23 ФЕВРАЛЯ
И 8 МАРТА – ЗАСТАВЯТ НАС
ПОЛОМАТЬ ГОЛОВУ! НО МЫ
НАШЛИ ИДЕАЛЬНЫЙ ТАНДЕМ
РАДОСТИ И ПОЛЬЗЫ, ЛЮБ-
ВИ И ЗАБОТЫ: КРАСИВЫЙ БУ-
КЕТ И КАРТА В ФИТНЕС-КЛУБ.
ПРОВЕРЕНО – РАБОТАЕТ!

Артем Мамушкин,
тренер по плаванию

ФитнES** парк**

г. Тула, Немцова, д. 8
+7 (4872) 730-077
tulafitpark.ru

Макияж и причёска Татьяны:
Анна Бакшеева
vk.com/ann_visage_tula

Организация, идея, стиль: Ирина Пшонкина /vk.com/irep_mirra, Фотограф: Лера Скай vk.com/leraskuuu

Татьяна Шорина,
тренер по плаванию

klumba71.ru
+7 (4872) 700-202

 **клумба**
цветы & декор

ПОДАРКИ ДЛЯ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

Клубная карта «Фитнес-Парка» – идеальный вариант к любому празднику по многим причинам. Ее можно преподнести кому угодно – мужчине и женщине, ребенку и взрослому, и это будет по-настоящему нужный, полезный, желанный подарок. Она открывает двери в новый мир – с активной жизнью, радостью движения, возможностью изменить себя к лучшему. Она позволяет найти для себя любимые виды активности и получать удовольствие от работы над собой. А главное, вместе с ней вы дарите нечто бесценное – заботу, красоту и здоровье!

В «Фитнес-Парке» есть разные клубные программы – по времени посещения, сроку действия, взрослые, детские, подростковые, семейные. Выбирайте нужный вариант и дарите с любовью!

Алексей Кочетков,
тренер тренажёрного зала

ФитнЕС парк

г. Тула, Немцова, д. 8
+7 (4872) 730-077
tulafitpark.ru

ДОСТАВЛЯЕМ РАДОСТЬ КРУГЛОСУТОЧНО!

Цветы – идеальный способ сказать о любви: признаться в чувствах, продемонстрировать нежность, страсть, заботу и уважение. Букеты для ваших любимых ждут вас в «Клумбе» – классические и необычные, из любимых всеми цветов и экзотических растений.

Поздравляйте с праздниками, радуйте по любому поводу, дарите радость тогда, когда вам подсказывает сердце. Салоны цветов «Клумба» на Щёкинском шоссе, 1а и Красноармейском проспекте, 13 работают круглосуточно, доставка принимает и выполняет заказы 24/7. Всего от 20 минут – и вашим любимым привезут красивый повод для улыбки!

Евгения Дудова,
тренер тренажёрного зала

Макияж и прическа Жени :
Евгения Егорова
vk.com/e.egorova88

klumba71.ru
+7 (4872) 700-202

 **клумба**
цветы & декор

КОМФОРТ – НА МАКСИМУМ

В ДОМЕ ВСЕ ДОЛЖНО БЫТЬ КОМФОРТНО – ОТ ПРОЦЕССА ЕГО ВЫБОРА И ПОКУПКИ ДО ИНТЕРЬЕРА, СОЗДАННОГО В ТОЧНОСТИ ПО ВАШЕМУ ВКУСУ И ПОТРЕБНОСТЯМ. ДВА НАШИХ СЕГОДНЯШНИХ ГЕРОЯ СТАВЯТ КОМФОРТ В РЕЖИМ «МАКСИМУМ»: ЭКСПЕРТ ПО НЕДВИЖИМОСТИ КОМПАНИИ ЕСН ДМИТРИЙ ВОРОБЬЕВ ПОМОЖЕТ ВАМ НАЙТИ КВАРТИРУ ВАШЕЙ МЕЧТЫ, А ДИРЕКТОР ПО РАЗВИТИЮ ШОУРУМА «КВАРТИРА №5» СЕРГЕЙ ЩЕПАКИН – ОБСТАВИТЬ ЕЕ УНИКАЛЬНОЙ МЕБЕЛЬЮ, СДЕЛАННОЙ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ЗАКАЗУ.



КВАРТИРА №5
МЕБЕЛЬ ТУТ

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

ДМИТРИЙ ВОРОБЬЕВ,
эксперт по недвижимости компании ECH

Работая в недвижимости более 13 лет, Дмитрий Воробьев знает, какой это ответственный и волнительный шаг – покупка нового жилья или продажа своего, и как важно в этот момент окружить клиента комфортом и предоставить ему качественную услугу.

– Дмитрий, из чего складывается этот комфорт и качество при сделках с недвижимостью?

– Если в целом, то это максимальная клиентоориентированность во всем, от чашки вкусного кофе и удобной переговорной в нашем офисе до организации экскурсии по всем объектам, которые интересуют клиента. В таких деталях и заключается забота о клиенте, и их множество. Встретить на вокзале покупателя из другого города. Записать клиента в МФЦ или какие-либо инстанции. Не просто попросить нотариально заверенное согласие супруга на сделку, а записать, отвезти, получить документ вместе с клиентом. Всегда быть на связи, чтобы вовремя ответить на все вопросы. И конечно, в любой ситуации отстаивать интересы своего клиента и оперативно решать его задачи.

Для меня услуга риелтора – это именно такой комплекс, который состоит из профессионализма, знаний и заботы о клиенте в столь важный для него момент. По-другому я работать не умею, мой девиз – делать больше, чем от меня ожидают, и как минимум лучше, чем просто хорошо.

С моей помощью люди начинают путь к своему новому дому, и я хочу, чтобы и дальше они шли по нему вместе с профессионалами. С огромным удовольствием рекомендую клиентам мебель от «Квартиры №5» – эта команда сделает все, чтобы ваш дом наполнился комфортом, уютом и неповторимым стилем.

✉ vorobyevdv_realty
+7 (953) 182-34-06



СЕРГЕЙ ЩЕПАКИН,
директор по развитию шоурума «Квартира №5»

Год назад Сергей, до этого 15 лет занимавшийся паркетом и другими премиальными материалами, и его супруга Маргарита, специалист с 15-летним опытом работы в мебельном бизнесе, открыли шоурум «Квартира №5».

– Стремясь создать дома гармоничную обстановку, все больше людей обращаются к дизайнерам за разработкой интерьеров. Но в дизайн-проектах часто используется мебель, которую по факту нельзя купить – в силу закрытых границ и других причин. Иногда типовая мебель не вписывается в габариты квартиры, иногда нет нужного оттенка ткани. И покупатель вынужден брать «что есть», а не то, что хочется. Мы решили помочь людям реализовать их желания, а не идти на компромисс, и предложили мебель, которая создается по индивидуальному заказу.

– С помощью российских производителей?

– Да, у нас в стране есть производства, которые по уровню оснащенности и качеству продукции не уступают европейским. Мы сотрудничаем с крупной фабрикой со строгим контролем качества, которая готова не просто делать мебель под заказ, в штучном экземпляре, но и умеет в точности воссоздавать то, что хочет клиент.

– И можно сделать любой «диван с картинки»?

– Безусловно. К нам можно прийти с дизайн-проектом или с фотографиями нужной вам мебели – и фабрика изготовит именно такой диван или кровать, о которых вы мечтаете. Можно прийти даже просто с идеей, и наши специалисты превратят ее в эскиз и отправят на производство. Хочется итальянский диван, которого не найти в продаже, – сделаем, причем цена будет значительно приятнее, чем на оригинал. Нужны нестандартные размеры или форма – будем рады помочь. Мы создаем такую мебель, которая полностью соответствует вашим пожеланиям, потребностям и бюджету.

– Даже бюджету? То есть такая мебель – не обязательно дорогое удовольствие?

– Совсем не обязательно. На один и тот же диван цена может отличаться в десятки раз – все зависит от того, какие материалы вы выберете. Так что и в премиальном, и в среднем ценовом сегменте можно получить диван, созданный персонально для вас.

В нашем шоуруме можно заказать любую мягкую мебель (диваны, кресла), кровати, в том числе круглые, а также мягкие стеновые панели, которые станут стильным изголовьем кровати (хоть во всю стену и от пола до потолка) и ярким элементом интерьера.

Мы делаем мебель по индивидуальному заказу, и подход к каждому клиенту у нас исключительно индивидуальный: приедем в удобное вам место и время, привезем образцы тканей и наполнения, произведем замеры, дадим советы по дизайну. И сделаем всё, чтобы ваша новая мебель как можно быстрее украсила ваш дом и радовала вас долгие годы. А если вы мечтаете о новом доме, направим вас к проверенному специалисту – эксперту по недвижимости Дмитрию Воробьеву. Мы лично убедились в его профессионализме и точно знаем, что с ним выбор нового жилья будет максимально комфортным.



Сильная сторона

Они не боятся делать сложный выбор, менять свою жизнь, принимать важные решения. Они знают, какова цена успеха, и готовы ее платить. Герои нашего февральского проекта – мужчины, которые нашли свое любимое дело и стремятся быть лучшими в нем.



УВЛЕКАЕМ ДЕТЕЙ ТЕХНО- ЛОГИЯМИ

Андрей Порошин, основатель центра
программирования и робототехники iKids.
В центре занимаются дети 5-14 лет.

«
ВОСПИТАННИКИ iKIDS
ЯВЛЯЮТСЯ ПРИЗЕРАМИ
МЕЖДУНАРОДНЫХ И
РЕГИОНАЛЬНЫХ ОЛИМПИАД
ПО РОБОТОТЕХНИКЕ И
ПРОГРАММИРОВАНИЮ

– Андрей, IT-знания становятся все более важными во всем мире, спрос на IT-специалистов не снизится, наверное, никогда. Видя, какие доходы и привилегии сейчас в этой сфере, не жалеете, что не остались айтишником, а открыли центр iKids?

– Однозначно не жалею! Дети, которые ходят к нам сейчас, – это будущие айтишники, руководители, художники, врачи, политики и т.д. Это те, кто будет двигать экономику уже через 15-25 лет. Мы с командой рассматриваем нашу деятельность как возможность влюблять детей в технологии и науку и тем самым поучаствовать в воспитании будущего поколения, которое через 20 лет будет менять регион, страну, планету в лучшую сторону.

– Многие родители хотят, чтобы ребенок выбрал IT-профессию. А как понять, что у ребенка есть к этому способности?

– Способ только один – дать попробовать. Я сторонник того, что ребенок должен попробовать максимальное количество различных направлений. У моего 10-летнего сына есть большое увлечение – футбол. В этом году мы с ним договорились, что помимо футбола будем пробовать и другие направления. Минимум 10 занятий – и потом уже ребенок принимает решение, нравится ли ему этим заниматься и хочет ли он продолжать.

Вообще я за всестороннее развитие. Но если нужно выбрать что-то одно, то я выберу умение учиться новому. Мир настолько быстро меняется, что в будущем (да и уже сейчас) познавать новое и учиться новому придется на протяжении всей жизни. Поэтому умение усваивать новые знания и приобретать навыки я считаю одним из важнейших в жизни.

– Наверное, не каждый ваш ученик станет программистом, но в жизни эти знания все равно пригодятся. Какие сильные навыки дает обучение IT-специальностям?

– В наши дни уже все больше и больше задач решается с помощью различных IT-решений, независимо от сферы деятельности. И программирование формирует как раз тот образ мышления, который необходим для современных реалий. Это логика, умение учиться и находить нужную информацию, проектное мышление (умение поставить большую задачу, разбить ее на небольшие шаги и работать над реализацией), креативность, командная работа и умение коммуницировать (soft skills).

Сегодня важно быть погруженным в сферу IT с раннего возраста. Даже если в дальнейшем ребенок не станет программистом или айтишником, то эти знания несомненно пригодятся ему в будущем.

ул. Льва Толстого, 114а
+7 (4872) 58-53-17
ikids.su



МАКСИМ НОВИКОВ,
директор по развитию
«Группы Компаний «Автокласс»



ДОРОГИ НЕ ТЕРПЯТ ПУСТОТЫ

Главным качеством в современном мире стало умение быстро перестраиваться. Когда из России ушли многие автомобильные бренды, на тульском рынке их место сразу заняли другие – в «Группе компаний «Автокласс» появились дилерские центры новых марок, которые туляки уже оценили по достоинству. «Дороги не терпят пустоты», – улыбается Максим Новиков, директор по развитию ГК «Автокласс». Поговорили с ним о том, как изменился автомобильный рынок, что его ждет в ближайшем будущем и на чем мы будем ездить в 2023-м.

– Максим, когда известные бренды ушли с нашего рынка, казалось – это безвыходная ситуация, но, судя по тому, что все ваши дилерские центры работают в привычном режиме, – решения найдены?

– Из любой ситуации можно найти выход. Да, у нас в стране больше не продаются автомобили многих мировых брендов. Да, в какой-то момент были определенные вопросы с поставками запчастей. Да, сейчас непросто, но в таких условиях, когда все вокруг меняется с невероятной скоростью, спасает гибкость, умение быстро подстраиваться под новые задачи и бизнес-реалии, трансформироваться и находить альтернативные решения.

– И какие решения в этой ситуации нашла ГК «Автокласс»?

– С уходом одних брендов Группа компаний быстро переориентировалась на другие, готовые работать на нашем рынке и интересные для российского потребителя. Мы открыли дилерские центры EXEED, Chery, Omoda – знаменитых китайских марок, которые, как уже убедились наши покупатели, не уступают ушедшим в качестве, а по дизайну, технологичности, богатству оснащения превосходят многих из них. Эти красивые, яркие, инновационные автомобили уже заполнили дороги нашего региона, и это подтверждает правильность нашего пути.

Марка Chery уже много лет знакома тульским автомобилистам. С каждым годом производитель совершенствует дизайн, качество, технические характеристики своих автомобилей и выпускает модели, которые становятся самостоятельными брендами – настолько они уникальны, самобытны и популярны. Пример тому – новый бренд EXEED, который уверенно занял свою нишу среди премиальных кроссоверов и внедорожников. Еще одно новое имя, «выросшее» из Chery – это OMODA, дилером которого является ГК «Автокласс». В Туле он представлен футуристичным фастбек-кроссовером OMODA C5, в котором заложены передовые концепции дизайна и технологии последнего поколения.

– Максим, не могу не задать этот вопрос: автомобили тех брендов, которые продавали у нас раньше, когда-нибудь снова появятся в Туле?

– Да, и в самое ближайшее время. Со дня на день мы ждем первую партию автомобилей Citroen C5 Aircross. Они имеют гарантию 3 года или 100 000 км, поэтому покупатель может, как и раньше, быть уверен в бесперебойной эксплуатации и оперативном решении технических вопросов.

– Судя по всему, по легковым автомобилям «Автокласс» удовлетворяет спрос, а как обстоят дела с коммерческим транспортом?

– Мы уже три года активно развиваем направление коммерческого транспорта и расширяем линейку предлагаемых в этом сегменте автомобилей. С гордостью могу сказать, что «Автокласс» стал одним из первых, а в Тульской области – единственным официальным дилером SOLLERS Алабуга. На данный момент у нас представлены две модели, которые покрывают огромное число задач для бизнеса. Первая – это ATLANT, цельнометаллический фургон с возможностью переоборудования под индивидуальный заказ потребителя. Вторая модель – ARGO, компактный автомобиль для внутригородских перевозок с возможностью различных надстроек на шасси. Главным и основным плюсом данных автомобилей является их наличие на рынке, категория В, конкурентная цена и низкая стоимость обслуживания.

– Как директор по развитию автомобильного холдинга, Вы наверняка знаете, что ждет рынок в ближайшем будущем. Поделитесь информацией!

– Предсказывать будущее не возьмусь, а планами Группы компаний готов поделиться. Бренды, которые мы сейчас представляем в Туле, быстро развиваются, и в 2023 году мы ожидаем большое расширение их модельного ряда. OMODA, о котором я рассказывал, представит новую модель S5. Новый седан Omoda S5 появится в шоуруме дилерского центра уже этой весной.

Марка CHANGAN, которая входит в «Большую четвёрку» автопроизводителей Китая, выпускает на рынок сразу несколько новинок, и все они будут представлены в нашем официальном дилерском центре. Первые из них туляки увидят уже в конце февраля. Появится на тульском рынке и еще один новый бренд, но не буду забегать далеко вперед – подробности раскроем чуть позже.

Мы доказали, что готовы адаптироваться к любой ситуации и удовлетворять все потребности покупателей в любом ценовом сегменте, обеспечивать бесперебойные поставки запасных частей и качество сервисного обслуживания, чтобы владение автомобилем было для наших клиентов настоящим удовольствием.

АВТОКЛАСС

autoclass-tula.ru

+7 (4872) 51-52-72

Новомосковское ш., 25 (1)



МЫ ВЫПОЛНЯЕМ ТРИ ГЛАВНЫХ УСЛОВИЯ – РАБОТАЕМ БЫСТРО, КАЧЕСТВЕННО, НАДЕЖНО. НЕ СРЫВАЕМ СРОКИ, СОБЛЮДАЕМ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИДЕРЖИВАЕМСЯ СМЕТЫ. А ЕЩЕ МЫ ЧЕСТНЫ, ПРОЗРАЧНЫ И ВСЕГДА НА СВЯЗИ. В ТАКОМ ВАЖНОМ ДЕЛЕ, КАК СТРОИТЕЛЬСТВО ДОМА, ЭТО ОСОБЕННО НЕОБХОДИМО.

ПЕРЕСТРОЙКА – НАШЕ ДЕЛО!

Бывает так, что бизнес рождается из... ремонта в своей квартире. Алексей Серегин, основатель компании «Перестройка», рассказал нам о том, как нашел дело своей жизни, и правда ли, что дом можно построить всего за три месяца.

– Алексей, как появилась Ваша компания? С чего все началось? И как придумали название?

– Началось все со своего объекта, который нужно было оштукатурить станцией, то есть механизированным способом. И я понял, что это мне нравится, что я работаю только в удовольствие. Так начал развиваться в этой сфере. Название «Перестройка» давно держал в голове: оно говорит само за себя – перестроить качественно и внести новую идею в ремонт.

В строительстве и отделке работать интересно тем, что можно пробовать себя в разных направлениях. Мы начали с механизированной штукатурки, одними из первых в Туле предложили эту услугу, и люди ее оценили – потому что всего за один-два дня можно получить качественный результат. Также мы делаем полусухую стяжку пола – еще одна технология для уменьшения сроков ремонта.

Сейчас у нас можно заказать все работы, связанные с ремонтом и отделкой: это составление дизайн-проекта, планировка, электрика, механизированная штукатурка, полусухая стяжка пола, косметические работы.

– Теперь Вы занимаетесь и строительством домов. Правда, что строите быстро? И за счет чего такая скорость?

– Да, мы строим дома – из газоблока и керамического блока с облицовкой керамическим кирпичом. Не экономим на материалах, учитываем наш климатический пояс, проектируем удобные планировки, работаем индивидуально с каждым клиентом. Как и ремонт в квартире, у нас можно заказать строительство дома под ключ – не только саму «коробку», но и устройство всех коммуникаций (газификация, водоснабжение, устройство септика, подключение электричества), все отделочные работы, монтаж забора, благоустройство участка.

Действительно, строим быстро – за 3 месяца. Есть четкое технологическое задание, в котором прописаны сроки, поставки материалов. Все идет поэтапно, каждый этап планируется заранее, всё предусмотрено, поэтому задержек не происходит.

– Почему клиенты выбирают вас?

– Потому что мы выполняем три главных условия – работаем быстро, качественно, надежно. Не срываем сроки, соблюдаем технологии, придерживаемся сметы. А еще мы честны, прозрачны и всегда на связи. В таком важном деле, как строительство дома, это особенно необходимо.

– Что Вы можете сказать о том коллективе, который сейчас сложился в Вашей компании? И в чем Ваш секрет эффективного управления?

– С «Перестройкой» сейчас работают пять бригад, уже проверенных, честных, квалифицированных, я в каждой из них уверен. В каждой бригаде есть ответственный за качественное выполнение работ в соответствии с технологиями, кроме того, я сам контролирую каждый этап. Секрет нашей эффективности – в командной работе: мы слышим друг

друга, готовы получать обратную связь и многие решения принимаем совместно.

– В «Перестройке» Вы работаете вместе с супругой – какие в этом плюсы и минусы?

– Вместе мы сильнее. Каждый из нас ведет свое направление, но решения по развитию компании принимаем вместе. И мы понимаем, для чего это нужно – не стоять на месте, а двигаться вперед. Минусов не нахожу.

– Есть знаменитая фраза о мужчине, который должен построить дом). Сколько домов Вы уже построили для клиентов? А для себя – построили? И что для Вас значит слово «дом»?

– В общей сложности построено 5 домов, начал строить дом для себя. Для меня это место, где можно зарядиться энергией, где находится моя семья.

– Что помогает Вам быть продуктивным, что вдохновляет, дает силы?

– Общение с новыми людьми. Возможность воплощать идеи клиентов в жизнь: когда видишь результат своей работы, это очень радует и помогает двигаться вперед.

– О чем Вы мечтаете для себя лично? И чего хотите для своего бизнеса?

– Для себя – иметь возможность больше отдыхать. В профессиональной сфере – хочу масштабировать свой бизнес, привносить в него новшества, развиваться и не останавливаться.

**АЛЕКСЕЙ СЕРЕГИН,
РУКОВОДИТЕЛЬ КОМПАНИИ «ПЕРЕСТРОЙКА»**

**ВОЗРАСТ: 36 ЛЕТ
ОБРАЗОВАНИЕ: ВЫСШЕЕ**

СЕМЕЙНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ: ЖЕНАТ

**УВЛЕЧЕНИЯ: НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС, ВОЛЕЙБОЛ,
ПОЕЗДКИ НА МАШИНЕ В ДРУГИЕ ГОРОДА**

**СЕЙЧАС ЧИТАЕТ: ЭНДРЮ МЭТТЬЮЗ «ЖИВИ ЛЕГКО.
КАК ДОСТИЧЬ УСПЕХА В ДЕЛАХ И В ЖИЗНИ»**



пр-т Ленина, 17,
perestroika71.ru
+7 (906) 630-00-01



НАШИМ ПРЕИМУЩЕСТВОМ
ЯВЛЯЕТСЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ
ПОДХОД К КАЖДОМУ ЗАПРОСУ.
ОДИН И ТОТ ЖЕ КЛИЕНТ МОЖЕТ
СДЕЛАТЬ ЗАКАЗ НА ПРОВЕДЕНИЕ
АБСОЛЮТНО РАЗНЫХ РАБОТ,
ГДЕ ЗАДЕЙСТВОВАНЫ ПРОМЫШ-
ЛЕННЫЕ АЛЬПИНИСТЫ.

ВСЕГДА НА ВЫСОТЕ

Три года назад Александр Воронин, соучредитель клининговой компании «Мойдодыр», решил заняться промышленным альпинизмом – чтобы удовлетворить запрос от клиентов клининга на высотные работы. Еще недавно новичок в этой сфере, сегодня компания «Альпика» работает с ведущими промышленными предприятиями региона и другими крупными заказчиками. «Работаем так, чтобы результат всегда был безупречным», – говорит Александр.

– Александр, у вас есть семейный бизнес – клининговая компания, а как появилась идея заняться промышленным альпинизмом?

– Считаю, что в целом клининг больше подходит для женщины-руководителя, поэтому им и занимается супруга Елена. Но в комплексе с клинингом стали появляться запросы на высотные работы. Мы оценили свои силы и решили, что можем! Так почти три года назад появилась наша компания, которая сейчас под брендом «Альпика» предоставляет услуги промышленного альпинизма. Совместно с командой выезжаем на осмотр, каждый объект тщательно изучаем, и как итог – безупречная работа!

– Кем востребованы ваши услуги?

– Наши основные клиенты – промышленные предприятия, в которых характер производства предполагает высокие постройки, где присутствует сложность выполнения и обязательно нужен допуск. Мы выполняем работы по очистке крыш от снега и наледи, монтажу и демонтажу конструкций на высоте, мойке остекления и фасадов, опиловке деревьев и многие другие.

– Наверняка в этой сфере у вас немало конкурентов – в чем ваши главные плюсы?

– Глубокий конкурентный анализ по этому направлению мы не проводили, но нашим неоспоримым преимуществом является индивидуальный подход к клиенту и к каждому запросу. Один и тот же клиент может сделать заказ на проведение абсолютно разных работ, где задействованы промышленные альпинисты. И даже если мы в целом знакомы с объектом заказчика, обязательно предварительно изучаем новый проект.

– Промышленный альпинизм – опасная работа? Что помогает победить страх?

– Сам я не провожу работы на высоте – мой уровень допуска предполагает контроль за выполнением работ, электро- и пожаробезопасность, охрану труда. Если говорить о наших специалистах – страха они испытывать не должны в первую очередь потому, что перед началом каждого дня работ проверяется вся экипировка, все оборудование. Мы работаем четко по плану производственных работ, а ребята, которые выбрали эту профессию, чувствуют себя на высоте так же комфортно, как и ходя по земле. В нашей команде работают исключительно люди с определенным уровнем

физической подготовки и здоровым образом жизни. Думаю, профессия промышленного альпиниста – это призвание!

– Какие лайфхаки помогают Вам в бизнесе? Например, позволяют делать больше и тратить меньше времени.

– Особых секретов нет, просто любой проект – это четкая, слаженная, выверенная и подготовленная работа команды. А спешить в этом точно не стоит!

– Что в работе приносит Вам самую большую радость?

– Каждый объект – это новый интересный этап, который приносит по-своему радостные эмоции. А особое удовольствие – это завершенная работа и благодарность заказчика.

– О чем Вы мечтаете для бизнеса и лично для себя?

– Хочу, чтобы это направление развивалось и масштабировалось. Мне это интересно, каждый объект, каждый клиент для меня – бесценный опыт. В таких случаях говорят, что работа стала хобби!

**АЛЕКСАНДР ВОРОНИН,
СОУЧРЕДИТЕЛЬ КЛИНИНГОВОЙ КОМПАНИИ
«МОЙДОДЫР» И «АЛЬПИКА»**

ВОЗРАСТ: 35 ЛЕТ

**ОБРАЗОВАНИЕ: ВЫСШЕЕ, РЭУ
ИМ. Г. В. ПЛЕХАНОВА, СПЕЦИАЛЬНОСТЬ
«ФИНАНСЫ И КРЕДИТ»**

**СЕМЬЯ: ЖЕНА ЕЛЕНА, ДЕТИ МИХАИЛ (10 ЛЕТ)
И МАРИЯ (6 ЛЕТ)**

**УВЛЕЧЕНИЯ: ПУТЕШЕСТВИЯ, ГОРНЫЕ ЛЫЖИ,
ПЛАВАНИЕ**

**СЕЙЧАС ЧИТАЕТ: КНИГУ М. БАТЫРЕВА
«СЛОЖНЫЕ ПОДЧИНЕННЫЕ»**



ул. Кирова, 135, оф.22
+7 (905) 624-24-34
moydodir71.ru

ГАСТРОНОМИЧЕСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ В РОМАНТИКУ

Приглушенный свет, лофт-интерьеры, огромные окна, в которые можно наблюдать за жизнью самого центра, живая музыка. Два этажа бара Check IN — это не только уютная обстановка, но и вкусные блюда со всех концов света. Обширная коктейльная карта, которая к тому же постоянно обновляется сезонными предложениями и авторскими напитками. Бар приглашает всех, в чьих сердцах живет любовь, на романтическое свидание в честь Дня всех влюбленных! Уже готовится сюрприз для гостей — романтический сет только для двоих.

CHECK IN

Ула, ул. Советская, 29
+7 (4872) 25-55-11.
check_in_bar

Константин Ахманов,
предприниматель

НАСТРОЙСЯ НА ПРАВИЛЬНУЮ ЭНЕРГИЮ

Любое свидание – обмен энергией. Позаботьтесь о том, чтобы она была позитивной и наполняющей. Настроиться на правильные вибрации помогут в Центре духовного и физического роста Mind Flow. Миссия специалистов центра – наполнять женщин удовольствием. Медитации, женские круги, дизайн человека, йога, access bars, facelift и таро – здесь есть все для вашего роста. Разберитесь в себе и придите к балансу. А дальше... всё получится!

Центр осознанности Mind Flow
ул. Федора Смирнова, 7
☎ +7 (999) 775-33-74



Mindflow

Элла Борцова,
основатель центра
духовного и физическо-
го роста Mind Flow

ИТАЛЬЯНСКАЯ КЛАССИКА

Для мгновенной телепортации из Тульского кремля на средиземноморское побережье, бронируйте стол в ресторане Генриха Карпина (il FORNO GROUP) Bottega Italiana. Здесь вы встретите все многообразие темпераментной итальянской кухни.

В ресторане есть собственная сыроварня, аквариум со свежими морепродуктами и, конечно же, дровяная печь, одного взгляда на которую достаточно, чтобы поспешить заказать пиццу «Буратта» с анчоусами и свежим базиликом. Керамические тарелки с сицилийским орнаментом, мандариновые деревья и роспись на стенах в стиле итальянских палаццо погрузят вас в самое необыкновенное путешествие.



Приятный бонус для читателей журнала «Модный город»: скидка на доставку 10% по промокоду – MD10.



г. Тула, Кремль,
ул. Менделеевская, 12-в
+7 (920) 277-19-22

ГОТОВИМСЯ К СВИДАНИЮ

На свидании все хотят выглядеть неотразимо. Сияющая кожа, подтянутая фигура и ухоженные волосы – не мечта, а реальность, если доверить себя специалистам Клиники эстетической медицины Елены Черных. Современные технологии позволяют стереть признаки старения с кожи и привести в порядок тело без спортзала. Ну а если свидание нежданное – на помощь придут процедуры с почти мгновенным эффектом. Специалисты клиники Елены Черных не позволят вам провалить свидание!

ул. Шевченко, д. 5
+7 (960) 602-85-13
chernykh.clinic



КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Елены Черных

Шталенков Алексей,
руководитель компании
AZARTA

Алина Вильчур,
эстетист клиники эстетической
медицины
Елены Черных

ФРАНЦУЗСКИЙ ШАРМ

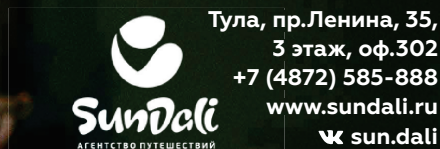
Было бы здорово устроить свидание в Париже, но есть способ быстрее и проще окунуться в романтику – провести вечер вдвоем во французском бистро Entree. Здесь уютно и атмосферно, как в кафе на парижской улочке, за панорамными окнами неспешно течет жизнь старого города, а вы вдвоем пьете ароматный кофе с пышным круассаном или нежным эклером – в меню много потрясающих французских десертов, которые растопят любое женское сердце. Сюда стоит привести любимую на романтический ужин и насладиться прекрасной кухней за любимым напитком – теперь в Entree есть барное меню на любой вкус.



Тула, ул. Союзная, 1
+7 (950) 924-45-57
vk entreetula

ПУТЕШЕСТВИЕ В РОМАНТИКУ

Устроить свидание длиной в несколько дней в красивом месте – отличная идея для подарка любимому человеку. Побродить вдвоем, любуясь величественной архитектурой Питера. Устроить совместную фотосессию на прозрачном льду Байкала. Уединиться на вилле посреди океанской глади на Мальдивах. Сделать предложение на головокружительной высоте башни Бурдж Халифа и устроить там брендовый шопинг к свадьбе. Вариантов много, романтичным может стать любое место на планете – обращайтесь в Sun Dali, здесь подскажут самые красивые направления и организуют незабываемую поездку.



Евгений Стрельников,
предприниматель,
владелец компании
«Агродизель»

Анна Титова,
руководитель
турагентства Sun Dali

Технологии идеального тела

ЧТОБЫ НА ЖИВОТЕ ПОЯВИЛИСЬ КУБИКИ ПРЕССА, А ЯГОДИЦЫ СТАЛИ ПОДТЯНУТЫМИ, НУЖНО МЕСЯЦАМИ, ЕСЛИ НЕ ГОДАМИ ПАХАТЬ В ТРЕНАЖЕРНОМ ЗАЛЕ И ПРАВИЛЬНО ПИТАТЬСЯ. СПОРТ И ПП – ЭТО ОТЛИЧНО, НО ЕСЛИ НА НИХ НЕТ ВРЕМЕНИ И СИЛ, НА ПОМОЩЬ ПРИХОДЯТ ТЕХНОЛОГИИ: ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО СЕГОДНЯ МОЖНО СОЗДАТЬ В КАБИНЕТЕ У КОСМЕТОЛОГА. ОДНОЙ ИЗ ИННОВАЦИЙ ДЕЛИТСЯ ВЕРА НИКОЛАЕВНА КОМАРОВА.

В век больших скоростей все хотят быстрого результата, и это двигает прогресс вперед, в том числе в медицине и косметологии. Люди хотят получить красивую, подтянутую, спортивную фигуру без долгих усилий – и появилась технология Emsculpt, процедура для коррекции тела без физических нагрузок.

КАК ЭТО РАБОТАЕТ?

Emsculpt укрепляет мышцы с помощью сфокусированной электромагнитной терапии. Высокоинтенсивные импульсы вызывают супермаксимальное сокращение мышц – до 20 тысяч раз за одну процедуру. Сокращения настолько интенсивные, что по работе мышц 30-минутный сеанс равен 8 часам тренировок! А 4 процедуры дают результат, как после нескольких месяцев занятий на тренажерах.

КОМУ ПОДХОДИТ?

Эта процедура подходит женщинам и мужчинам. Она полезна молодым мамам после родов. А также тем, кто хочет очень быстрого результата, – например, срочно прийти в форму перед поездкой на курорт. Emsculpt полезен и тем, кто занимается спортом, фитнесом: процедуры усилят и ускорят эффект от тренировок.

КОГДА ЖДАТЬ РЕЗУЛЬТАТОВ?

Изменения в контурах тела заметны уже после первой процедуры. А выраженный результат – через 4 сеанса. За курс процедур мышцы полностью перестраиваются, подтягиваются, увеличивается их объем, они становятся рельефными. Появляются кубики на прессе, подтянутые ягодицы, красиво очерченные икры, бицепсы, трицепсы.



ПОХУДЕТЬ МОЖНО?

Да, Emsculpt приводит к уменьшению объемов, потому что мышцы интенсивно работают и потребляют энергию из жировых клеток. Но пациентам с большим объемом жировых отложений мы советуем сначала пройти курс криотерапии «Зелтик», а после него добиться идеальных контуров фигуры с помощью Emsculpt.

НЕ БОЛЬНО? НЕ ОПАСНО?

Воздействие безболезненное и абсолютно комфортное. Вы будете чувствовать равномерные мышечные сокращения, а после – легкую мышечную усталость.

Что касается безопасности – в случае с Emsculpt она подтверждена несколькими клиническими исследованиями в США.

Мышцы во время процедуры работают физиологично – как при физических тренировках, но в несколько раз интенсивнее.

A portrait of a woman with long, wavy blonde hair, smiling slightly. She is wearing a dark brown top and a grey plaid blazer. Her arms are crossed, and she is wearing a watch on her left wrist and a necklace with a small pendant. The background is a plain, light-colored wall.

НАТАЛЬЯ УСТИНОВА

ЗАЧЕМ ВАМ ПСИХОЛОГ?

В транзактном анализе считается, что каждый человек несет ответственность за свое поведение, мысли и чувства. Поскольку никто не может заставить вас чувствовать определенным образом, никто также не может заставить вас измениться. Единственный человек, который может изменить вас, — это вы сами.

ВОЗНИКАЕТ РЕЗОННЫЙ ВОПРОС: ЕСЛИ Я САМ НЕСУ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СВОЕ ИЗМЕНЕНИЕ, ЗАЧЕМ МНЕ НУЖЕН ПСИХОЛОГ?

Мы все в разной степени не замечаем некоторые аспекты реальности, которые не вписываются в ту картину мира, которую мы нарисовали в детстве. Эта картина называется в транзактном анализе «Сценарием жизни». Каждый из нас пишет свой собственный сценарий, в котором есть начало, середина и конец, его основной сюжет закладывается в раннем детстве еще до того, как мы заговорим. Во взрослом возрасте мы не осознаем, что действуем по написанному нами же сценарию, хотя бессознательно выстраиваем свою жизнь так, что движемся к той финальной сцене, которую определили в детстве.

Никто не может быть на 100% свободным от сценария, независимо от того, повезло ему с родителями или нет.

Сценарий работает так, что мы игнорируем угрожающие ему аспекты реальности, таким образом защищая свое мировосприятие. Если человек замечает, что он ходит по кругу и из раза в раз натывается на одни и те же грабли, то для решения своих проблем ему необходимо, в первую очередь, осознать те аспекты реальности, которые до сих пор оставались для него «белыми пятнами». Никакие советы от гуру, умные книги и медитации не помогут, пока человек не увидит, где и обо что он спотыкается.

ПОЧЕМУ ЖЕ МЫ САМИ НЕ МОЖЕМ УВИДЕТЬ СВОИ «БЕЛЫЕ ПЯТНА»?

В нашем мировосприятии есть отдельные аспекты, которые воспринимаются как особо важные для нашего существования, потому что в детстве они казались необходимыми для выживания и удовлетворения наших потребностей. Их мы и будем защищать неосознанно от любого другого восприятия реальности, которое могло бы их поколебать. Это аспекты нашего детского восприятия, которые тогда были заложены под влиянием той ситуации, тех угроз и тех условий, в настоящее время зачастую они не служат нам для нашего роста и развития, а напротив, вредят.

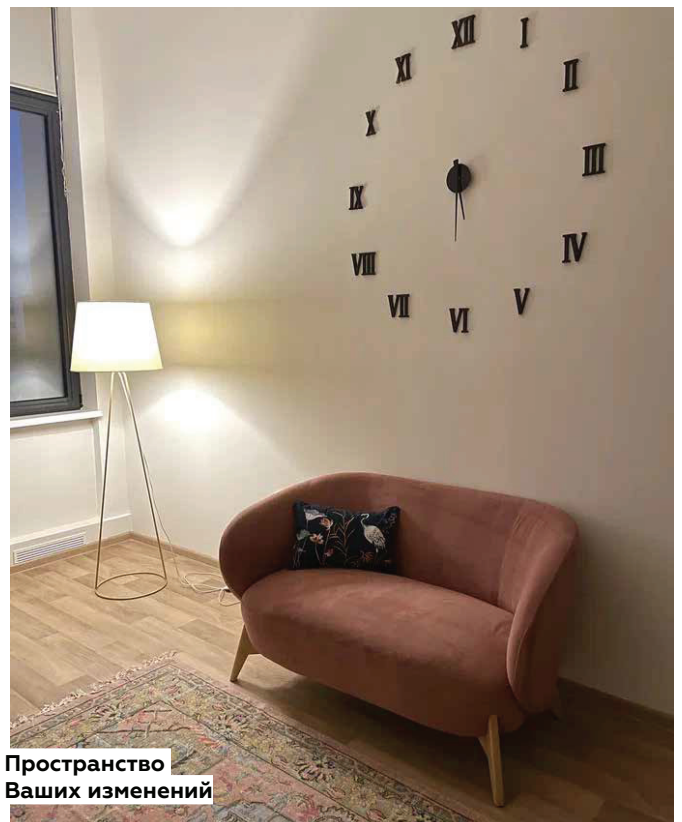
РОЛЬ ПСИХОЛОГА

Для того чтобы осознать и изменить эти области, нам необходим другой человек, у которого отсутствуют эти «белые пятна». Друзья и члены семьи для этого не подходят, потому что люди из одной группы часто придерживаются одних и тех же игнорирований и искажений. Поэтому одна из целей работы с психологом заключается в том, чтобы получить обратную связь от источника, не находящегося под влиянием тех же «белых пятен».

Когда мы начинаем использовать эту обратную связь и менять свое мировосприятие, то неизбежно будем чувствовать страх из-за того, что то, во что мы верили и на что годами опирались, больше для нас не работает. Для того чтобы пройти процесс изменения и не бросить на полпути, сбежав обратно в свой сценарий, нам потребуется поддержка, которую также можно и нужно получить от своего психолога.

Чтобы почувствовать себя лучше, не обязательно сначала заболеть

Чтобы обратиться к психологу, не обязательно иметь к этому показания или какие-то проблемы, которые вам нужно разрешить. Вы можете пройти терапию просто для того, чтобы получать от жизни еще больше и реализовать свой потенциал по максимуму, освободившись от жизненного сценария, который держит вас в плену нерабочих установок и искажений.



Пространство
Ваших изменений

Современная психоаналитическая терапия и транзактный анализ в Туле

Пр. Ленина, 35, оф. 404 (по предварительной записи). Узнать больше и записаться на консультацию nataliaustino.ru и ☎ +7 (906) 620-86-86



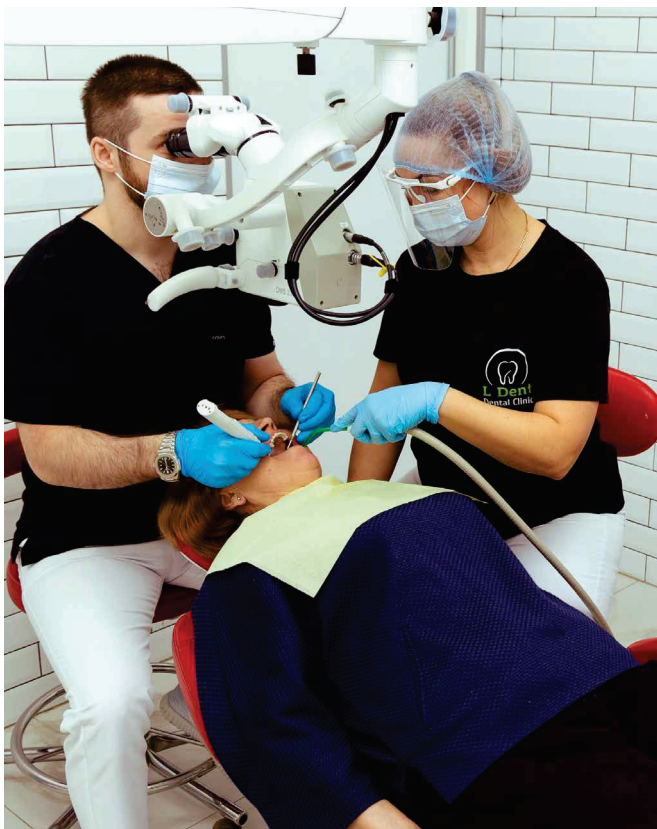
КЛИНИКА L DENT: цифровая стоматология

В СТОМАТОЛОГИЧЕСКОЙ КЛИНИКЕ L DENT ПОЯВИЛИСЬ ТЕХНОЛОГИИ, КОТОРЫЕ ПОДНИМАЮТ КАЧЕСТВО ЛЕЧЕНИЯ НА НОВЫЙ УРОВЕНЬ. ТЕПЕРЬ МАСТЕРСТВО ВРАЧЕЙ ДОПОЛНЯЮТ ЕЩЕ БОЛЕЕ КРУТЫЕ ЦИФРОВЫЕ «ПОМОЩНИКИ» ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ ВАШЕЙ УЛЫБКИ.

КАБИНЕТ ЦИФРОВОЙ ХИРУРГИИ

В L Dent с первых дней работы проводились операции (имплантация и другие), а сейчас хирургические возможности расширились – в клинике открылся кабинет хирургии с современным оборудованием и цифровыми технологиями.

Теперь в L Dent доступен весь спектр амбулаторной челюстно-лицевой хирургии: операции, необходимые для установки имплантов (транс-синус, назо-лифтинг), скуловая имплантация, любые виды костной пластики, операции по ортодонтическим показаниям (расширение неба и другие), а также амбулаторная пластика – удаление папиллом, новообразований кожи и полости рта. Большинство операций проводятся с применением цифровых технологий: это позволяет максимально точно просчитать процесс и спрогнозировать результат.



ЭЛВАР АХАДОВ,
руководитель клиники L Dent

РЕНТГЕН В КРЕСЛЕ У ВРАЧА

В ходе стоматологического лечения может потребоваться рентгеновский снимок зуба, а иногда и не один раз. Если в клинике нет своего рентгена, пациенту приходится ехать куда-то еще; если есть – все равно идти в другой кабинет, делать снимок, возвращаться. В L Dent теперь используется портативный рентген, высокоточный и безопасный, и цифровую рентгенографию здесь делают прямо в кабинете врача – пациенту даже с кресла вставать не надо! Врач моментально получает снимок, может сразу выбрать дальнейшую тактику лечения или оценить результат. А пациент экономит время и лечится с максимальным комфортом.

КОМПЬЮТЕРНАЯ ТОМОГРАФИЯ

Компьютерная томография – это один из самых точных способов диагностирования, который применяется во всех отраслях стоматологии. Снимок получается в 3D формате. На нем видно сразу все зубы, причем их можно посмотреть во всех проекциях. Также на снимке видно состояние костей челюсти, десен и пазух. За счет такой обширной информации о состоянии рта пациента можно делать максимально четкие выводы о его здоровье.

ЛЕЧЕНИЕ ПОД МИКРОСКОПОМ

Микроскоп в современной стоматологии – инновационный инструмент, многократно повышающий точность любых манипуляций. Лечение с применением оптики позволяет ставить точные диагнозы, максимально сохранять здоровые ткани, на ранних стадиях обнаруживать скрытые патологии.



L. Dent
Dental Clinic

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 1 ДЕНЬ

по технологии All-on-4

До конца февраля акция

250 000 ₺

вся работа «под ключ»



г. Тула, ул. Н. Руднева, 12

тел. +7 (4872) 570-700

ldent71.ru



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ.

КЛИНИКА «МАТЬ И ДИТЯ»: У ВАС БУДЕТ РЕБЕНОК!

Эту фразу в клинике «Мать и дитя» говорят каждый день. Здесь счастливыми родителями становятся даже те, у кого много лет это не получалось.

Поздняков Олег
Александрович,
уролог, андролог



Макияж и причёска Чибисовой А.Н.:
Яна Трушина vk.com/yuanatrushina71

Агаркова
Екатерина
Александровна,
эмбриолог

Юдина
Татьяна Ильинична
акушер-гинеколог,
репродуктолог

Кошелева Наталья
Александровна
эмбриолог

Чибисова Ангелина
Николаевна,
акушер-гинеколог,
репродуктолог

Организация: Ирина Пшонкина vk.com/ireg_mirra, Фотограф: Инна Хан vk.com/han_inna

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ



МАТЬ И ДИТЯ

КЛИНИКА ТУЛА

ул. Пушкинская, 58а
+7 (4872) 33-78-20 | tula.mamadeti.ru



**Неронская
Юлия Николаевна,**
уролог-андролог

**Сычева
Ольга Юрьевна,**
акушер-гинеколог,
репродуктолог

В «Мать и дитя» знают: бесплодие не приговор, а начало большого пути. И одним из его удачных этапов для многих становится ЭКО. Это шанс стать родителями для тех, у кого забеременеть естественным путем не получается. С бесплодием, по статистике, сталкиваются около 10% пар. Хорошо, что сейчас современные технологии позволяют в большинстве случаев решить эту деликатную проблему.

В клинике «Мать и дитя» к лечению бесплодия подходят комплексно. Опытные врачи знают: чтобы пара как можно раньше исполнила мечту стать родителями, проходить обследование и лечение нужно и женщине, и мужчине. Причём в процесс лечения включается не только репродуктолог, но и андролог, эндокринолог, психолог и другие специалисты.

ГОТОВИМСЯ К ЭКО ПРАВИЛЬНО

В «Мать и дитя» процедуру ЭКО проводят по программам ОМС и на коммерческой основе. Каждый случай для специалистов уникален. К процедурам ЭКО здесь готовятся очень внимательно. Будущие родители проходят полноценное обследование, которое позволяет выявить возможные причины бесплодия.

ПОВЫШАЕМ ЭФФЕКТИВНОСТЬ В 2,5 РАЗА

В клинике «Мать и дитя» доступно современное преимплантационное генетическое тестирование эмбрионов (ПГТ). На сегодняшний день это один из самых перспективных методов среди всех, что повышают вероятность наступления беременности. Эффективность программы ЭКО после такого исследования достигает 77,8%. То есть из десяти процедур восемь приводят к беременности!

Комплексный подход с использованием смежных специалистов и генетической диагностики даёт результаты – эффективность ЭКО повышается более чем в 2,5 раза.

Это огромные показатели, учитывая, что в среднем по России эффективность ЭКО – порядка 30%.

КОГДА ПОЙТИ К ВРАЧУ

По статистике, в Тульской области, как и в среднем в России, примерно 20% и мужчин, и женщин репродуктивного возраста (15-49 лет) испытывают трудности с тем, чтобы стать родителями.

В паре, где женщина старше 35 лет, врачи рекомендуют после полугода самостоятельных попыток забеременеть обоим партнерам пройти обследование на выявление причины бесплодия. Супругам 18-35 лет необходимо задуматься о проверке своего репродуктивного потенциала после одного года неудачных попыток зачатия естественным путем.

В клинике «Мать и дитя» применяются передовые репродуктивные технологии. Для того чтобы вы стали родителями, здесь трудится целая команда опытных врачей и работает самое современное оборудование. Не отказывайтесь от своей мечты стать родителями. Приходите в клинику «Мать и дитя» и, возможно, совсем скоро вы услышите долгожданную фразу: «У вас будет ребенок».



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

НОВЫЙ АППАРАТ ULTRAFORMER III

SMAS-лифтинг без боли

Бьюти-арсенал центра «СОНАВИ» пополнился новым аппаратом ULTRAFORMER III для безоперационного SMAS-лифтинга. Это высокоэффективный и нетравматичный способ подтяжки кожи за одну процедуру за счет воздействия сфокусированного ультразвука. Аппарат нового поколения делает то, чего не могли другие, – создает молодые, четкие контуры лица без боли и дискомфорта. Красота и молодость больше не требуют жертв.

SMAS-лифтинг ULTRAFORMER III обеспечивает мгновенную подтяжку тканей. Нечеткий овал, брыли, второй подбородок и другие возрастные изменения, а также чрезмерная жировая прослойка на лице в любом возрасте – все эти проблемы можно решить за одну процедуру. Результат накопительный: эффект лифтинга нарастает в течение нескольких месяцев.

Методика обеспечивает глубокий SMAS-лифтинг без повреждения кожи. Возможности аппарата и выбор насадок позволяют варьировать глубину воздействия и создавать индивидуальную программу омоложения для каждого пациента. Процедура стимулирует выработку коллагена и эластина, которые служат «каркасом» для кожи и обеспечивают ее упругость.

Новые технологии ULTRAFORMER более щадяще воздействуют на кожу в сравнении с предшественниками и позволяют работать в чувствительных зонах, в том числе в области вокруг глаз. Безоперационная блефаропластика – подтяжка век – стала реальностью. Сразу после процедуры результат очевиден – кожа подтягивается, взгляд становится более открытым и молодым.

ULTRAFORMER III в «СОНАВИ» – качественно новая версия аппарата, процедура на нем безопасна и полностью комфортна. Пациент может почувствовать только легкое покалывание и тепло, обезболивание больше не нужно. Методика не требует периода реабилитации и относится к процедурам Lunch time – ее можно проводить во время обеденного перерыва.

г. Тула, ул. Тульского рабочего
полка, дом 96, корпус 1
сонави-тула.рф
+7 (4872) 55-91-18

остая противопоказания. проконсультируйтесь с врачом

ИМПЛАНТАЦИЯ ALL-ON-4: МИФЫ И ПРАВДА

Методика имплантации All-on-4 («всё на четырех») обещает практически быстрое восстановление зубного ряда: импланты и коронки устанавливаются одновременно. Но, как и любая современная технология, эта тоже вызывает у пациента вопросы. О том, что стоит знать об All-on-4, чего не надо бояться, о мифах и правде рассказывает Вадим Сергеевич Лосев, хирург-имплантолог стоматологической клиники L Dent.



Аll-on-4 – самый распространенный вид тотальной реабилитации зубного ряда. Всего на 4 имплантах фиксируется полноценный протез из 12 зубов – этого достаточно для эстетики и пережевывания пищи. Имплантаты устанавливаются под наклоном, что позволяет обойти хирургические ограничения (нижнечелюстной нерв, гайморовы пазухи и др.) и сразу установить зубной протез с высокой степенью успеха. Это эффективная и проверенная методика, которая позволяет получить зубы за несколько дней, обойтись без костной пластики и снизить стоимость лечения. А теперь – о мифах, которые волнуют пациентов.

МИФ 1. ALL-ON-4 – ДЛЯ ТЕХ, У КОГО ВООБЩЕ НЕТ ЗУБОВ.

На самом деле: не только для них. Имплантация All-on-4 подходит и тем пациентам, у которых осталось некоторое количество своих зубов, но они несостоятельны для протезирования: подвижные, разрушенные, неудачно расположенные. В таких случаях бывает рациональнее удалить такие зубы и установить импланты All-on-4.

МИФ 2. С ALL-ON-4 МОЖНО ПОЛУЧИТЬ НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА ОДИН ДЕНЬ

На самом деле: это так. Нагрузка на импланты может быть немедленной –

временный зубной протез устанавливается в день имплантации. Пациент уходит с операции с новыми зубами – пока временными, которые он будет носить до установки постоянного протеза. Но это повышает стоимость лечения, поэтому, как правило, пациенты выбирают второй вариант – отсроченную нагрузку: в течение нескольких дней после операции изготавливается протез и устанавливается в полость рта.

Благодаря быстрой нагрузке кость раньше получает стимул для роста, и приживление имплантов идет лучше.

МИФ 3. ИМПЛАНТАЦИЯ ALL-ON-4 ПОДХОДИТ НЕ ВСЕМ.

На самом деле: она подходит почти всем, у кого нет зубов или они единичные, разрушенные и т. д. Для 99% пациентов без зубов методика all-on-4 будет идеальным решением – быстрым, бюджетным, не требующим костной пластики.

Конечно, есть пациенты, которым нужны другие варианты лечения. Много своих зубов, но не нравится их внешний вид – это не показание для имплантации, тут есть другие технологии. Большая резорбция костной ткани, например, от длительного ношения съемного протеза, – это препятствие для All-on-4, но мы можем применить скуловую имплантацию, транс-синус, назо-лифтинг и т. д. Современная стоматология позволяет восстановить зубной ряд у любого пациента, вопрос лишь в инди-

видуальном подходе и правильном выборе методики лечения.

МИФ 4. ЧЕТЫРЕХ ИМПЛАНТОВ СЛИШКОМ МАЛО ДЛЯ ПОДДЕРЖКИ ВСЕГО ЗУБНОГО ПРОТЕЗА

На самом деле: этого достаточно. Импланты по технологии All-on-4 устанавливаются с тем расчетом, чтобы они выдерживали весь протез и жевательную нагрузку. 4 – оптимальное количество с точки зрения биомеханики. Они не расшатываются – конечно, при условии бережного отношения (не стоит проверять протез на прочность с помощью жесткой пищи), правильной гигиены и осмотров раз в полгода. При соблюдении этих условий протез на четырех имплантах может служить всю жизнь.

МИФ 5. НА ЭТОЙ СИСТЕМЕ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТОЛЬКО ЛЕГКИЕ ПРОТЕЗЫ

На самом деле: возможны разные варианты. Чаще всего при имплантации All-on-4 пациенты выбирают металлоакриловые протезы – они имеют прочное металлическое основание и коронки из высококачественного эстетичного акрила, который неотличим от настоящих зубов. Это позволяет снизить стоимость протезирования. Но если у пациента есть желание, он может выбрать металлокерамику: установить ее на 4 импланта вполне возможно.

Как повысить эффективность ЭКО при мужском бесплодии?

ВРЕМЕНА, КОГДА БЕСПЛОДИЕ БЫЛО ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ЖЕНСКОЙ ПРОБЛЕМОЙ, ДАВНО ПРОШЛИ. СЕЙЧАС ПРИЧИНА СЛОЖНОСТЕЙ С ЗАЧАТИЕМ ВО МНОГИХ СЛУЧАЯХ КРОЕТСЯ КАК РАЗ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ МУЖЧИНЫ. РАССКАЖЕМ, КАК ПРИБЛИЗИТЬ ЖЕЛАННУЮ БЕРЕМЕННОСТЬ, ЕСЛИ ВЫ РЕШИЛИ ПРИБЕГНУТЬ К СОВРЕМЕННЫМ РЕПРОДУКТИВНЫМ ТЕХНОЛОГИЯМ. НА ВОПРОСЫ О ПОДГОТОВКЕ К ЭКО РАССКАЗЫВАЕТ ВРАЧ ЮЛИЯ НЕРОНСКАЯ, ВРАЧ УРОЛОГ-АНДРОЛОГ КЛИНИКИ «МАТЬ И ДИТЯ».

– Что чаще всего становится причиной бесплодия у мужчин?

– Доля мужского фактора в бесплодии сейчас занимает 50%. В 30-40% случаев мы имеем дело с идиопатическим бесплодием, когда выявить точную причину неудач нельзя. В остальном повлиять на возможность иметь детей может невылеченное варикоцеле, гипогонадизм, урогенитальные инфекции, крипторхизм или ранее перенесенные онкологические заболевания. Сюда же относится и нарушение эрекции и эякуляции.

В последнее время мы сталкиваемся с еще одним неблагоприятным фактором – ожирением. С каждым годом таких диагнозов все больше, и это неудивительно, поскольку ожирение приводит к гормональным и метаболическим нарушениям.

– Состояние мужского здоровья на эффективность ЭКО тоже влияет?

– Конечно, да. В ЭКО участвуют две половые клетки, поэтому и готовиться нужно обоим будущим родителям. Мысль о том, что вы заплатили деньги, попали в программу, и теперь беременность точно наступит, ошибочна. Когда к нам приходит пара, готовящаяся к процедуре ЭКО, мы осматриваем обоих партнеров. Наша задача – выявить причину нарушения сперматогенеза у мужчины и вылечить его. И чем лучше нам это удастся, тем сильнее возрастет эффективность программы у пары.

– Сколько времени обычно занимает подготовка к ЭКО у мужчины?

– Цикл созревания сперматозоидов в организме мужчины – 72-76 дней. Получается, что лечение должно длиться минимум 2,5-3 месяца. Это не быстро, но того стоит.

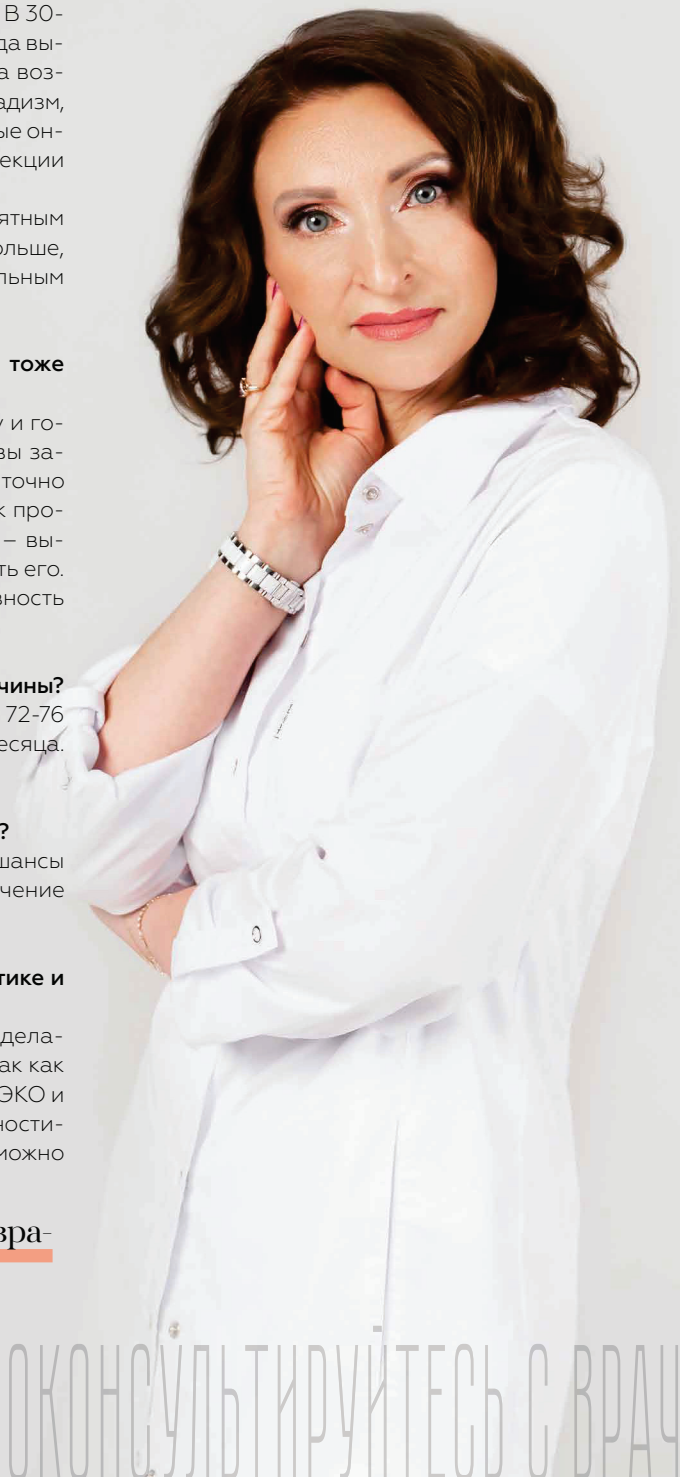
– Насколько возрастает эффективность ЭКО после лечения?

– Минимум на 50%. Вы представляете, всего три месяца, а шансы стать родителями возрастают так сильно. Именно поэтому лечение настолько важно. Я говорю об этом всем пациентам.

– Какие передовые технологии используются при диагностике и лечении мужчин перед ЭКО?

– Перед ЭКО, особенно перед повторной процедурой, мы делаем тест, который показывает разрывы ДНК в сперматозоидах, так как этот фактор часто становится причиной неудачных протоколов ЭКО и выкидышей. Это достаточно новый и эффективный метод диагностики. Он позволяет найти причину проблем, которые, к счастью, можно устранить.

Хотите стать папой – запишитесь на прием к врачу, и ваше желание исполнится быстрее!



ИННОВАЦИИ И ДОСТИЖЕНИЯ: ЦЕНТРУ НОВЫХ МЕДИЦИНСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ ИСПОЛНИЛОСЬ 20 ЛЕТ

Изобретения коллектива тульского Центра новых медицинских технологий сегодня широко применяются в хирургии и обследовании пациентов сотнями российских и зарубежных клиник. За 20 лет своей работы специалисты Центра разработали и запатентовали десятки методик, помогающих побеждать самые серьезные заболевания в гинекологии, акушерстве, эндокринологии, кардиологии, урологии и ортопедии.

**ВЛАДИСЛАВ
ГЕННАДЬЕВИЧ ИВШИН,
доктор медицинских
наук, генеральный
директор ЦНМТ**



Основная ценность достижений – в минимальной инвазивности методов. Развитие именно этого направления для применения в различных областях медицины – такую задачу ставил перед собой в 2003 году доктор медицинских наук Владислав Геннадьевич Ившин, открывая в Туле профильное медучреждение. Высококвалифицированная команда медиков помогла достичь поставленных целей. Благодаря ее усилиям сегодня клиника ЦНМТ имеет более двух десятков патентов на собственные изобретения.

– Одним из первых наших изобретений стало устройство для дренирования полостных образований. Оно позволяет уменьшить операционную травму и без дополнительных разрезов отвести жидкость из травмированной части тела. В гражданской медицине наш инструмент применяют уже порядка 500 больниц по всей стране. Сейчас эта технология приобрела особенное значение и высоко востребована в связи с СВО. Мы с нашими партнерами на днях отправили очередную партию хирургических наборов в Луганскую и Донецкую республиканские больницы. В наборе и стандартные инструменты для операций, и аппараты Елизарова, и уникальные инструменты для минимально инвазивных операций, изобретенные как нами, так и коллегами из других клиник.

Еще на одну разработку ЦНМТ сейчас подал документы на получение патента. Это набор для остановки массивных кровотечений. По нашему мнению, этот набор для первой линии – его возможно применять как в полевых условиях, так и для оказания помощи в госпитале. Мы подали заявку в Роспатент, комиссия в ближайшее время рассмотрит ее и даст окончательное заключение о возможностях использования нашей разработки. Параллельно решаем вопросы запуска серийного производства. Своими силами мы не справимся, для этого требуется достаточно большой объем финансирования. Поэтому ищем партнеров, которые помогут.

Безусловная гордость ЦНМТ – разработка метода определения уровня РН матки. Применяется он при выявлении причин бесплодия. Открытие такого метода имеет значение мирового масштаба.



Из-за различных воспалений в полости матки может возникать неблагоприятная кислотная среда, в которой не может выжить ни сперматозоид, ни яйцеклетка, ни эмбрион. Мы провели ряд длительных исследований и поняли, что этот показатель дает точный прогноз на беременность. При нарушении уровня pH делать ЭКО бессмысленно – эмбрион погибнет. Сначала надо привести уровень pH матки к нормальному показателю, а после уже либо ожидать наступления естественной беременности, либо проводить ЭКО.

Есть у ЦНМТ и наработки для лечения онкологических заболеваний. Для Тульской области это очень ценно, ведь по количеству злокачественных образований наш регион входит в перечень регионов с неблагоприятной обстановкой. Мы подали две заявки на получение патентов. На проведение минимально инвазивной операции для уничтожения первичной опухоли и применения иммунотерапии, которая запускает естественную борьбу организма с новообразованиями. У нас есть пациенты, которым было проведено лечение по данному методу. Одного из них мы лечили три года назад. На тот момент рак у него был неоперабельный, спустя же несколько лет онкологическое заболевание у него не диагностировано. То есть мы смогли его излечить.

Перечислять заслуги врачей Центра новых медицинских технологий можно долго. За помощью к ним приезжают пациенты со всей России.

ВЛАДИСЛАВ ГЕННАДЬЕВИЧ ИВШИН, доктор медицинских наук, генеральный директор ЦНМТ

– У нас не обычная поликлиника, а Центр, направленный на выявление новых методов лечения. Мы определяем недостатки и сложности лечения тех или иных заболеваний, стремимся их устранить и получаем в процессе новую методику или инструмент для оказания медицинской помощи. Наши пациенты – это люди со сложными заболеваниями, которым не смогли оказать помощь в других медицинских клиниках. География пациентов дотягивается до Сахалина, Алма-Аты и многих других. К нам приезжали оперироваться пациенты из Сербии, Черногории, Литвы, Белоруссии, Украины, Казахстана. При тяжелом состоянии пациента имеется возможность выезда наших сотрудников на дом к больному или в другое лечебное учреждение. Врачей ЦНМТ приглашали оперировать в клиники Москвы, Санкт-Петербурга, Обнинска, Краснодара, Ростова-на-Дону, Тамбова, Екатеринбурга, Омска, Тюмени и других городов России. Да, разрабатывать сложно, а внедрять в производство – еще сложнее, но все возможно. Поэтому мы не планируем останавливаться и будем дальше стремиться совершенствовать медицинские технологии, чтобы возвращать здоровье нашим пациентам и пациентам многих других клиник.



**КЛИНИКА
ВЫСОКОТЕХНОЛОГИЧНОЙ
МЕДИЦИНЫ**

г. Тула, ул. Metallургов, 83а
+7(4872) 41-90-90, +7 (910) 167-20-30

Елена и Александр Воронины

Компании
«Мойдодыр», «Альпика».
Вместе 13 лет.

Мы вместе работали в банке – там и познакомились, – рассказывает Елена. – Совместные командировки и корпоративные мероприятия позволили общаться в более неформальной обстановке и обратить внимание друг на друга. Наверное, это чувствуешь на энергетическом уровне – твой человек или нет.

У нас совпадают интересы практически по всем сферам, и если мы что-то хотим попробовать – пробуем вместе. Так начали кататься на коньках, встали на горные лыжи. У нас много совместных увлечений, любовь к путешествиям, семейный бизнес. Плюс у нас обоих достаточно здоровое чувство юмора и самокритика – без них, как и без общих интересов, вместе жить сложно.

Сколько бы раз за день мы ни пересекались, созванивались, переписывались, – по вечерам у нас заведено обсуждать рабочие и семейные дела, новости, строить планы. Это дает какое-то особое чувство близости, единения, помогает лучше понимать друг друга.

В нашей семье мастер по сюрпризам – супруг. Мои сюрпризы обычно не доживают до даты, потому что я не умею быть загадочной и раскрываю карты раньше, чем нужно. А он все подмечает, запоминает, что я когда-то сказала или захотела, и неожиданно преподносит – это очень приятно. И свидания у него получаются невероятные: например, на очередную нашу годовщину мы вместе пилотировали самолет.

Вера Фишимгер и Владимир Курохтим

Вместе 3 года



Мы познакомились на «Гонке героев». Я увидела, как проявляет себя теперь уже мой герой, и этим он меня покорила, — рассказывает Вера.

Нас объединяет мотоспорт и общие взгляды на жизнь. Это важно, но еще важнее другое — уважать увлечения другого, даже если ты их не разделяешь, и давать ему свободу. Фундамент здоровых отношений — когда ты считаешь своего партнера зрелой самостоятельной личностью, а не ребенком и не продолжением себя.

Нам нравится делать всё вместе, нас захватывает и зажигает сам процесс и понимание того, что мы заняты чем-то продуктивным. Во время пандемии мы решили сделать ремонт в клинике — и сделали, сначала в одной, потом в другой.

Возможно, у нас скучные отношения, без драм и фейерверков, по ним не снимешь кино))). Но мы кайфуем от того, что живем ровно и спокойно. Нам хорошо каждый день, где бы мы ни находились, и для этого не обязательно придумывать что-то неординарное. Хотя я люблю сюрпризы — и получать, и делать, до последнего держу интригу. Самым большим сюрпризом стала собака, которую я принесла домой. Владимир удивился, согласился, а потом и полюбил нашего Джека.

Алексей и Ульяма Серегими

Компания «Перестройка».
Вместе 4 года.

Мы познакомились через общих друзей. Друг в друге привлекло многое – отношение к жизни, неординарность мышления. Мы оба любим изучать новое, начатое дело доводим до конца и даже решения принимаем одинаковые.

Очень важно, когда в паре есть общность – в увлечениях, взглядах. В совместных делах супруги учатся поддерживать друг друга, в этом и состоит счастье. Нас объединяет наш бизнес, а еще мы любим ездить в другие города, изучать новые места и кухни и вместе готовить вкусную еду.

Романтика в любящей паре всегда есть даже в ежедневных мелочах. Например, мы допоздна работаем, а когда приходим домой – семейный ужин становится лучшим завершением долгого дня и одним из самых приятных его моментов. Можно сказать, каждый вечер – романтический. И сюрпризы – мы их любим и с удовольствием устраиваем друг для друга. Поехать якобы на замер дома и неожиданно оказаться в мини-путешествии в необычном месте – у нас и такое бывало))).



БАГРОВА КСЕНИЯ

Директор по маркетингу ГК «ЕДИНСТВО»

ОВЕН

21.03–20.04

Прошлогодние проблемы близки к завершению. Отложенные планы имеют все шансы быть реализованными. А если вы будете активно заводить новые связи и не забывать о старых, получите мощную поддержку в делах.

БЛИЗНЕЦЫ

22.05–21.06

Вас ждут развлечения, поездки и свидания, в делах – интересные проекты и предложения, присмотритесь к ним, если хотите перемен. Удачное время для новых полезных привычек: они дадутся вам легко и останутся надолго.

ЛЕВ

23.07–23.08

Решение, которое вам предстоит принять в феврале-марте, определит вашу жизнь на нескольких ближайших лет. Обдумайте всё – и действуйте! Это будет непростое, но увлекательное время, которое даст вам бесценный опыт.

СТРЕЛЕЦ

24.10–22.11

Будет много дел, связанных с семьей, близкими и домом, появится возможность улучшить отношения и жилищные условия. В рабочей сфере удастся наладить полезные связи и заручиться поддержкой для новых проектов.



1 марта

ДЕВА

24.08–23.09

Обстановка будет стабильной и комфортной, вы – заряжены энергией и мотивацией. Используйте этот удачный период для сложных дел, к которым раньше не решались подступиться. В конце месяца вероятно неожиданное поступление крупной суммы.

КОЗЕРОГ

22.12–20.01

Молчание и осторожность – ваш рецепт от конфликтов и финансовых потерь в начале февраля. Дальше обстановка стабилизируется, можно будет рисковать и пить шампанское. Семья потребует денежных вливаний, но эти траты будут приятными.

ВЕСЫ

24.09–23.10

Одиноким Весам февраль обещает интересные знакомства, одно из которых может перерасти в долгие счастливые отношения. Удачными будут поездки, а вот операции с недвижимостью и другие важные сделки лучше отложить до марта.

ВОДОЛЕЙ

21.01–19.02

Звезды обещают вам позитивные перемены во всех сферах – в работе, финансах, личной жизни. Будьте активны, верьте в себя, принимайте предложения – всё получится. Во второй половине месяца ждите особенно хороших новостей.

ТЕЛЕЦ

21.04–21.05

Первая половина месяца может быть беспокойной и даже конфликтной. Но во второй вы сможете исправить все ошибки и вступить на широкую и длинную белую полосу. Авторитет восстановится, любовь воцарится, деньги будут.

РАК

22.06–22.07

Не спешите и не перегружайте себя: вам сейчас лучше восстановить физические и душевные ресурсы, чтобы в полной готовности встретить весну. Она обещает быть активной, с переменами, переездами и другими важными и приятными делами.

СКОРПИОН

24.10–22.11

В феврале вам удастся укрепить карьерные позиции, найти новые пути для профессионального развития, решить непростые финансовые вопросы. Только не торопитесь: поспешность и импульсивность могут привести к промахам.

РЫБЫ

20.02–20.03

Постарайтесь провести этот месяц спокойно и размеренно, отдыхайте, встречайтесь с друзьями и близкими, не беритесь за крупные дела. Лучше займитесь здоровьем, бюджетом, планами на год – пользы будет гораздо больше.

*Фитнес в лучших
традициях!*

ГОГОЛЬ

ФИТНЕС-ЦЕНТР

ул. Гоголевская, 45а
+7 (4872) 52-52-05
🌐 www.gogol-fit.ru

ГОГОЛЬ

Pro
PILATES

СТУДИЯ

Пилатес студия
г. Тула, пр-т Ленина, д. 31
+7 (4872) 708-708
🌐 www.pilatestula.ru



*Пространство
для любимых
в движении!*

пр-т Ленина, 81,
Демонстрации, 137,
+7 (4872) 57-30-07
komarova.clinic

клиника комаровой

ПРОСТРАНСТВО ЗАБОТЫ
О КРАСОТЕ И ЗДОРОВЬЕ
С 20-ЛЕТНЕЙ ИСТОРИЕЙ



Фотограф: Егор Конабевцев vk.com/egorkorphoto

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ