

РЕКЛАМНОЕ ИЗДАНИЕ

ИЮНЬ 2023

ЗОЛОТОШ

СЕЗОННЫЙ ВЫПУСК

КВАДРАТ

ТУЛА

16+



Алла Веденеева, бизнесвумен
О том, как набрать высоту в карьере

Тема номера: «ВЗЯТЬ НОВУЮ ВЫСОТУ»

РЕКЛАМНОЕ ИЗДАНИЕ

ИЮНЬ 2023

ЗОЛОТОШ

СЕЗОННЫЙ ВЫПУСК

КВАДРАТ

ТУЛА

16+



Тема номера: «ВЗЯТЬ НОВУЮ ВЫСОТУ»

Вера Чепурина, коуч ICF
Хватит тушить пожары в бизнесе!

C5 AWD

Выбирая путь —
Выбираешь будущее



АВТОКЛАСС

Тула, Новомосковское шоссе, 25

тел: +7 (4872) 70-70-20

www.autoclass-omoda.ru

*Срок рассрочки суммируется, исходя из подключенных клиентом не позднее даты покупки автомобиля Тарифных планов: «Авто в рассрочку на 30 месяцев NEW» «Остаточный платеж», которым предусмотрено подключение опции «Остаточный платеж» (далее – ОП) в размере не более 60% от стоимости Автомобиля (по условиям оплачивается в последний платеж по рассрочке) и «Авто в рассрочку на 48 месяцевувеличение срока», предоставляющему срок рассрочки на оплату ОП до 48 месяцев. Тарифные планы подключаются по «Карта «Халва» на покупку новых автомобилей марки OMODA 2022-2023 года выпуска и дополнительного оборудования в официальных дилерских центрах. Условия по «Карта «Халва»: Клиентам от 20 до 75 лет по паспорту РФ. Обслуживание – 0 руб. Ставка в течение льготного периода (36 мес.) - 0% год. При его нарушении, по окончании – 0,0001% годовых на задолженность с даты возникновения. Срок рассрочки от 1 до 30 мес. на покупки в сети партнёров с учетом базового срока рассрочки, срока рассрочки по купонам, акциям, тарифным планам. Лимит в течение 5 лет до 500 000 руб., по решению Банка до 4 900 000 руб.

OMODA



АВТОРАССРОЧКА 0% до 78 месяцев*

(на покупку автомобилей). Комиссии за подключение Тарифных планов: «Авто в рассрочку на 30 месяцев NEW» «Остаточный платеж» - 4/30 от суммы увеличенного лимита в рамках тарифного плана, где 2/30 взимается (безусловно) за увеличение срока рассрочки до 30 мес. и 2/30 взимается при несоблюдении условия ежемесячного совершения от 5 покупок по «Карта «Халва» на общую сумму от 10 000 руб. (условия по минимальному обороту); «Авто в рассрочку на 48 месяцев увеличение срока» - 14.5% от суммы ОП при размере ОП от 1 до 39% и 15.5% - при размере от 40 до 60% взимается (безусловно) за увеличение срока рассрочки до 48 мес. и 2/48 от суммы ОП взимается при несоблюдении условий по минимальному обороту. Договором предусмотрено оформление договора страхования автомобиля от рисков хищения (угон), утраты (гибели). Залоговое обеспечение - залог приобретаемого транспортного средства. Предложение действительно на 15.05.2023 года. ПАО «Совкомбанк». Генеральная лицензия Банка России № 963 от 05 декабря 2014 г. Не является публичной офертой. ООО «АВТОКЛАСС»

Сеть ювелирных салонов «Бриллиантовая ручка» представляет проект

Гляжусь в тебя, как в зеркало



Мать и дочь, Елена Бондарева и Софья Цыганкова, как они похожи друг на друга! И как изысканно смотрятся на них винтажные украшения сети ювелирных салонов «Бриллиантовая Ручка». Массивные кольца и серьги с крупными камнями и с флористичным декором, филигранной работы браслеты — все это подойдет для парных выходов в свет с подружкой, мамой или сестрой и подчеркнет индивидуальность каждой.

ИП Тимофеев С.В.



Стилист, продюсер: Екатерина Ключкина
Фотограф: Егор Конабевцев
Место съемки: Тульский музей изобразительных искусств



сеть ювелирных салонов
Бриллиантовая Рука

- 📍 ТРЦ «РИО», ул. Пролетарская, 22а, 1-й этаж
- 📍 ТЦ «Лагуна», Кирова, 23а, 1-й этаж
- 📍 ТРЦ «Макси», ул. Пролетарская, 2, 1-й этаж
- 📍 ТЦ «Пассаж», ул. Советская, 64

NOCHE MÍO

SUMMER '23



мультибрендовые салоны

Валентина

- Болдина, 86, тел. 70-28-95
- ТРЦ «Макси», Пролетарская, 2, 2-й этаж



КРАСОТА УЛЫБКИ В ВАШИХ РУКАХ

КАК УХАЖИВАТЬ ЗА ЗУБАМИ, ЧТОБЫ НАДОЛГО СОХРАНИТЬ ИХ КРАСИВЫМИ И ЗДОРОВЫМИ? ВСЁ ДОВОЛЬНО ПРОСТО, НО СВОДИТСЯ К ОДНОМУ – УХОД ДОЛЖЕН БЫТЬ РЕГУЛЯРНЫМ. К КАКИМ ПОЛЕЗНЫМ ПРИВЫЧКАМ СТОИТ СЕБЯ ПРИУЧИТЬ, А ЧТО ЛУЧШЕ ДЕЛЕГИРОВАТЬ ДОКТОРУ, НАМ РАССКАЗАЛА АННА СИВУХИНА – СТОМАТОЛОГ-ТЕРАПЕВТ ЦЕНТРА СТОМАТОЛОГИИ, ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВОЙ ХИРУРГИИ И ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ SEN-CLINIC.



Продюсер, стилист: Софья Цыганкова
Фотограф: Елена Бондарева
Место съемки: чайная «Чайка»
Визажист: Яна Гассерт

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ООО «СЕН», ЛО-71-01-002168 24.10.2019 г. *По итогам премии «ПроДокторов» в 2022 году в номинации «Стоматолог-хирург»

ПРАВИЛА ДОМАШНЕГО УХОДА

К здоровью зубов важно подходить комплексно, но первое, с чего нужно начать – это регулярный и осознанный домашний уход. Проверьте, насколько вы соблюдаете эти простые правила:

- Чистить зубы 2 раза в день минимум по 2 минуты;
- Техника чистки: вся поверхность, включая межзубные промежутки;
- Менять зубную щётку каждые 2-3 месяца;
- Использовать пасту, индивидуально подобранную стоматологом;
- Иметь под рукой ирригатор, ополаскиватели, зубную нить и ёршики для ежедневного ухода за зубами.
- Раз в полгода посещать стоматолога для осмотра и профессиональной гигиены.

БЕЛЕЕ БЕЛОГО

Отбеливание – ещё один инструмент для идеальной улыбки. В SEN-Clinic используют Philips Zoom 4 WhiteSpeed – это современная система фотоотбеливания, где процесс активируется при помощи светодиодной лампы. Это метод нового поколения, позволяющий добиться осветления зубов на 6-8 тонов. По опыту пациентов стоматолога Анны Сивухиной, процедура безопасна и безболезненна. В ней используется гель низкой концентрации, а сама лампа излучает холодное свечение – это не перегревает зубы. Отбеливающий гель абсолютно безвреден для тканей и воздействует непосредственно на пигмент зуба. До и после фотоотбеливания врачи SEN-Clinic проводят укрепляющую терапию. Для улыбки это только плюс. Главное, не забудьте пройти профессиональную гигиену перед отбеливанием.

ВРАЧ, КОТОРОМУ ДОВЕРЯЕШЬ

Если вы нашли своего доктора, уход за зубами всегда будет в радость. Ведущий стоматолог-терапевт SEN-Clinic Анна Сивухина учит пациентов правильно заботиться о своей улыбке и рекомендует каждому персональный набор средств. Качественная профилактика – это то, на чём доктор Сивухина делает особый акцент. При условии регулярного ухода, посещать



АННА СИВУХИНА, врач-стоматолог, заведующий терапевтической службой SEN-Clinic

Образование: КГМУ, оканчивает ординатуру Медицинского института НИУ «БелГУ» по специальности «Стоматолог-терапевт».

Регулярно проходит обучения по сложному эндодонтическому перелечиванию, реставрации фронтальной и жевательной группы зубов, профессиональной гигиене полости рта.

стоматолога вы будете только с целью осмотра и гигиены. В SEN-Clinic проводят КТ-диагностику и лечат зубы под микроскопом, что обеспечивает ювелирную точность в работе врача. Ещё один важный плюс – исключительно комфортная атмосфера клиники. Можно послушать приятную музыку, посмотреть фильм или сериал и отвлечься с помощью антистрессовых игрушек. Во время лечения у доктора Анны Сивухиной пациенты часто засыпают. С какой бы проблемой вы не обратились в SEN-Clinic, будьте уверены, всё пройдёт хорошо.



ЦЕНТР СТОМАТОЛОГИИ
ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВОЙ ХИРУРГИИ
И ДЕНТАЛЬНОЙ ИМПЛАНТАЦИИ
SEN-clinic

Тула, Тимирязева, 97
Тула, Красноармейский пр-т, 34
+ 7 906 623-15-25
+ 7 4872 58-81-96
<https://sen-clinic.ru>
https://vk.com/sen_clinic



КЛИНИКА РАЗУМНЫХ РЕШЕНИЙ

Взять НОВУЮ ВЫСОТУ



Фото: Евгения Моногарова
Макияж и укладка: Екатерина Демина, Pudra
Локация: Inside

Что буду читать этим летом



У коучей есть классная технология – распаковка жизненного опыта. Вы смотрите на себя 5-10 лет назад и с помощью серии раскрывающих вопросов анализируете, что именно помогло вам добиться успеха в настоящем моменте. Описываете, будто киногероя, свой старт, страхи, убеждения, свои проблемы, трешовые истории того периода. А затем обращаетесь к себе настоящему – в точке «сейчас» – достижения, окружение, проекты, картина жизни. Выделяете ключевые решения, ошибки, действия, которые помогли выйти на новый уровень в каждом периоде, и находите свою суперсилу, чтобы взять новую высоту!

Июньский номер вдохновляет выйти на следующий уровень. Неожиданно эта тема развернулась для меня с новой стороны. Раньше она всегда ассоциировалась с достижением. Сегодня я убеждена, сверхрезультатов можно добиться с помощью системы, мягкой силы, гибкости мышления. И наши героини в разделе о женском бизнесе это подтверждают!

Девушка с обложки, международный коуч ICF Вера Чепурина, например, предлагает перестать тушить пожары в бизнесе и учит создавать новые сверхэффективные команды через женское лидерство. Что важно – без выгорания.

Бьюти-предприниматель Алла Веденеева доказывает, что открывать новые ниши не страшно, когда ты уверена в себе и действуешь смело и в соответствии со своими ценностями.

Чтобы оставаться эффективными, важно сохранять внутреннюю гармонию. А это – баланс всех сфер жизни. Здоровье, красота, семья, дети, дом, путешествия – все это требует внимания. И в этом выпуске мы постарались охватить каждый сегмент этого колеса. Обратите внимание на сезонный раздел «Дом в деталях» о строительстве и загородной жизни, а также специальный проект в честь Дня защиты детей. Мы исследуем йогу для беременных, узнаем у косметологов, как восстановить тело после родов, выбираем летний клуб для детей и IT-колледж.

Пристегните ремни и готовьтесь к взлету. А я отправляюсь брать новую высоту – только совсем не в бизнесе, а в абсолютно новой для меня роли мамы.

Эльвира Гафина

Образы на лето



Топ и юбка,
«Сливки»

Палантин и Мюли, ЕКОНИКА



Платье,
«Сливки»

Палантин и
босоножки,
ЕКОНИКА

Сливки

салон одежды и обуви

Все сливки в «Сливках»

www.slivkistore.ru

ИП Суяркова О.А.

Фотограф: Егор Конабевцев
Продюсер: Михаил Чуканов
Макияж и прическа: Юлиана Букалова
Место съемки: караоке-бар «Юность»

ОФИЦИАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ CHARMSTORE И TOPTOP

📍 Советская, 58 ☎ +7 920 272-60-54

👉 [slivkistore](#) 📧 [slivkistore_ru](#)





СТРОИТЕЛЬСТВО ЗАГОРОДНОЙ НЕДВИЖИМОСТИ

📍 ул. Советская, 74 📞 +7 (4872) 70-70-60 🌐 your-haus.ru 📱 your_haus

ТВОЙ ДОМ –

ТВОИ ПРАВИЛА!

Всех городских жителей хоть раз да посещала мысль о том, чтобы переехать из душного города поближе к природе — избавиться от городской суеты, пробок и шума. Чистый воздух, условия для активного отдыха, возможность иметь свежие фрукты и овощи с собственной грядки — несомненные плюсы в пользу переезда. Проводить романтические вечера у камина, смотреть на звездное небо, покачиваясь в гамаке или завести большую собаку, о которой так давно мечтали — эти и другие желания могут стать реальностью...

ООО «Партнёр», «E-хаус»





Строительство дома под ключ будет прекрасным вариантом для тех, кто дорожит своим временем и хочет быть полностью уверен в конечном результате. Можно не загружать себя лишними заботами, предоставив решение проблем специалистам компании **Ё-Naus**. Несколько месяцев, и вы празднуете новоселье в уже готовом загородном доме!

КОНСТАНТИН ЛЕВИН, руководитель по развитию и работе с партнерами

ПРОСТРАНСТВО, НЕ ОГРАНИЧЕННОЕ ВХОДНОЙ ДВЕРЬЮ

За дверью вашего будущего дома начинается мир, который можно наполнить тем, что по душе. Разбить на участке небольшой сад, построить баню, поставить мангал, беседку или соорудить игровую площадку для детей — да что угодно или всё сразу! Это ваша территория, и всё ограничивается лишь вашей фантазией. Больше не нужно думать, куда поехать с друзьями на шашлыки. Природа уже у вашего порога!

Компания Ё-Нaus поможет вам подобрать участок мечты, учитывая все запросы. В черте города или за его пределами, с соседями или без них, рядом с лесом или водоемом — стоит лишь озвучить свои пожелания и все будет именно так, как вы планируете!



Фото: Елена Бондарева

УРОВЕНЬ КОМФОРТА – ПО ВАШЕМУ ЖЕЛАНИЮ

В отличие от своего дома, въезжая в новую квартиру вы получаете готовое решение, подчас изменить дизайн которого нет возможности в силу технических причин. При строительстве дома можно предусмотреть практически все: от высоты потолков и окон, до наличия террасы, второго света и комнат для каждого члена семьи с просторными гардеробными.

ФАНТАЗИИ СТАНОВЯТСЯ РЕАЛЬНОСТЬЮ

Компания Ё-Нaus обладает всеми ресурсами, чтобы воплотить желаемое в реальность. Опытные дизайнеры-архитекторы предложат оптимальные решения, которые будут соответствовать всем ГОСТам и СНИПам. Вы также можете выбрать материал, из которого будет спроектирован дом, будь то кирпич, газосиликатный блок или любой другой вариант. А если вы не любитель креативных решений, то в базе компании есть множество типовых проектов на любой вкус.

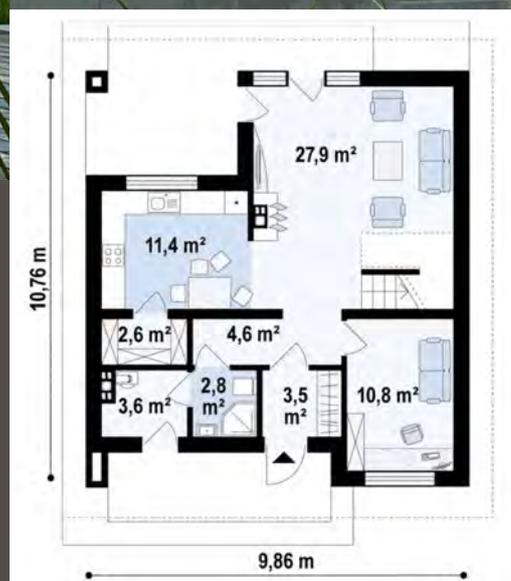
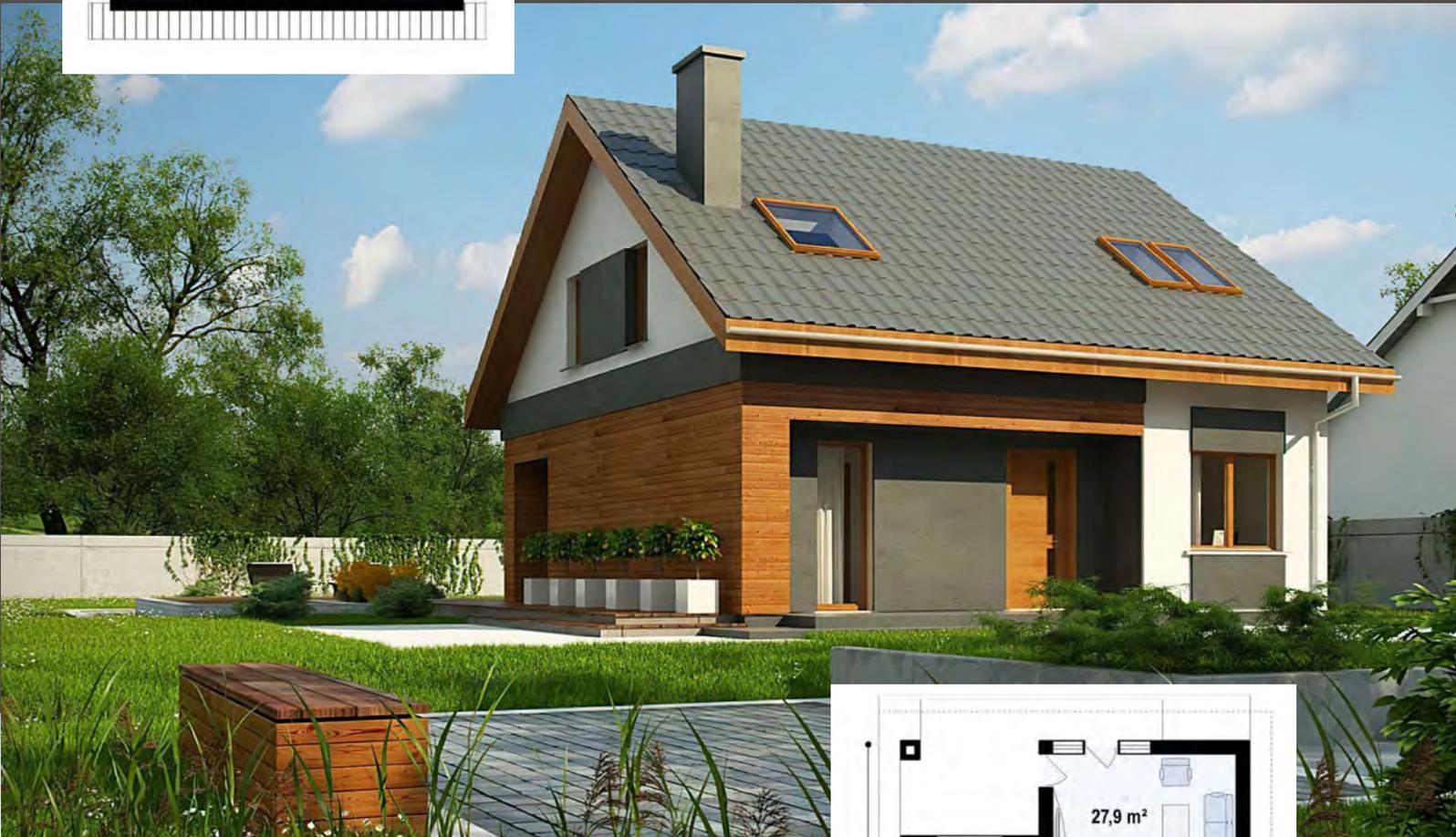
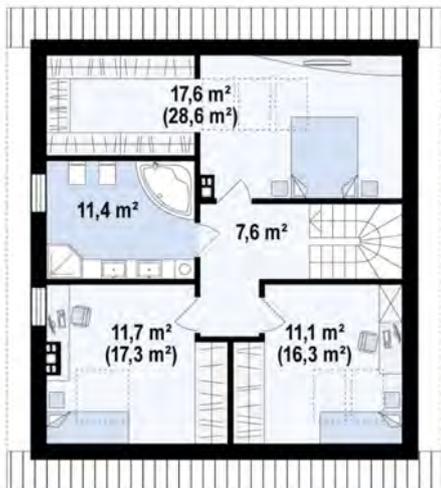
Компания Ё-Нaus готова помочь выполнить отделку под ключ, вам останется только занести мебель и декорировать дом по своему вкусу!



ЖИЗНЬ ЗА ГОРОДОМ — ЭТО СОВЕРШЕННО ИНОЙ

О ПРЕИМУЩЕСТВАХ E-HAUS

- ✓ Срок строительства дома до 100 м² – 4 месяца
- ✓ Помощь в подборе земельного участка, с учетом всех пожеланий
- ✓ Возможность создания собственного дизайн-проекта, а также большая база уже готовых
- ✓ Строительство и отделка дома под ключ
- ✓ Гарантия фиксированной цены и сроков
- ✓ Гарантия 5 лет на все проделанные работы
- ✓ Возможность строительства в ипотеку под минимальный процент



УРОВЕНЬ КОМФОРТА!



СТРОИТЕЛЬСТВО
ЗАГОРОДНОЙ НЕДВИЖИМОСТИ

ул. Советская, 74 +7 (4872) 70-70-60
your-haus.ru your_haus



ТЕЛ.: (4872) 50-12-85, 52-42-50, 52-42-60

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ:

ZK_REKLAMA2@TULA-PRESSA.RU

РЕДАКЦИЯ: ZK_GEA@TULA-PRESSA.RU

ИЗДАТЕЛЬ, ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР:
ПАВЕЛ КОРЕНЮГИН

ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР:
АЛЕКСАНДРА АНАНАСОВА

РУКОВОДИТЕЛЬ ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ:
МИХАИЛ ЧУКАНОВ

ТЕКСТЫ: МАРИЯ СВИСТУНОВА, КСЕНИЯ ЛАНГЕ,
ЭЛЬВИРА ГАФИНА, АЛЕКСАНДРА АНАНАСОВА,
ЕЛИЗАВЕТА РОМАНОВА, АЛЕКСАНДР ГОРБАНЕВ

ФОТО: ЕЛЕНА БОНДАРЕВА, ЕГОР КОНАБЕВЦЕВ,
ЕКАТЕРИНА БАЛАКИНА, ДМИТРИЙ БАШКИРОВ

ВЕРСТКА, ДИЗАЙН: ОЛЬГА ПРОКОПЬЕВА,
НИКОЛАЙ КАЗАНСКИЙ

ОТДЕЛ ПРОИЗВОДСТВА: АЛЕКСАНДР ЮН



На обложке:
Алла Веденева,
основательница
Gold studio
Фотограф:
Егор Конабевцев
Продюсеры:
Михаил Чуканов,
Александра Анаанасова
Макияж: Яна Тарцакова
Прическа: Анна Пинакова
Место съемки:
Региональная обще-
ственная организация
«Федерация спорта
сверхлегкой авиации
Тульской области»

На обложке:
Вера Чепурина, коуч ICF
Фотограф:
Егор Конабевцев
Продюсеры:
Михаил Чуканов,
Александра Анаанасова
За предоставленное
место съемки
выражаем
благодарность
главному управлению
МЧС России по
Тульской области
и просим вас
помнить о пожарной
безопасности!



Рекламное издание журнал «Золотой квадрат. Тула», № 186, июнь 2023, дата выхода в свет 07.06.2023 г. Учредитель: ООО «Дом Прессы», генеральный директор, главный редактор — Коренюгин Павел Владимирович. Зарегистрировано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Тульской области 27.04.2022 г. ПИ №ТУ 71-00528. Отпечатано в типографии ООО «Борус-Принт»: 115201, г. Москва, МО Москворечье-Сабурово вн.тер.г., 1-й Котляковский пер., д. 3, этаж 1, пом. 1/12 www.borus.ru, 8-800-600-74-54, zakaz@borus.ru, заказ № П01529/1. Тираж 5000 экз. Распространяется бесплатно. Редакция не несет ответственности за содержание рекламных материалов. Полное или частичное воспроизведение статей и материалов, опубликованных в «Золотом квадрате. Тула», допускается только по согласованию с редакцией. Мнение редакции может не совпадать с мнениями авторов публикаций. Все цены действительны на момент публикации. Адрес редакции и издателя: 300012, Тульская область, г. Тула, Городской пер., 15-б, телефон редакции: (4872) 50-12-85.

ПАРТНЕРЫ



LINDA, модельно-артистическое агентство,
Клары Цеткин, 4, оф. 304, ☎ 704-734 🌐 lindamodel.ru



GOLD MODELS, модельное агентство, Ф. Энгельса, 62,
4 эт. ☎ 38-41-33, +7 903 840-41-33 🌐 goldtula.ru



«КЛОНДАЙК», магазин джинсовой одежды, Красноармейский п-т,
6-а ☎ 365-017 🌐 klondike-jeans.com 📧 klondike_jeans



«АМЕЛИ», бутик модной одежды, Демонстрации, 8,
☎ (4872) 58-35-85



BENATTI, обувь и аксессуары, ТРЦ «Макси», 2-й этаж,
ул. Пролетарская, 2, ТРЦ «Гостиный двор», 1-й этаж,
ул. Советская, 47, ☎ +7 4872 25-24-44, +7 910 163-52-10



INSIDE, фотостудия, ул. Фридриха Энгельса, 70А
☎ +7 906 626-77-33 🌐 insidetula.com



Lady collection, магазин бижутерии и аксессуаров
для волос, Советская, 47, ТРЦ «Гостиный двор»



SERGINNETTI, магазин одежды,
пр-т Ленина, 54А, 🌐 serginnetti.ru



«МАГАДАН», ресторан, ул. Советская, 47,
ТЦ «Гостиный двор», 5-й этаж
☎ +7 910 700-14-32 🌐 magadantula.rest



КЛУМБА, цветы&декор, пр. Ленина, 83-а
☎ 70-02-02 🌐 klumba71.ru 📧 supermarket_klumba



«ВЕСТИТО», салон модной женской одежды,
Красноармейский пр-т, 4, 1 этаж, ☎ +7 910 948-31-08



«НАРЯД НАПРОКАТ», аренда платьев, ул. Советская, 78,
☎ +7 920 743 07 15 📧 naryad_naprokat_tula



«СВЕТСКИ», ресторан, ул. Советская, 3
☎ +7 991 354-84-60 📧 svetsky.tula 🌐 svetskiest.ru



КЛАСТЕР «ОКТАВА», Центральный пер., 18,
☎ +7 (4872) 77 02 07, 📧 oktava_klaster



NOCOMMENT, магазин женской одежды,
ул. Пролетарская, 2, ТРЦ «МАКСИ», 1-й этаж
☎ +7 953 191-92-28

РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТА СВЕРХЛЕГКОЙ АВИАЦИИ
ТУЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ», ул. Чмутова, 158а,
☎ +7 920 772-77-17

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ МЧС РОССИИ ПО ТУЛЬСКОЙ
ОБЛАСТИ, ул. Демонстрации, 21 ☎ +7 (4872) 36-02-84

JULIBU_MUАН, визажист и мастер по прическам,
Юлиана Букалова, пр-т Ленина, 22 ☎ +7 (919) 074-70-64

VERONA
mobil

SPARKS
КУХНИ



СКОРО ОТКРЫТИЕ ФЛАГМАНСКОГО ШОУРУМА
ПО АДРЕСУ: УЛ. СОФЬИ ПЕРОВСКОЙ, 3 (ПЛОЩАДЬ А. НЕВСКОГО)



Модель **KREOLA**

РАБОТАЕМ С 2002 ГОДА

ДАЛЛАС
МЕБЕЛЬ

«Тул» ООО

📍 «МЕБЕЛЬ МОЛЛ», Осиновая Гора, 2

🕒 10⁰⁰-20⁰⁰

☎ +7 950 913-55-52

☎ +7 950 913-55-24

🌐 tulakitchen



Неприлично О ЛИЧНОМ

ПОЭТИЧЕСКИЙ ВЕЧЕР «С ПЕРЧИНКОЙ» В РЕСТОРАНЕ WELL WELL WELL ПРОВЕЛА ИРИНА АЛЕКСЕЕВА, БЛОГЕР И ОСНОВАТЕЛЬ КЛИНИКИ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ CHRONOS. БЛОНДИНКА ХУЛИГАНИЛА, ЧИТАЯ СВОИ ДЕРЗКИЕ СТИХОТВОРЕНИЯ С ПРИМЕСЬЮ САТИРЫ.



Успешная бизнес-леди, мать и жена раскрылась перед публикой как поэтесса весьма оригинального жанра. Формат стихов необычный – правдивый и дерзкий, не в бровь, а в глаз! Ирина рассказывала истории из жизни, подкрепляя их выдержками из своего творчества. Жесткий, остроумный и ироничный юмор про бывших, хейтеров, коллег и друзей сопровождался хорошим слогом. В сером костюме с мужского плеча и бейсболке Ирина была олицетворением образа дерзкой девчонки, под стать своим стихам. Никакого дресс-кода на вечере: гости в свободном стиле одежды, дабы атмосфера была максимально раскрепощенной и ничего не стесняло! Как говорит сама Ирина, «Я не Бродский, не Вознесенский и даже не Шнур. Я просто люблю хороший юмор, сдобренный интеллигентным «матерком» и тонкий стеб. И само собой – хороший слог! Кто со мной давно, уже прекрасно все знают и чувствуют. Если о любви, то с долей иронии, а о козлах – с сатирой».

Организатором поэтического вечера выступила Евгения Водяхо, за что ей низкий поклон — все получилось на высоком уровне! После дерзких и жарких стихов поэтессы весьма кстати были устрицы на льду вкупе с прохладными напитками! Гости взяли с Ирины слово и дальше радовать всех подобными вечерами и другими интересными мероприятиями! Вот уж точно талантливый человек талантлив во всем!



16+

КРАСОТА НЕ ТРЕБУЕТ ЖЕРТВ

CHRONOS CLINIC ПРОДОЛЖАЕТ УДИВЛЯТЬ, ПРЕЗЕНТУЯ СВОЮ НАШУМЕВШУЮ НОВИНКУ DEAGE-EX DUAL. DEAGE ОЗНАЧАЕТ «УМЕНЬШЕНИЕ ВОЗРАСТА» ИЛИ «ОМОЛОЖЕНИЕ», И ЭТО ГЛАВНОЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ АППАРАТА. ВЫГЛЯДЕТЬ БЛЕСТЯЩЕ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ — ЛЕГКО!

- **НЕТ ЗАПРЕТНЫХ ЗОН**

- ПОДТЯЖКА ЗОНЫ ДЕКОЛЬТЕ,
- ПОДБОРОДОЧНОЙ, ПОДКОЛЕННОЙ,
- ЯГОДИЧНОЙ И ДРУГИХ ОБЛАСТЕЙ.
- ВЫРАБАТЫВАЕТСЯ КОЛЛАГЕН И ЭЛАСТИН,
- ВОЗРАСТНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ИСЧЕЗАЮТ!

- **ИДЕАЛЬНЫЙ РЕЛЬЕФ**

- БОРЬБА С ИЗБЫТОЧНОЙ ЖИРНОСТЬЮ И
- РАСШИРЕННЫМИ ПОРАМИ, УМЕНЬШЕНИЕ
- СЛЕДОВ ПОСТАКНЕ И ПРОЯВЛЕНИЯ
- МОРЩИН, В ТОМ ЧИСЛЕ МИМИЧЕСКИХ.
- КОРРЕКЦИЯ ГИПЕРТРОФИЧЕСКИХ И
- АТРОФИЧЕСКИХ РУБЦОВ И СТРИЙ!

- **КОЖА – ФАРФОРОВАЯ**

- КОЖА ПРИОБРЕТАЕТ
- УПРУГОСТЬ, ТОНУС И
- СИЯНИЕ, А ЕЕ ЦВЕТ ЗАМЕТНО
- ВЫРАВНИВАЕТСЯ.

- **ДЛЯ ЛЮБОГО ВОЗРАСТА И ПОЛА!**

- НАСТОЯЩАЯ НАХОДКА НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ
- ЖЕНЩИН ЛЮБОГО ВОЗРАСТА, НО И ДЛЯ
- МУЖЧИН, КОТОРЫЕ ХОТЯТ ВЫГЛЯДЕТЬ
- ДОСТОЙНО!



**CHRONOS
CLINIC**

УЛ. ВЕРЕСАЕВА, 20 Тел.: +7 977 407-77-71
www.chronos-clinic.ru

ОПРОБУЙТЕ НОВИНКУ И ПОГРУЗИТЕСЬ

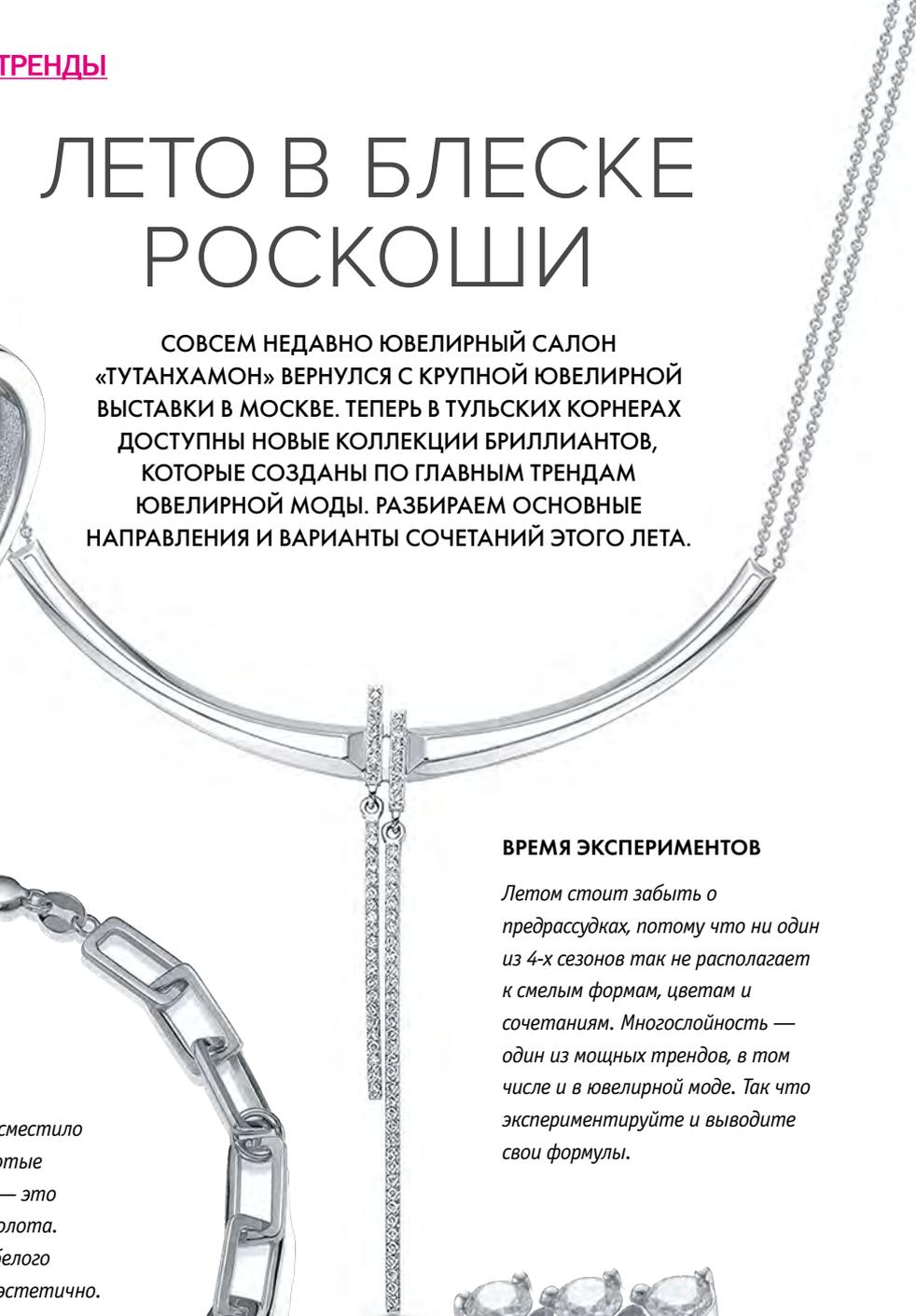
В ЭСТЕТИЧНЫЕ ИНТЕРЬЕРЫ CHRONOS CLINIC

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

ООО «ХРОНОС», «Хронос Клиника», Лицензия № ЛО41-01187-71/00591377

ЛЕТО В БЛЕСКЕ РОСКОШИ

СОВСЕМ НЕДАВНО ЮВЕЛИРНЫЙ САЛОН «ТУТАНХАМОН» ВЕРНУЛСЯ С КРУПНОЙ ЮВЕЛИРНОЙ ВЫСТАВКИ В МОСКВЕ. ТЕПЕРЬ В ТУЛЬСКИХ КОРНЕРАХ ДОСТУПНЫ НОВЫЕ КОЛЛЕКЦИИ БРИЛЛИАНТОВ, КОТОРЫЕ СОЗДАНЫ ПО ГЛАВНЫМ ТРЕНДАМ ЮВЕЛИРНОЙ МОДЫ. РАЗБИРАЕМ ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ И ВАРИАНТЫ СОЧЕТАНИЙ ЭТОГО ЛЕТА.



ВРЕМЯ ЭКСПЕРИМЕНТОВ

Летом стоит забыть о предрассудках, потому что ни один из 4-х сезонов так не располагает к смелым формам, цветам и сочетаниям. Многослойность — один из мощных трендов, в том числе и в ювелирной моде. Так что экспериментируйте и выводите свои формулы.

БЕЛОЕ ЗОЛОТО

Оно стало новой классикой и сместило с позиций традиционные золотые украшения. К тому же, лето — это идеальное время для белого золота. Контраст загорелой кожи и белого золота смотрится особенно эстетично.



ОСТРЫЕ ФОРМЫ

Четкие грани, выраженная геометричность и орнаментальность — это то, что объединяет большинство трендовых украшений последнего года. Пусть вам не кажется, что это чересчур грутально. Наоборот, такие украшения раскрывают женственность и придают роскошный лоск.





ТУТАНХАМОН

С Е Т Ъ Ю В Е Л И Р Н Ы Х С А Л О Н О В

8 800 700 57 72

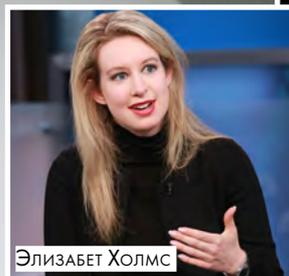
- Тула, ул. Пролетарская, 2, ТРЦ «Макси»
- Тула, пр-т Ленина, 19

- Тула, ул. Путейская, 5
- Тула, ул. Сойфера, 18а

- Новомосковск, ул. Трудовые резервы, 33б, ТЦ «Первый»

www.tutanhamon.ru

Fashion АСКЕТИЗМ



ЭЛИЗАБЕТ ХОЛМС



СТИВ ДЖОБС



ОСКАР ХАРТМАН

АЛЛА СТАРОСТИНА, КОЛУМНИСТ, PRO-AGE-БЛОГЕР,
СОЗДАТЕЛЬ СЕТИ «САМ СЕБЕ КУТЮРЬЕ», ИНВЕСТОР

ПОЧЕМУ СИЛЬНЫЕ МИРА СЕГО НОСЯТ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ОДНО И ТО ЖЕ? МНОГИЕ РУКОВОДИТЕЛИ ГЛОБАЛЬНЫХ КОМПАНИЙ КАК БУДТО НИЧЕГО НЕ СЛЫШАЛИ О СЕЗОННЫХ ТРЕНДАХ. КАЖЕТСЯ: НАМ БЫ ИХ ВОЗМОЖНОСТИ – МЕНЯЛИ БЫ БРЕНДОВЫЕ НАРЯДЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ! А ОНИ НАЗНАЧИЛИ СЕБЕ УНИФОРМУ И ИЗО ДНЯ В ДЕНЬ НЕ ВЫЛЕЗАЮТ ИЗ НЕЁ. ЧТО ЭТО: НЕЖЕЛАНИЕ ЗАМОРАЧИВАТЬСЯ ИЛИ ЭКОНОМИЯ ВРЕМЕНИ? А МОЖЕТ БЫТЬ, ДЕМОНСТРАЦИЯ ПРЕНЕБРЕЖЕНИЯ К ОБЩЕСТВЕННОМУ МНЕНИЮ?

Стив Джобс носил чёрные водолазки от Issey Miyake, джинсы Levi's и кроссовки New Balance. При том, что дизайну он, как мы все знаем, придавал огромное значение и ни разу на нём не сэкономил!

В этот же список можно занести и нашего Оскара Хартмана, которого легко узнать по синему костюму, рубашке и белым кроссовкам.

С мужчинами всё понятно. Но и среди женщин есть те, кто «выделяется» своей униформенностью.

Известная (правда теперь уже скандально) Элизабет Холмс носила черные водолазки и брюки. Её тема – инновационные продукты. О ней и истории её проекта недавно сняли сериал. Я смотрела его и думала: у костюмера была несложная

задача! Кстати, есть мнение, что своим образом Элизабет пыталась заякорить окружающих на ассоциации со Стивом Джобсом. Её одно время так и называли: Джобс в юбке, а это вызывает доверие и дарит плюс сто очков к той самой инновационности!

А вот основательница и CEO косметического бренда Glossier Эмили Уэйс считается fashion-инфлюенсером. Что не мешает ей носить каждый день один и тот же комфортный лук: кроссовки и джинсы со светлым верхом. Правда, справедливости ради надо отметить, что философия её бренда исключает неоправданные излишества и приветствует минимализм.

В чём еще причина такого аскетизма? Я вижу несколько резонов.

- 1. Путь наименьшего сопротивления.** Тем, кто с головой в своём проекте, не хочется затрачивать время и энергию на выбор.
- 2. Перфекционизм.** Они либо будут погружаться в тренды с полной самоотдачей, и это уже будет fashion-бизнес, либо переключат энергию на то, что будет источником успеха и прибыли.
- 3. Предприниматели и руководители предпочитают деньги не тратить, а инвестировать,** причём с максимальной отдачей, а шопинг не всегда отвечает этой задаче.
- 4. Элемент пиара и маркетинга – узнаваемый образ.**

А вот у лидеров fashion-отрасли – тренд-вотчеров, креативных директоров, fashion-дизайнеров – задача посложнее. Они знают на несколько сезонов вперёд: какие тренды появятся на подиумах, какие выйдут на улицу. Учитывая это, даже страшно представить: в чём им самим ходить на работу?

То, что носят сегодня, для них – вчерашний день.

Если надеть то, что будет модно через три года – никто не поймёт!

Вы наверняка не раз наблюдали такую картину: после феерической коллекции выходит на поклон незаметный человек, одетый в чёрное нечто. Вполне объяснимый выбор, когда краски и формы – твой повседневный инструмент. Именно к нему, а не к разодетым в пух и прах моделям, обращены самые бурные овации. Получается – мир аплодирует не всегда тем, кто ярко и модно одет.

На мой взгляд, это и есть главная причина fashion-аскетизма!



ГРАН-ПРИ - «ШАБАТ ШАЛОМ», МАРИЯ ЮШЕНКОВА, Г. МОСКВА

ПРЕЗИДЕНТ
ФЕСТИВАЛЯ
АЛЛА
БУРЛИНА

FASHION STYLE 2023: МОДА НЕ МОЖЕТ БЫТЬ СКУЧНОЙ!

УЖЕ ПО ТРАДИЦИИ РАЗ В ГОД ТУЛА СТАНОВИТСЯ НАСТОЯЩЕЙ МОДНОЙ СТОЛИЦЕЙ! В КЛАСТЕРЕ «ОКТАВА» ПРОШЕЛ МЕЖДУНАРОДНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ МОДЫ И КРАСОТЫ FASHION STYLE, ОРГАНИЗОВАННЫЙ МОДЕЛЬНЫМ АГЕНТСТВОМ LINDA. НАШ ГОРОД ВСТРЕТИЛ 70 ТАЛАНТЛИВЫХ ДИЗАЙНЕРОВ И ТЕАТРОВ МОД ИЗ 30 РЕГИОНОВ РОССИИ, БЕЛОРУССИИ И КАЗАХСТАНА.



1-Е МЕСТО -
LIBERTE CHRISTO,
ХРИСТИНА ХОЗЕ,
Г. МОСКВА



FASHION STYLE ВЫСТУПАЕТ В КАЧЕСТВЕ START-UP ПЛОЩАДКИ ДЛЯ ДИЗАЙНЕРОВ, СПОСОБУЕТ ИХ ПРОДВИЖЕНИЮ И ОТКРЫВАЕТ ИМЕНА ШИРОКОЙ ПУБЛИКЕ. ОЦЕНИВАЮТ УЧАСТНИКОВ НАСТОЯЩИЕ ЭКСПЕРТЫ В ИНДУСТРИИ МОДЫ!

В ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ФЕСТИВАЛЯ ЗРИТЕЛИ УВИДЕЛИ ПОВСЕДНЕВНУЮ ОДЕЖДУ, РОМАНТИЧНЫЕ ЛЕГКИЕ ПЛАТЬЯ И КОСТЮМЫ, СПОРТИВНЫЕ ОБРАЗЫ, ВЕЧЕРНИЕ И СВАДЕБНЫЕ НАРЯДЫ!

ПОКОРЯЛИ ПОДИУМ ФОЛК-КОЛЛЕКЦИИ, ДИЗАЙНЕРЫ ОБРАЩАЛИСЬ К ТЕМЕ СЛАВЯНСКОЙ, ВОСТОЧНОЙ, ЕВРЕЙСКОЙ, АФРИКАНСКОЙ КУЛЬТУР.

ВО ВТОРОЙ ДЕНЬ ФЕСТИВАЛЯ ПРОШЛИ МОДНЫЕ ПОКАЗЫ ДЕТСКОЙ И ПОДРОСТКОВОЙ ОДЕЖДЫ, А ТАКЖЕ КОНКУРСЫ КРАСОТЫ И ТАЛАНТА.



2-Е МЕСТО –
«ПРЯНИЧНОЕ
ДЕТСТВО»,
ГАЛИНА
ФЕКЛИСОВА
Г. ТУЛА



2-Е МЕСТО – «ПО ТУ СТОРОНУ ГРАНИЦ», АЛЕКСАНДРА ГУЗОВА, Г. ЕКАТЕРИНБУРГ



КОЛЛЕКЦИЯ
ДИЗАЙНЕРА
ТАБУННИКОВОЙ

3-Е МЕСТО –
GRASSBRAND,
ДИЗАЙНЕР ТАТА
САФРОНОВА,
Г. ВОЛОГДА



SAXEVE, ДИЗАЙНЕР
ВАЛЕРИЯ ХНЫКИНА, Г. ТУЛА

ВАЛЕРИЯ ХНЫКИНА
ДИЗАЙНЕР



Фото: Екатерина Балакина
Макияж: Анна Жукова



Бренд Saxeve на фестивале

FASHION STYLE

В КЛАСТЕРЕ «ОКТАВА» ПРОШЁЛ XI МЕЖДУНАРОДНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ МОДЫ И КРАСОТЫ FASHION STYLE. УЖЕ НЕ ПЕРВЫЙ РАЗ СВОЮ КОЛЛЕКЦИЮ ТАМ ПРЕДСТАВЛЯЕТ ТУЛЬСКИЙ БРЕНД SAXEVE. ЕГО ОСНОВАТЕЛЬНИЦА – ДИЗАЙНЕР ВАЛЕРИЯ ХНЫКИНА – СОЗДАЁТ ОДЕЖДУ ДЛЯ ЯРКИХ ДЕВУШЕК, КОТОРЫЕ НЕ БОЯТСЯ САМОВЫРАЖАТЬСЯ.

Валерия успела пожить в Италии, окончить академию легендарного кутюрье Валентина Юдашкина, а сегодня развивает собственный бренд одежды SAXEVE. Это пленительные образы для тех, кто не привык прятать свою красоту и женственность. Концепция бренда – смелый микс стиля вамп и всегда актуальной классики. Одежда SAXEVE представлена в шоурумах Москвы и Тулы, а также в одноимённом модном доме.

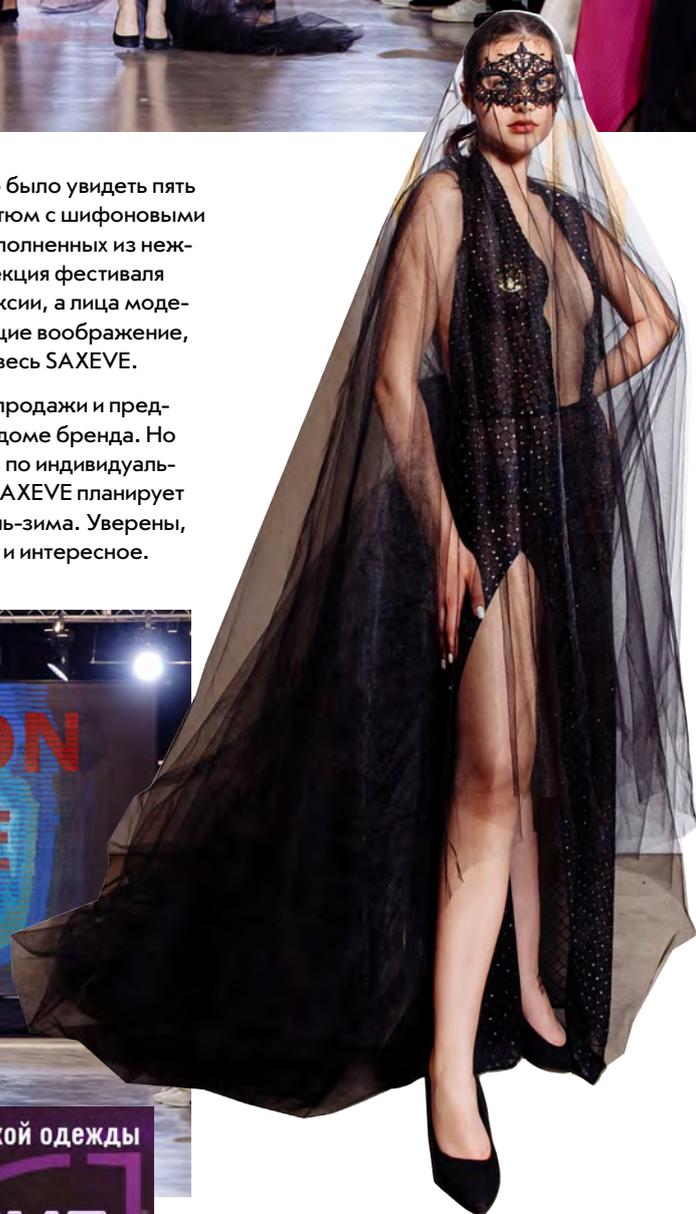
Для фестиваля моды и красоты Fashion Style Валерия Хныкина и её команда отшили лимитированную коллекцию, где каждая вещь в единичном экземпляре. Название коллекции – Dea (в переводе с итальянского «богиня»). Музой дизайнера уже много лет является блистательная актриса Моника Беллуччи и каждый look Валерия мысленно примеряет на неё.





На подиуме в рамках Fashion Style можно было увидеть пять образов SAXEVE: изящный брючный костюм с шифоновыми вставками и четыре пикантных платья, выполненных из нежнейшего фатина, шифона и атласа. Коллекция фестиваля полностью в чёрном цвете и оттенках фуксии, а лица моделей были скрыты за масками. Будоражащие воображение, таинственные, роковые образы – в этом весь SAXEVE.

Вещи лимитированной коллекции не для продажи и представлены только на манекенах в модном доме бренда. Но каждую из них можно повторить на заказ по индивидуальным размерам. Совсем скоро команда SAXEVE планирует приступить к новой линейке одежды осень-зима. Уверены, это будет как всегда что-то интригующее и интересное.



SAXEVE в Туле:

- ул. Октябрьская, 262А, дом моды SAXEVE
- Центральный переулок, 18, кластер «Октава», бутик Ur&Ur
- пр-т Ленина, 85Б, корпус 5, «Ликёрка Лофт», бутик Felicity

Ищи в магазинах Тулы!

VK [saxeve](#) Telegram [saxeve_brand](#)

Запись в шоурум по телефону: 8-932-678-88-88

SAXEVE в Москве:

- 1-я ул. Машиностроения, 10, шоурум DERBYseasons
 - Малый Гнезниковский переулок, 10, шоурум Trendy Lady
 - ☎ +7 932 678-88-88
 - ☎ +7 930 000-00-71
- VK [saxeve](#) Telegram [saxeve_brand](#)

BULMER



Воздух свободы. Летящие, слегка зауженные брюки и платье-рубашка с оригинальным принтом разбавлены базовым белым топом. Комфортный образ для уикенда. Кстати, платье отлично смотрится соло.

Фотограф: Егор Конабевцев
Продюсер: Александра Анаанасова



Бохо-шик. Романтичное платье из вискозы с открытыми плечами – нежнее не придумаешь. Прямой силуэт можно приталить с помощью тонкого пояска и дополнить образ плетеными сандалиями.

Всё сходится. Лёгкая белая блуза необычного кроя с ассиметричным поясом в тандеме с яркими укороченными брюками идеальной посадки. Отличный пример нескучной базы – это фирменный почерк Bulmer.

Игра фактур. Горчичный костюм лаконичного кроя, где всё решает ткань с необычной тиснёной полоской. Универсальный базовый образ, который можно по-разному обыграть обувью и аксессуарами.

Летняя геометрия. Графичное платье в полоску из фактурной ткани. Широкий пояс удачно подчёркивает талию, а сочетание голубого и шоколадных оттенков – всегда беспроигрышный вариант.



BULMER: В ЧЁМ ПОЙТИ В ЛЕТО

ВРЕМЯ ОТКРЫТЫХ ТЕРРАС, ЛЁГКОСТИ И БЕСПЕЧНОСТИ, ЛЕДЯНЫХ БОКАЛОВ И ОТКРЫТЫХ ПЛЕЧ. ПОЗДРАВЛЯЕМ, КАЖЕТСЯ, МЫ ДОЖДАЛИСЬ ЛЕТА! ДАВАЙТЕ ВСТРЕТИМ ЕГО КРАСИВО В НАРЯДАХ ИЗ СВЕЖЕЙ КОЛЛЕКЦИИ НЕМЕЦКОГО БРЕНДА BULMER. СЕГОДНЯ НОВЫЕ ОБРАЗЫ ПРИМЕРИЛА ЕГО ДИРЕКТОР — ДИАНА ЕФИМОВА.



BULMER



НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ЛЕТО '23

ИП Ефимова Е. Ю. «Булмер»

ЖЕНСКАЯ ОДЕЖДА ИЗ ГЕРМАНИИ

ТРЦ «Макси», 1-й этаж  bulmer_tula  bulmer_tula



Тульская модель ПОКОРЯЕТ FASHION.TV

В МОСКВЕ СОСТОЯЛАСЬ СЪЕМКА 4 СЕРИИ ПРОЕКТА BRANDS&TRENDS ДЛЯ ТЕЛЕКАНАЛА FASHION.TV/RUSSIA. ЭТО ПРОЕКТ О ТРЕНДАХ И ПОСЛЕДНИХ ТЕНДЕНЦИЯХ В ОДЕЖДЕ И АКСЕССУАРАХ МОЛОДЕЖНОЙ МОДЫ.



В ПРОЕКТ БЫЛА ПРИГЛАШЕНА ОБЛАДАТЕЛЬНИЦА ТИТУЛА МИНИ МИСС ТУЛА 2023, 1 ВИЦЕ МИНИ МИСС РОССИИ 2023 МИЛАНА КОРЕНЮГИНА, МОДЕЛЬНОЕ АГЕНТСТВО GOLD MODELS ТУЛА. ЮНАЯ ТУЛЬСКАЯ МОДЕЛЬ ПРЕДСТАВИЛА НОВИНКИ ВЕДУЩИХ ЕВРОПЕЙСКИХ БРЕНДОВ IMPERIAL И VARELLI ОТ ФЛАГМАНА ДЕТСКОЙ И ПОДРОСТКОВОЙ МОДЫ.



ИВАН БОСОВ

ВЕДУЩИЙ

☎ +7 953 421-07-13

✉ bosov_ivan

🌐 ivanbosov.ru



Шоу С ЩЕПОТКОЙ ЮМОРА

ОБАЯНИЕ, ЮМОР, ХАРИЗМА И НЕИССЯКАЕМАЯ ЭНЕРГИЯ – ВСЕ ЭТО ПРО ВЕДУЩЕГО ИВАНА БОСОВА! ИВАН ВЕДЕТ МЕРОПРИЯТИЯ УЖЕ 7 ЛЕТ, ЗА ПЛЕЧАМИ У НЕГО БОЛЕЕ 300 СВАДЕБ, ВЫЕЗДНЫХ ЦЕРЕМОНИЙ, КОРПОРАТИВОВ И ЮБИЛЕЕВ В ТУЛЕ, ОБЛАСТИ И ЦФО. МЫ ОСТАНОВИМСЯ НА СВАДЬБАХ И ВЫЯСНИМ, ПОЧЕМУ МОЛОДОЖЕНЫ ВЫБИРАЮТ ИМЕННО ЕГО.

СЕКРЕТНЫЙ ИНГРЕДИЕНТ

Формула успеха Ваниных мероприятий состоит из трех элементов:

Юмор. Его у ведущего хоть отбавляй. Гости на свадьбах уходят с подтянутыми прессами и ноющими челюстями – вот так Иван может рассмешить. Причем юмор аккуратный, интеллигентный, с приставкой «смайт».

«Мне всегда были интересны творчество и юмор. И я узнал, что все это можно применить, когда у тебя есть микрофон».

Индивидуальный подход. Задолго до даты свадьбы ведущий встречается (и не раз) со своими парами и подробно обсуждает концепт мероприятия. Ваня задает вопросы, слушает пожелания, просит заполнить анкеты. В общем,

узнает все про пару и про гостей, вплоть до того, каким парфюмом пользуется папа жениха. Это нужно для того, чтобы шоу получилось точно про вас – никаких однотипных программ, во главе угла ваша история!

Диалог. На протяжении всего вечера ведущий разговаривает с гостями и молодоженами. Именно здесь он применяет юмор и все, что узнал из анкет и интервью с парой. Именно здесь пишется история вашей семьи.

Вот он попросил маму невесты рассказать, каким ребенком она была в детстве – гости растрогались, плачут. А вот он подошел к другу жениха и напомнил ему про забавную историю из студенчества, друг подхватывает – зал смеется. Динамика, шутки и открытый диалог – залог успеха ведущего.

ПРО РАЗВИТИЕ

Ваня не стоит на месте и постоянно развивает свои навыки. Особенно юмор. Ведущий регулярно посещает standup-шоу, курсы по прокачке юмора, ораторскому мастерству и впитывает актуальные шутки и приемы, которые в дальнейшем применяет на практике. А недавно Иван и сам делал юмористический курс Hestandup, где учил коллег шутить. Обмен опытом помогает Ване выводить мероприятия на новый уровень.

Свадебный сезон 2023 уже в самом разгаре, но вы все еще можете забронировать ведущего Ивана Босова для проведения праздника своей мечты. Также Ваня активно ведет запись на сезон 2024. Вдруг, это ваш шанс получить шоу с щепоткой юмора?



Без ст́раха ПЕРЕД ТРУДНОСТЯМИ

ЕЕ ИСТОРИЯ ПОХОЖА НА СЦЕНАРИЙ К СЕРИАЛУ О ЖЕНСКОЙ СИЛЕ — ВОПРЕКИ ТРУДНОСТЯМ И ЗАВИСТЛИВЫМ ВЗГЛЯДАМ, ОНА СТАЛА ЯРКОЙ И БЕСКОМПРОМИССНОЙ БИЗНЕС-ЛЕДИ, КОТОРАЯ В ТО ЖЕ ВРЕМЯ ОСТАЕТСЯ ЛЮБЯЩЕЙ МАМОЙ ДЛЯ СВОЕГО СЫНА И ОПОРОЙ ДЛЯ МУЖА. ВОДОХНОВЛЯЕМСЯ И БЕРЕМ ПРИМЕР.

ШОУРУМ

ПЕРВЫЕ ШАГИ К УСПЕХУ

Когда-то Алла начинала свой путь простым мастером по ресницам, зарабатывала базу клиентов собственным трудом и вкладывала все силы в обучение. Теперь она известна не только в Туле и России, но и в Европе. Алла преподает в московской бьюти-академии Art et Beaute, где обучает лэшмейкингу девушек со всего мира.

АЛЛА ВЕДЕНЕЕВА

- ПЕРВООТКРЫВАТЕЛЬНИЦА ЛАМИНИРОВАНИЯ И КОЛЛАГЕНИРОВАНИЯ РЕСНИЦ В ТУЛЕ
- МЕЖДУНАРОДНЫЙ ТРЕНЕР МОСКОВСКОЙ БЬЮТИ-АКАДЕМИИ ART ET BEAUTE
- ОФИЦИАЛЬНЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ БРЕНДОВ ДЛЯ РЕСНИЦ И БРОВЕЙ NOUVEAU LASHES, MAVEX, ILASHNERO, DLUX PROFESSIONAL И QITTS BROWS
- РУКОВОДИТЕЛЬ ДВУХЭТАЖНОГО БЬЮТИ-ПРОСТРАНСТВА, ГДЕ ПОД ОДНОЙ КРЫШЕЙ ОБЪЕДИНЕНЫ САЛОН КРАСОТЫ И ШОУРУМ МОДНОЙ ОДЕЖДЫ

МОДНЫЙ ПОВОРОТ

После успеха в бьюти Алла решила покорить новую высоту — fashion-ритейл. Несколько лет назад она открыла собственный шоурум женской одежды. Успех пришел быстро, потому что похожих капсул в Туле еще не было. Она сделала ставку на свое ощущение стиля — яркие и смелые вещи, как сама Алла.

НОВАЯ ВЫСОТА — МУЖСКАЯ ОДЕЖДА

Будь то бьюти или мода, чего ни коснется Алла все обречено на успех. И недавно в списке ее заслуг появился новый проект — она запустила линейку мужской одежды. Теперь помимо броских аксессуаров и смелых образов для себя любимой можно подобрать что-то необычное для своего возлюбленного.

Фото: Егор Конафевцев
Продюсеры: Александра Ананашова, Михаил Чуканов
Макияж: Яна Тарцакова
✂️ yana_tartsakova
Прическа: Анна Пинакова
✂️ a.pinakova
Место съемки: аэродром «Мясново», Региональная общественная организация «Федерация спорта сверхлегкой авиации Тульской области»

ОВАЦИИ КОМФОРТУ!



СТАРТ ПРОДАЖ ВТОРОГО ДОМА УЖЕ В ИЮНЕ!

ОВАЦИЯ

Жилой комплекс
комфорт-класса

- ✓ Комплекс находится в развитой части города – на ул. Федора Смирнова.
- ✓ Стилевое решение фасадов с четкой геометрией, сочетающимися плавными линиями и гармоничной палитрой двух домов.
- ✓ Уютный двор, зоны отдыха, авторский ландшафтный дизайн — все для комфортных прогулок рядом с домом.
- ✓ Двор без машин, полностью закрытая территория и круглосуточное видеонаблюдение.
- ✓ Просторные колясочные, спортивные зоны для детей в зависимости от возраста, многоуровневая подсветка двора.



ЕДИНСТВО
УДОБНО ЖИТЬ



ул. Пушкинская, 23А, +7 (4872) 70-66-70 www.edinstvo71.ru

**ЖИЛОЙ КОМПЛЕКС «ОВАЦИЯ» – ГАРМОНИЧНОЕ СОЧЕТАНИЕ
САМОДОСТАТОЧНОГО КОМПЛЕКСА И ГОРОДСКОГО РИТМА ЖИЗНИ!**



Женщины бизнеса: ВРЕМЯ НОВЫХ РЕШЕНИЙ

МАЙ 2023 ГОДА В ТУЛЕ ОЗНАМЕНОВАЛСЯ ПРОВЕДЕНИЕМ ВСЕРОССИЙСКОГО ЖЕНСКОГО БИЗНЕС-ФОРУМА «ВМЕСТЕ», КОТОРЫЙ СОБРАЛ ПРЕДСТАВИТЕЛЬНИЦ РАЗЛИЧНЫХ ОТРАСЛЕЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА ИЗ РАЗНЫХ РЕГИОНОВ РОССИИ.



В масштабном событии также приняли участие представители федеральной и региональной власти, активисты некоммерческих, благотворительных организаций, представители бизнес-сообщества.

Инициатором проведения форума выступил ТРОО СРБ «Клуб женщин предпринимателей», которая давно и успешно работает в Тульском регионе. Ее Председатель, Светлана Кайдарова является также региональным представителем СЖС в Тульской области и «Союз женских сил по поддержке гражданских инициатив и проектов», Председатель Правления Легасова Инга Валерьевна.



В реализации проекта неоценимую поддержку оказали Правительство Тульской области и администрация города Тулы, а с приветственным словом выступил сенатор Российской Федерации от Республики Коми, Ольга Епифанова.

Форум был организован с целью обсуждения актуальных вопросов и проблем, с которыми сталкиваются женщины-предприниматели в новых условиях, для обмена опытом и знаниями, развития межрегиональных бизнес-контактов и открытия новых возможностей ведения бизнеса в рамках большой страны.



В мероприятии приняли участие 250 представителей женского бизнес-сообщества из Белгородской, Брянской, Калининградской, Воронежской, Калужской, Курской, Липецкой, Московской, Новосибирской, Оренбургской, Орловской, Ленинградской, Тамбовской и Тульской областей, Республики Татарстан.



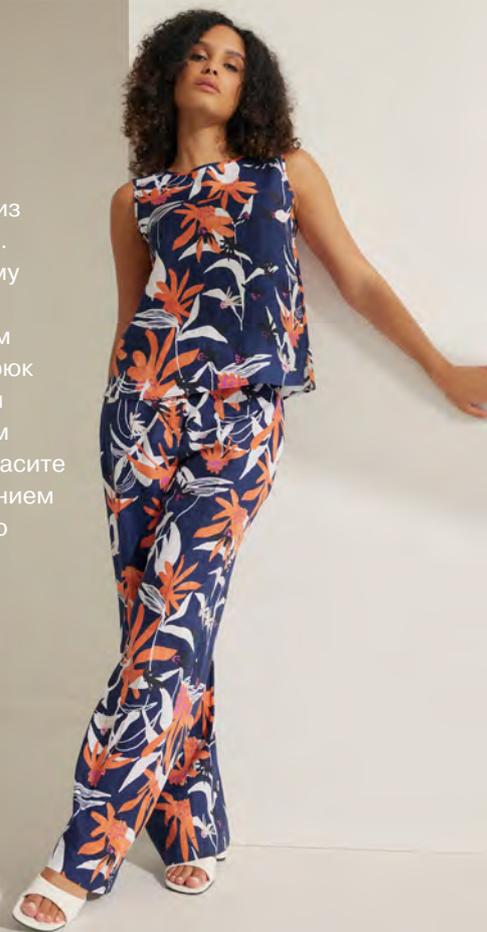
ВОЗДУШНАЯ РОМАНТИКА

Коллекция, выполненная из органического хлопка. Образы с цветочными принтами и объемными рукавами украсят ваш гардероб, добавив нотку воздушности.



ДОБАВИМ КРАСОК

Коллекция, выполненная из льняной ткани. По-настоящему летняя, яркая. В темно-синем костюме из брюк и топа с ярким замысловатым узором вы украсите своим появлением любую летнюю вечеринку.



БРЕНДОВАЯ ОДЕЖДА ИЗ ГЕРМАНИИ

GERRY WEBER

📍 ТРЦ «Макси», 1-й этаж 📞 +7 910 166-32-03 🌐 gerryweber.com



ЛЕГКОСТЬ В ОЛИВКОВОМ ЦВЕТЕ

Коллекция выполнена в оливковых цветах с добавлением авторского восточного принта, актуального в этом сезоне. Изделия созданы из дышащего материала, что подарит вам комфорт и на прогулке, и в офисе.



ЭКОЛОГИЧНЫЙ МИНИМАЛИЗМ

Коллекция, созданная из вискозы по технологии EcoVero, отлично впишется как в повседневный, так и в отпускной гардероб.



Спасите, МОЙ БИЗНЕС ГОРИТ!

О РОСТЕ ПРИБЫЛИ НЕ МОЖЕТ БЫТЬ И РЕЧИ, ЕСЛИ ВСЕ СИЛЫ БРОШЕНЫ НА «ТУШЕНИЕ ПОЖАРОВ» В ВАШЕМ БИЗНЕСЕ. КОМАНДА ГОРИТ И ПЕРЕГОРАЕТ, И ЛИДЕРЫ ВМЕСТЕ С НЕЙ. ЧАСТО ПРИЧИНЫ ЭТОГО ДАЛЕКО НЕ НА ПОВЕРХНОСТИ. НАЙТИ И ПРОРАБОТАТЬ ИХ РАЗ И НАВСЕГДА ПОМОЖЕТ ВЕРА ЧЕПУРИНА – ГЕРОИНЯ ОБЛОЖКИ, ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КОМАНДНЫЙ КОУЧ, СЕРТИФИЦИРОВАННЫЙ ПО МЕЖДУНАРОДНОМУ СТАНДАРТУ ICF.



**ВЕРА
ЧЕПУРИНА**
КОУЧ ICF

☎ +7 916 350-00-11
vera.chepurina.coach

Фотограф: Егор
Конабец
Место съемки:
Главное управление
МЧС России по
Тульской области
Продюсеры:
Александра
Ананасова, Михаил
Чуканов

БОСС, ВСЁ ПРОПАЛО...ИЛИ НЕТ?

Перманентно всплывающие проблемы в команде требуют от лидера немалой суеты и не дают сосредоточиться на чём-то по-настоящему важном. Рост и развитие вашей компании вновь откладываются до лучших времён. Есть повод серьёзно задуматься, если на большинство этих тезисов вы ответили «да»:

- В вашем коллективе царит нездоровая атмосфера. Сотрудники не уважают друг друга, нарушают договорённости и не хотят брать на себя ответственность.
- Командой становится трудно управлять и настраивать на продуктивную работу.
- Есть проблемы и в руководящем составе. Лидеры игнорируют потребности подчинённых.
- В команде регулярно вспыхивают конфликты, уровень стресса зашкаливает. Это сказывается на клиентах и партнёрах.
- Работоспособность команды на нуле. Нет свежих идей, сроки затягиваются, тендеры проваливаются, а проекты приносят убытки.

СИЛА ВЕРЫ

Можно продолжать разбираться с этим самостоятельно, потратив кучу времени. А можно сократить путь к новой высоте с помощью коучинговых инструментов. Получив три высших образования и построив международную карьеру, Вера Чепурина консультирует лидеров, в числе которых персоны из списка Forbes. А также увеличивает эффективность команд крупных московских компаний и работает в федеральных проектах, мотивируя участников на фантастические результаты. Сегодня и представители тульского бизнеса могут прибегнуть к услугам профессионального коуча. Недавно Вера разработала несколько авторских программ дополнительного образования для ТулГУ и плотно сотрудничает с местным Клубом женщин-предпринимателей.

БИЗНЕС НОВОГО МИРА

Командный коучинг позволяет бизнесу решить две основные задачи: личный и профессиональный рост сотрудников и, как следствие, повышение качества их работы. Опыт Веры позволяет выстроить в компании систему так называемого горизонтального лидерства, где каждый участник команды умеет мыслить стратегически, брать на себя ответственность и принимать решения в интересах общего дела. Такая прокачка порой не помешает и руководителям. Время диктует быть гибкими, легко ориентироваться в потоке информации и быстро принимать решения. А это возможно, когда управленцы и их команды уверены в себе, спокойны и не тратят время и ресурсы на бесконечное «тушение пожаров». Над вашим эмоциональным состоянием, сплочением и мотивацией поработает коуч Вера Чепурина.

Кстати, основной бизнес-тренд на ближайшие три года – усиление эффективности больших коллективов. Будущее за командным бизнесом, именно в нём сосредоточены все точки роста и основные доходы. Умные руководители понимают это уже сейчас и с помощью коуча Веры Чепуриной ведут свою компанию в новый мир и к новым достижениям.

НА ЖЕНСКОМ БИЗНЕС-ФОРУМЕ «ВМЕСТЕ» РЕДАКЦИЯ ЖУРНАЛА «ЗОЛОТОЙ КВАДРАТ» ПООБЩАЛАСЬ С ЕГО ОРГАНИЗАТОРОМ, ОСНОВАТЕЛЕМ КЛУБА ЖЕНЩИН-ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ СВЕТЛАНой КАЙДАРОВОЙ И УЗНАЛА О ВАЖНОСТИ РОЛИ ЖЕНЩИН В БИЗНЕСЕ.

«Поддержка женского предпринимательства в России в наши дни — это сложная социально-экономическая задача. Женщины, в основном, заняты в сферах малого и среднего, семейного и социального бизнеса и закладывают основы политической и социально-экономической стабильности общества и государства.»

«Еще несколько лет назад можно было услышать, что женское предпринимательство — это фейк, выдумки. Но за минувшие годы все, кто сомневался в нас, поняли: мы, женщины, можем быть успешными в бизнесе!»

«Несмотря на очевидные успехи, женское предпринимательство сталкивается и с проблемами, о которых нужно и важно говорить и преодолевать:»

1. Традиционным барьером на пути к началу бизнеса остаётся финансовый вопрос — отсутствие или нехватка стартового капитала или незнание, как его можно получить.

2. Частое отсутствие для старта бизнеса знаний и компетенций.

3. Психологический барьер — неуверенность женщин в собственных силах.

«Важным способом решения этих проблем является создание женских деловых сообществ, особенно в регионах. Ведь когда у женщин есть возможность общаться и делиться своим опытом, их страхи развиваются, опасения исчезают, находят партнеры и единомышленники, и женские предприятия активно развиваются. Эффективность такого подхода неоднократно доказана на практике в деятельности Клуба женщин предпринимателей.»

«Наш форум продемонстрировал готовность и способность деловых женщин к формированию новой масштабной модели развития женского бизнеса, включающей взаимодействие государственных, общественных и коммерческих структур!»

«Для того чтобы наша деятельность была эффективной, мы должны упорно и целеустремлённо работать над объединением женщин-предпринимателей, чтобы стать влиятельным и авторитетным женским движением, чтобы к нам прислушивались и учитывали наши интересы на всех уровнях власти.»

СВЕТЛАНА КАЙДАРОВА

ОСНОВАТЕЛЬ КЛУБА-ЖЕНЩИН
ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ

ФЕНОМЕН МАРУ

МОЖНО ЛИ ВЗЛЕТЕТЬ В ИНФОБИЗНЕСЕ И ЗАРАБОТАТЬ МИЛЛИОНЫ БЕЗ ПРОДЮСЕРА? МАРИЯ РУБЦОВА, КОТОРАЯ В СЕТИ ИЗВЕСТНА КАК МАРУ, – ГЕНИЙ ОНЛАЙН-ПРОДАЖ – УВЕРЕНА, ЧТО ДА! ЕЁ КЛИЕНТЫ ДЕЛАЮТ 3, 5, 10 МИЛЛИОНОВ РУБЛЕЙ НА ЗАПУСКАХ. КАК ЭТО ПРОИСХОДИТ, МЫ УЗНАЛИ У САМОЙ МАРУ.

ТЕКСТ: ЭЛЬВИРА ГАФИНА, МАРИЯ СВИСТУНОВА

Подписывайтесь
на Телеграм-канал



Мару, расскажи, чем ты сейчас занимаешься?

«Если совсем коротко, я делаю людей богаче. Если у тебя есть онлайн-продукт, которым ты горюшь, я помогаю донести его пользу и смысл и продать дорого. Люблю деньги и считаю, что если люди будут ценить себя и продавать на высокие чеки, то будут намного счастливее. Инфобизнес сегодня — одна из самых прибыльных и перспективных ниш. Здесь бесконечное поле для реализации и заработка, и я успешный игрок на нем!»

Можешь поделиться кейсами?

«Недавно с ученицей «стартанули» с 300 000 рублей. По окончании обучения она сделала запуск на 8 000 000 за 2 месяца! Например, пару дней назад закончилась мастер-группа, 10 участников которой за 2 месяца по итогам работы со мной в совокупности заработали 22 300 000 рублей на онлайн-продажах. Это по 2,3 млн на одного человека!»

Ещё одна моя ученица, владелица большого кондитерского производства, освоила новую сферу и запустила онлайн-продукт на 10 800 000 рублей. Многим сложно в это поверить. Либо из-за того, что они в себе сомневаются, либо потому что в принципе не ассоциируют себя с такими суммами. Будто где-то там, очень далеко, есть идеальный мир, где зарабатывают миллионы. А он вполне реальный и рядом!»

А как ты пришла в инфобиз?

«В 2017 году я уехала на Кипр и начала транслировать свою жизнь и адаптацию там. Контент получил отклик, мы стали закупать рекламу, тогда все было проще, подписчик дешёв. И я решила запустить свой первый марафон. На него пришло 180 человек, и знаешь, сколько он стоил? 0 рублей! Муж мне потом сказал: «Знаешь, если бы ты поставила чек хотя бы 500 рублей, уже бы заработала 90 тысяч. В тот момент я подумала, как я могу вообще брать деньги с этих святых людей?! Ещё и обиделась на мужа (смеется).»

В 2018 году у меня была своя инвесткомпания на Кипре, и вполне успешная, но вдруг поняла, что она меня больше не зажигает, и нашла новую страсть — продажи в онлайн!

Пошла учиться к Андрею Парабеллуму, Виталию Кузнецову — фактически они привезли инфобиз в Россию. Гоняла на тренинги Тони Роббинса, училась у Маши Афонинной, работала в её команде куратором и наставником курса по продюсированию (4 потока). Работала как продюсер с блогерами-миллионниками.

В конце 2019 года, когда началась пандемия, вернулась с Кипра в Россию и начала «фигачить»: искала себя, тестировала. В январе 2020 года я продавала консультации за 1000 рублей, к концу года моя консультация стоила уже 100 000 рублей. Сейчас занимаюсь только собственными продуктами и учу экспертов продавать свои услуги в онлайн дорого, без продюсеров.

Предположим, у меня есть инфопродукт, обучающий курс. Что дальше?

«Первое, что я у тебя спрошу, сколько ты хочешь заработать? Предположим 1,5 миллиона рублей. Я расписываю конкретный пошаговый план, строю маршрутную карту, как прийти из твоего нынешнего заработка в 1,5 миллиона на основе продуктов, которые у тебя уже есть. Подскажу, как «докрутить» продукт, от чего отказаться. Например, от разовых консультаций. Когда-то это был тренд — сегодня это черно-белый телевизор. Инфобиз меняется. На мой взгляд, привычные воронки продаж — бесплатный продукт, лид магнит, трипваер — тоже изжили себя. Своих клиентов я учу продавать на высокие чеки и не прогревать аудиторию месяцами — пока вы будете прогревать, клиент уйдет к конкурентам. Люди принимают быстрые решения, так подстройтесь под них — перестаньте греть! Также я против того, когда эксперты ищут себе продюсера, и всегда говорю своим ученикам, что переложить ответственность на кого-то не прокатит. Учись продавать сами!»

В каком формате проходит работа с тобой?

«Персональные и групповые живые встречи, в Зоот и офлайн. Групповое обучение рассчитано на 2 месяца: мы встречаемся



«ТОТ, КТО НАЧНЁТ ДЕЙСТВОВАТЬ ПРЯМО СЕЙЧАС, УСПЕЕТ СНЯТЬ ВСЕ СЛИВКИ»

2 раза в неделю, есть теоретическая часть и задания, которые важно выполнять, чтобы прийти к желаемому финансовому результату. Задания я проверяю лично, пинать балду не получится! Есть индивидуальный формат. Я учу выстраивать СИСТЕМУ продаж на высокие чеки. Нередко у людей включается сопротивление и саботаж. Поэтому я всегда подключаю треков, которые помогают дойти до цели и не «слиться» на полпути».

С какими запросами к тебе в основном обращаются?

«Главный запрос — заработать деньги. Кто-то хочет масштабироваться, найти клиентов нового уровня, увеличить популярность и повысить чек. В основном это продюсеры запусков, наставники и эксперты из разных ниш. Много офлайн предпринимателей, которые уже добились успеха в своем бизнесе и ищут варианты, как дополнительно монетизировать его в сети».

А можешь ли ты отказать в обучении?

«Меня качают и зажигают амбициозные люди с денежной мотивацией. Если хотите заработать 100 000 рублей — это не ко мне! Мне скучно. Я люблю сложные задачи! Девушка сделала со мной 5 млн, а через некоторое время сказала: «Хочу 10 млн! Х2!» И когда она в конце присылает мне скрин — 10 800 000 — я кайфую, меня распирает от гордости за ученицу и за себя! Обожаю работать с людьми, которые уже посмотрели в сторону инфобиза. Для совсем новичков, которые не умеют снимать сториз, другие наставники. Также самое для мягких ниш — психологов, коучей — там другой подход. И еще одно табу — я не стану сотрудничать с «серым» или незаконным бизнесом, это не ко мне».

Три самых успешных инфобизнесмена России, на твой взгляд?

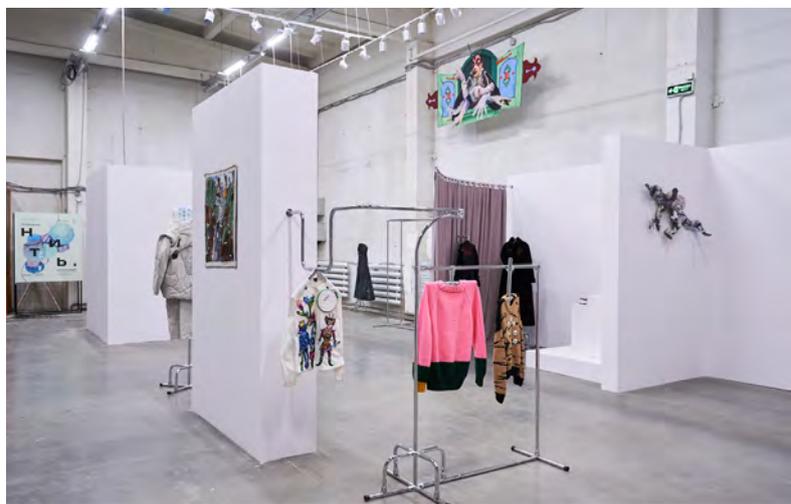
«Если говорить не о популярности и репутации, а именно о финансовых показателях, тогда это Аяз, Елена Блиновская и Саша Белякова. И секрет их успеха — дисциплина, действия и фокус на свой продукт».

Я знаю, что ты готовишь крупное мероприятие в Туле. Расскажи о нём...

«В июне я проведу масштабный тренинг по продажам онлайн, где поделюсь фишками своих продаж, а также лидеров рынка, у которых все покупают. Недавно я вернулась с обучения в Дубае, за последние пару месяцев побывала в Индии и Японии. Сейчас обучаюсь в мастер-группе у Аяза, стоимость которой 5 000 000 рублей. И знаешь? Я купила ее в первые два месяца, сразу! Мы вместе путешествуем, я общаюсь с топовыми представителями рынка инфобиза, заряжаюсь их опытом и готова поделиться всеми этими знаниями в Туле!»

Ты думаешь, у инфобиза есть еще потенциал?

«Больше скажу: инфобизнес в России ещё не достиг своего пика. Тот, кто начнёт действовать прямо сейчас, успеет снять все сливки».



Искусство воплощений В «ОКТАВЕ»

С 1 ИЮНЯ ПО 6 ИЮЛЯ В «ОКТАВЕ» В МУЗЕЕ СТАНКА ПРОЙДЕТ ЛАБОРАТОРНЫЙ ИНТЕНСИВ «ИСКУССТВО ВОПЛОЩЕНИЙ. В НАЛИЧИИ» — ПРАКТИКА СОЗДАНИЯ АРТ-ПРОЕКТА НА СТЫКЕ ИСКУССТВА И МОДЫ ДЛЯ ДИЗАЙНЕРОВ И ХУДОЖНИКОВ.



Образовательная программа будет представлена в гибридном формате — практический интенсив и цикл публичных лекций.

Ментором проекта выступила участница выставки «Путеводная нить. Воплощения» Паника Деревья, многоплановый художник и дизайнер, куратор проектов на стыке моды и искусства, режиссер клипов, автор собственных марок, участник международных недель моды.

Отобранные на конкурсной основе участники получают мощную кураторскую поддержку и обратную связь от Паники Деревья. Итогом интенсива станет яркий event-финиш в Павильоне и старт продаж коллекции предметов, созданной участниками.

Цикл тематических лекций будет доступен для всех желающих! Спикерами выступят искусствоведы, известные художники и представители модного бизнеса, которые расскажут о взаимодействии искусства и моды.



ПАНИКА ДЕРЕВЬЯ,
КУРАТОР ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ПРОГРАММЫ



АЛЕКСАНДРА ПУЧКОВА,
КУРАТОР ВЫСТАВКИ

МИДИЙНОЕ МЕСТО

ресторан морепродуктов



ТЕ САМЫЕ МИДИИ В ТУЛЕ!

Тула, ул. Металлистов, 14
+7 (919) 07 777 07





Скучать на работе или развиваться в компании сильных единомышленников – вот уже 17 лет команда салона красоты MY•IRIS делает верный выбор. Если он очевиден и вам, всегда есть шанс стать частью семьи MY•IRIS. О мотивации бьюти-мастеров, привилегиях и уникальной корпоративной культуре нам рассказала управляющая салона Ирина Сеченова.



ИРИНА МИХИНА
ОСНОВАТЕЛЬ СЕТИ MY IRIS

ИРИНА СЕЧЕНОВА
УПРАВЛЯЮЩАЯ MY IRIS

MY•IRIS –

ВЗЛЁТНАЯ ПОЛОСА ДЛЯ БЬЮТИ-МАСТЕРОВ

ИГРАЕМ ПО-КРУПНОМУ

Сегодня MY•IRIS – одна из крупнейших студий города, работающая по двум основным направлениям: колористика и nail-сервис. Колористический зал располагается на проспекте Ленина, 62: здесь работают мастера, специализирующиеся в основном на сложных окрашиваниях и идеальных блондах. В nail-студии MY•IRIS на Льва Толстого, 114Б делают отличный маникюр и педикюр, также тут есть подологический кабинет и brow-зона. Обе локации MY•IRIS известны не только суперпрофессиональным подходом к красоте, но и высоким уровнем сервиса. За 17 лет работы все процессы отлажены с завидной точностью, благодаря подходу Ирины Михиной – основательницы и идейного вдохновителя сети MY•IRIS, руководителя Международной онлайн-академии Beauty Education 1.

РАБОТАТЬ И ЗАРАБАТЫВАТЬ

Попасть в MY•IRIS стремятся как начинающие бьюти-мастера, так и специалисты с большим опытом. Во-первых, это финансово привлекательно. По словам управляющей Ирины Сеченовой, компания регулярно проводит анализ рынка и предлагает оптимальные условия своим сотрудникам. Новый мастер MY•IRIS выходит на стабильный доход, уже спустя две недели с начала

работы. Но сначала учится под наблюдением наставника – это кто-то из ведущих мастеров или топ-мастеров салона. В дальнейшем молодой сотрудник всегда может рассчитывать на их профессиональные советы и поддержку. Ещё один плюс MY•IRIS – все мастера всегда обеспечены работой. Над привлечением клиентов трудится служба маркетинга: при большом количестве специалистов средняя заполняемость салона всегда не ниже 80 %.

НА ОДНОЙ ВОЛНЕ

Кроме достойной зарплаты, регулярного обучения у ведущих российских тренеров, возможности карьерного роста от стажёра до топ-мастера, MY•IRIS предлагает своим сотрудникам и другие приятные бонусы. Например, корпоративные конкурсы, в которых можно выиграть тур на Мальдивы. Многочисленные партнёры салона дарят мастерам сертификаты – это может быть ужин в ресторане или дорогостоящая бьюти-процедура. А ещё MY•IRIS проводит шумные вечеринки и корпоративы, что всегда плюс к комфортному микроклимату в коллективе. Эту команду объединяет дружба и схожие ценности. И если новый мастер окажется на одной волне со всеми, его будут рады принять в мир красоты MY•IRIS и открыть перспективы, о которых можно только мечтать.

ЗВЁЗДНАЯ КОМАНДА

MY • IRIS

BEAUTY SALON

В MY • IRIS ПРАКТИЧЕСКИ НЕТ ТЕКУЧКИ КАДРОВ: МНОГИЕ МАСТЕРА В КОМАНДЕ С САМОГО ОТКРЫТИЯ. МЫ ПОПРОСИЛИ ТРЁХ СПЕЦИАЛИСТОВ САЛОНА ПОДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ ИСТОРИЯМИ И ВПЕЧАТЛЕНИЯМИ. ПОЖАЛУЙ, ЭТО ЛУЧШАЯ ИЛЛЮСТРАЦИЯ ТОГО, КАК РАБОТАТЬ В УДОВОЛЬСТВИЕ.



● АЛИНА ШУМИЛИНА, топ-колорист:

«Я топ-колорист – это особенный грейд MY • IRIS. По сути ко мне можно обратиться с любым вопросом по поводу волос. Я подберу цвет для создания образа с нуля, а также всегда найду возможность исправить неудачное окрашивание. Владение современными техниками позволяет мне решать самые сложные задачи. В MY • IRIS я работаю 6 лет, и именно с этим салоном я выросла и как специалист в сфере парикмахерского искусства, и как личность, которая умеет ставить себе цели и достигать их. В команду я пришла ещё совсем неопытным мастером с лёгким багажом знаний. С помощью системы наставничества, действующей в MY • IRIS, я довольно быстро начала показывать хорошие результаты. Сейчас на постоянной основе я обучаюсь в разных городах России и преподаю колористику новым мастерам. MY • IRIS – это одна большая семья, с которой я с удовольствием провожу время как на работе, так и в свободные дни. Наша команда – моя бесконечная любовь».

● ВАСИЛИНА КРИММЕЛЬ, топ-стилист и преподаватель:

«Я работаю в MY • IRIS 8 лет. Пришла сюда с небольшим опытом и после перерыва в карьере, связанным с рождением ребёнка. Поэтому основной мой рост произошёл именно в этом салоне. Здесь я очень многому научилась, получила колоссальное развитие и понимание своего профессионального пути. У нас проводится масса тренингов не только по техникам стрижек и окрашивания, но и по сервису, целеполаганию, коммуникациям с клиентами. Именно так из молодого мастера, который обслуживает случайных клиентов «с улицы» и сайтов-купонаторов, я выросла до топ-стилиста с огромной записью на 2-3 месяца вперёд. И всё это стало возможным, благодаря нашей команде. Сегодня я уже провожу мастер-классы и семинары по стрижкам для молодых сотрудников MY • IRIS. Очень важно не только развиваться самому, но и делиться своими знаниями. От салона я получаю фантастические эмоции, чувствую любовь и заботу руководства по отношению к себе. У нас очень комфортные условия, в которых по-настоящему приятно работать. MY • IRIS – мой второй дом».

● ИРИНА РУБЦОВА, топ-стилист:

«Я мастер-универсал с большим опытом. Очень много училась и продолжаю до сих пор. Я делаю женские и мужские стрижки, абсолютно любые виды окрашивания, биоламинировки, укладки, уход и восстановительные процедуры для волос. В MY • IRIS я работаю почти 6 лет. Пришла сюда с уже неплохой практикой и с радостью осталась. Благодаря салону, я получила огромное количество благодарных клиентов и, как следствие, подъём профессиональной самооценки. Я выросла как мастер, и это, конечно же, отразилось на моём заработке. В MY • IRIS я чувствую себя очень уверенно финансово. Разносторонность нашей команды – это то, за что я её люблю. У нас по-настоящему творческая атмосфера, где каждый может проявиться и раскрыть свой талант. Все мои коллеги отзывчивые, лёгкие на подъём. Жизнь в салоне всегда кипит, и ни минуты не бывает скучно».





Надежда Сергеева: ИСТОРИЯ ОДНОЙ ДУШИ

16+

ПРОВОЖАЛИ ВЕСНУ В РЕСТОРАНЕ «СВЕТСКИ» ПО-НАСТОЯЩЕМУ СВЕТСКИМ ОБРАЗОМ. НА ПОЭТИЧЕСКИЙ ВЕЧЕР НЕВЕРОЯТНО ТАЛАНТЛИВОЙ НАДЕЖДЫ СЕРГЕЕВОЙ СОБРАЛСЯ ТУЛЬСКИЙ БОМОНД. АВТОРСКИЕ СТИХОТВОРЕНИЯ ПОД АККОМПАНЕМЕНТ ПИАНИСТА ПАВЛА БАБАНИНА НЕ ОСТАВИЛИ НИКОГО РАВНОДУШНЫМИ!

Организаторами выступили Мария Осипова и ресторан «Светски», который встретил гостей вкусными напитками, а далее баловал изысканными блюдами, создавая теплую и непринужденную атмосферу. Во время всего вечера почти непрерывно щелкали фотоаппараты, гости снимали множество INSTA-STORIES, и время от времени зал замирал, внимая чтению Надежды, проникновенному и трепетному.

Тонкий аромат духов, платье в пол, сумочки CHANEL на фоне дизайнерского классического интерьера «Светски» создавали атмосферу шика. Поэтический вечер стал поводом выйти в свет, расслабиться за бокалом вина и, конечно, выгулять наряды, в частности, авторские корсеты руки самой же поэтессы. Ведь помимо успешной творческой деятельности Надежда еще и известный корсетмейкер!

Кульминацией мероприятия стало стихотворение, вызвавшее восторг у незамужних дам. Оно, по словам самой поэтессы, является настоящим заговором на любовь и работает 100 %!

Вечер получился душевным: об этом свидетельствовали многочисленные букеты цветов и восторженные отклики в адрес Надежды. Публика еще долгое время не расходилась, обсуждая подробности и смакуя шампанское из тонких фужеров!



PU *R* RA
beauty studio



**НЕ БОЙТЕСЬ
ДОБАВИТЬ В ОБРАЗ
ЦВЕТА И КРАСОК!
ПОСТОЯННЫЕ
ВИЗАЖИСТЫ ГЛЯНЦА
СОЗДАДУТ ЯРКИЙ
АРТ-МАКИЯЖ,
КОТОРЫЙ БУДЕТ
ПРИТЯГИВАТЬ
ВЗГЛЯДЫ И
КОМПЛИМЕНТЫ.**



ИП Исеева Ю. С. «Пудра» - ПАРТНЕР ЖУРНАЛА «ЗОЛОТОЙ КВАДРАТ».

Будь яркой с Пудра

📍 пр-т Ленина, 102, к. 4, 4-й этаж, оф. 403 ☎ +7 960 613-89-99

Фотограф: Елена Бондарева
Место съемки: фотостудия Inside



На фото: Юлия Морозова
Фото: Надя Бендер

СУПЕРТЕЛО ПОСЛЕ РОДОВ

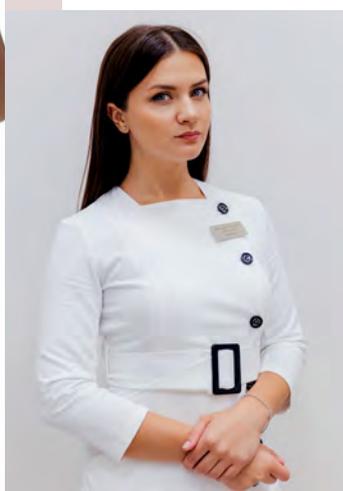
ВЕРНУТЬ БЫЛУЮ СТРОЙНОСТЬ, ИЗБАВИТЬСЯ ОТ РАСТЯЖЕК И ОТЕКОВ ПРОЩЕ, ЧЕМ КАЖЕТСЯ! ОСОБЕННО, ЕСЛИ ЗАРУЧИТЬСЯ ПОДДЕРЖКОЙ КОСМЕТОЛОГОВ КЛИНИКИ ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ. ЭТИ ФЕИ-КРЕСТНЫЕ ПОМОГУТ ВОССТАНОВИТЬ ТЕЛО С ЗАБОТОЙ И ЛЮБОВЬЮ, БЛАГОДАРЯ ЛЕГЕНДАРНЫМ АППАРАТАМ И ЗОЛОТЫМ РУКАМ.

ЕСТЬ ЛИ КАКОЙ-ТО КОНКРЕТНЫЙ АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ ФИГУРЫ ПОСЛЕ РОДОВ?



ЕЛЕНА ЧЕРНЫХ, основатель-клиники, врач-косметолог:

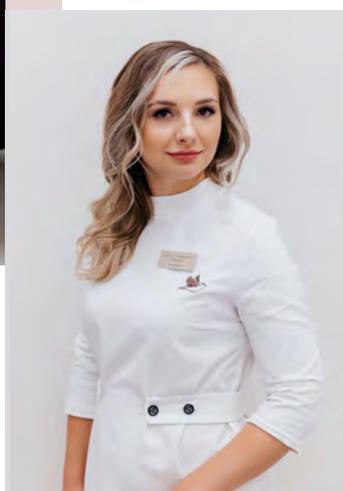
«В основе лежит нормализация питания и восполнение дефицитов. Важно сделать акцент на пищу, богатую белком – это поможет синтезировать естественный коллаген. При отсутствии противопоказаний, можно использовать добавки с аминокислотами, протеином и магнием в хорошей дозировке, чтобы кожа восстановилась изнутри».



ЕКАТЕРИНА ЖУРАВЛЕВА, врач-косметолог:

«Если мы говорим об аппаратных методиках, то алгоритм зависит от того, на каком вскармливании – грудном или искусственном – находится малыш у молодой мамы. ГВ является противопоказанием к большинству косметологических процедур. Однако есть и хорошие новости: восстановить состояние тела на ГВ можно с помощью прессотерапии или массажа уже через 4 недели после родов. От остальных процедур пока придется отказаться до окончания ГВ. Если же у вас искусственное вскармливание, то аппаратные методики можно вводить через 7-8 недель после родов».

ЧТО ПОМОЖЕТ УБРАТЬ ЛИШНИЕ ОБЪЕМЫ ПОСЛЕ РОДОВ?



ЕЛЕНА ШАГАНОВА, врач-косметолог:

«Как правило, работа над телом после родов идет разнонаправленно, ведь важно не только уменьшить объемы, но и поработать над качеством кожи, вернуть упругость, устранить дряблость. И здесь весь наш «парк аппаратов» выступает дружным семейством. Чтобы убрать объем, мы делаем акцент на

ИМЕНУЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Evolve Transform. Это уникальная тройная технология, которая делает вас стройнее, подтягивает кожу и стимулирует мышцы, что для живота архиважно. В результате вы получаете проработанное, рельефное тело, долгожданный пресс и подтянутые упругие ягодицы.

Усилить процесс помогает карбокситерапия, заметно улучшающая качество кожи!

Если нужно нейтрализовать локальную жировую подушку, например, над швами от кесарева сечения, от которой сложно избавиться с помощью диет и спорта, используем ультразвуковой SMAS-лифтинг или игольчатый RF-лифтинг».

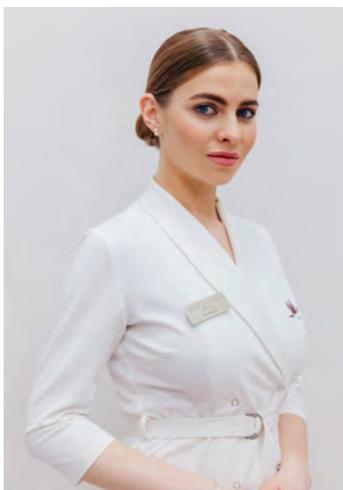
ЧТО НА СЧЕТ ЛИПОЛИТИКОВ? ЕСТЬ 2 ПОЛЯРНЫХ МНЕНИЯ: КТО-ТО НАХОДИТ В НИХ СПАСЕНИЕ ОТ ЛИШНИХ ЖИРОВЫХ ПРОСЛОЕК, А КТО-ТО РЕЗКО ПРОТИВ. КАКОГО МНЕНИЯ ПРИДЕРЖИВАЕТЕСЬ ВЫ?

ТАМАРА САДУНАШВИЛИ, врач-косметолог:

«Мы практически не используем липолитики. За локальный липолиз у нас отвечают аппаратные технологии – Evolve Transform или SMAS-лифтинг – в сочетании с инъекционной карбокситерапией. Они намного результативнее и при этом не дают нагрузки на организм. Липолитики прошлых поколений расщеплялись через печень, что не очень хорошо, учитывая и без того ослабленный организм молодой мамы. Косметология шагнула далеко вперед, и сейчас существуют современные и действенные альтернативы без вреда для здоровья».



КАКИЕ МЕТОДИКИ РЕКОМЕНДОВАЛИ БЫ ДЛЯ БОРЬБЫ С ЦЕЛЛЮЛИТОМ?



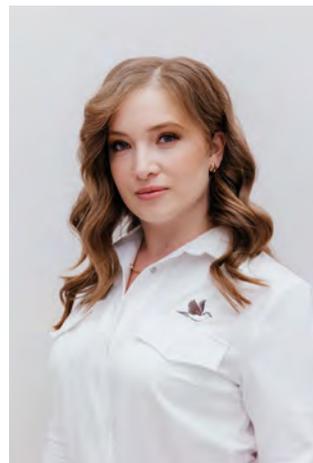
НАДЕЖДА ФОКИНА, врач-косметолог:

«На данный момент, одна из результативных методик – ударно-волновая терапия VTL. Эта английская технология действует напрямую на фиброзные ячейки, из-за которых и появляются неровности на коже, та самая «апельсиновая корка». Ударно-волновая терапия разбивает эти ячейки, кожа становится гладкой и привлекательной. При необходимости, врач дополняет сеанс карбокситерапией, чтобы улучшить результат».

КАК БОРОТЬСЯ С ПОСЛЕРОДОВЫМИ РАСТЯЖКАМИ?

АНИСАТ ВАЛИЕВА, врач-косметолог:

«Сегодня существуют две результативные технологии. Шлифовка с помощью эрбиевого лазера Dermablade и фракционная RF-технология ремоделирования мягких тканей Morpheus 8. Какую именно выбрать подскажет врач-косметолог на консультации. Все зависит от состояния вашей кожи. После Dermablade более длительное восстановление, но оно того стоит. У Morpheus 8 ограничения весьма относительны: корочек, как после шлифовки, не будет, только легкое покраснение и отек, который быстро проходит.

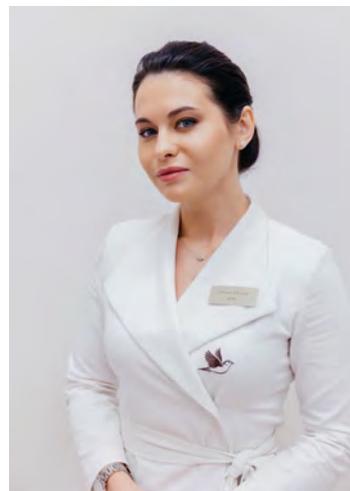


Работают эти технологии за счет контролируемого повреждения кожи. Эрбиевый лазер выпаривает верхний слой, а Morpheus 8 действует на глубине с помощью радиочастот, запуская мощный синтез нового коллагена, чтобы уплотнить кожу и обновить заместительную ткань в зоне растяжек на новую! При необходимости, мы дополняем аппаратные методики инъекциями коллагена или полимолочной кислоты. Результат потрясающий!»

ЧТО ПОМОЖЕТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ПОСЛЕРОДОВЫХ ОТЕКОВ?

АЛИНА ВИЛЬЧУР, эстетист:

«При грудном вскармливании у женщин вырабатывается гормон пролактин, который способствует задержке жидкости, поэтому отеки после родов – не редкость. В основе лечения - лимфодренаж. Нужно нормализовать функции детоксикации, иначе все будет идти очень медленно. Для этого идеально подходит прессотерапия VTL, ее можно применять даже при грудном вскармливании, через 4 недели после родов. На ноги и живот надеваются специальные штаны, которые помогают разгрузить вены, согнать жидкость и снять отеки. Результат не заставит долго ждать. Минус размер всего за пару процедур!»



КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ

Елены Черных

+7 960 602-85-13

Тула, ул. Шевченко, 5 | drelenachernykh | chernykh.clinic



Йога для БЕРЕМЕННЫХ

ТЕ, КТО РЕГУЛЯРНО ЗАНИМАЕТСЯ ЙОГОЙ, ЗНАЮТ, ОНА ЭФФЕКТИВНО ПОМОГАЕТ ПОДГОТОВИТЬ ТЕЛО К МЯГКИМ РОДАМ И ЛЕГКОМУ ВОССТАНОВЛЕНИЮ. ТАТЬЯНА ПОПОВА ОДНА ИЗ ПЕРВЫХ ПРИВЕЗЛА В ТУЛУ ПРЕНАТАЛЬНУЮ ЙОГУ. СЕЙЧАС В ЕЕ ЦЕНТРЕ МЕНТАЛЬНОГО ФИТНЕСА ЕСТЬ СРАЗУ НЕСКОЛЬКО НАПРАВЛЕНИЙ ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ. УЗНАЕМ, КАКАЯ ФИЗНАГРУЗКА БУДЕТ ПОЛЕЗНА, А ОТ ЧЕГО ЛУЧШЕ ОТКАЗАТЬСЯ.



ТАТЬЯНА
ПОПОВА
ОСНОВАТЕЛЬНИЦА
ЦЕНТРА МЕНТАЛЬНОГО
ФИТНЕСА

ЭЛЬВИРА ГАФИНА,
всю беременность занималась йогой в Центре Татьяны Поповой:
«Чувствую себя отлично! Много энергии, тело гибкое, ум спокойный.
Подобные бережные практики – это осознанная забота о себе и малыше
под контролем настоящих профи. Ваше тело скажет вам «спасибо»».

ЧТО МОЖНО И НУЖНО ДЕЛАТЬ С 12 И ДО 40 НЕДЕЛИ БЕРЕМЕННОСТИ?

СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА

Во время беременности мышцы и связки становятся более эластичными, но в то же время более уязвимыми. Укрепить их поможет суставная гимнастика на 15 зон подвижности: 3 отдела рук (запястья, локтевой и плечевой суставы), 3 отдела ног (голеностопы, колени и тазобедренные суставы), 3 отдела позвоночника (шейный, грудной и поясничные). Выполняйте движения медленно со спокойным ритмом дыхания. 10-15 раз в каждую сторону. Это заметно снижает вероятность отеков и судорог.

ТРЕНИРОВКА ДЫХАНИЯ И РЕЛАКСАЦИЯ

От умения расслабляться во многом зависит протекание родов и уровень болезненности схваток и потуг. В системе йоги Vinyasa есть действенное дыхательное упражнение «Дыхание Золотой Нити», способствующее расслаблению.

ЗОНА ТАЗА И МЫШЦЫ ТАЗОВОГО ДНА

Очень полезно делать круговые, спиральные, волнообразные движения тазом. Не гонитесь за амплитудой, выполняйте медленно и с акцентом на дыхание. Подготовленные мышцы тазового дна заметно облегчают роды и восстановление, но важно включать не только поверхностную, но и глубокую мускулатуру. Как правильно с ней работать, мы рассказываем и показываем на занятиях.

РАБОТА С ОСАНКОЙ

Когда женщина сутулится, ребенок и органы находятся в сжатом положении. Это провоцирует проблемы с ЖКТ и дыханием. Позы из йоги Vinyasa помогают укрепить осанку, чтобы улучшить состояние всех систем организма.

В любом случае, всегда ориентируйтесь на ощущения. Если появляется дискомфорт, проконсультируйтесь с врачом или грамотным инструктором по физнагрузке во время беременности. Таких специалистов вы всегда найдете в Центре Ментального Фитнеса. Записывайтесь на занятия на официальном сайте центра, и пусть ваша беременность протекает легко!

НА КАКИЕ ЗАНЯТИЯ ЗАПИСАТЬСЯ БЕРЕМЕННОЙ В ЦМФ?

- «ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ»
- ЙОГА ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ
- LADY YOGA

БАЗОВЫЕ ПРИНЦИПЫ

Упражнения, о которых я расскажу, основаны на пренатальной йоге Vinyasa. В Туле эту систему мы официально практикуем в Центре Ментального Фитнеса. Это Международная научно-практическая школа, практики которой исследовались в университете Кембриджа и доказали свою эффективность и безопасность.

В ее основе лежит работа над здоровой осанкой, мышцами таза, тренировка дыхания и релаксация. Все это необходимо для того, чтобы подготовить мышцы к естественным родам, снизить болевые ощущения во время схваток и быстро восстановиться молодой маме.

Позы под запретом

- Абдоминальные позы, т.е. упражнения на пресс
- Глубокие прогибы
- Долгая статика и задержка дыхания
- Закрытые скручивания



Фото: Елена Бондарева
Костюм для Эльвиры: Yauflman Brand

Теневые стороны УСПЕХА

СЕГОДНЯ МНОГИЕ ЛЮДИ СТРЕМЯТСЯ ЛЮБИМИ СПОСОБАМИ СТАТЬ БОГАТЫМИ, СЧАСТЛИВЫМИ И УСПЕШНЫМИ, ЕЖЕДНЕВНО СЛИВАЯ БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ЭНЕРГИИ НА ТО, ЧТО ПО ФАКТУ НЕ ПРИНОСИТ ИМ НИКАКОГО УДОВОЛЬСТВИЯ.

АВТОР СТАТЬИ: CHRISTINE TOUSSAINT

В большинстве случаев каждый из нас минимум два-три раза в неделю произносит: «Я устал. Мне сложно. У меня нет ресурса, нет энергии». «Хочу стать богатым, успешным и самым счастливым. Но не понимаю, как это сделать, когда нет сил на новые действия».

Задумайтесь, как давно вы спрашивали у себя про себя?!

Как хорошо, вы знаете себя?! Как вы себя чувствуете и ощущаете в этом мире сегодня?!

Вы знаете, кто вы на самом деле?!

А вы знаете, что ваша уникальность заложена в вас и что ваши теневые стороны — это то самое драгоценное сокровище, которое вы так упорно пытаетесь зарыть и обесценить, потому что эту вашу уникальность может осудить общество да и просто близкие люди?

Опираясь на чужое мнение, вы зарываете вашу жизнь и возможности проявляться в этом мире. И тем самым блокируете все, что связано с возможностью духовного, и как следствие, материального роста.

Пряча себя настоящего, вы воруете у себя энергию, время и деньги.

«САМАЯ ЦЕННАЯ ВАЛЮТА СЕГОДНЯ — ЭТО ЭНЕРГИЯ. ЕСЛИ У ТЕБЯ НЕТ ЭНЕРГИИ, У ТЕБЯ НЕТ НИЧЕГО».

Вы как бы обезличиваете и не признаете себя, а значит, сливаете всю свою драгоценную энергию на поддержание образа и жизни, которые совсем не ваши. Такое состояние можно назвать мертвым, обездвиженным, неживым.

95 % из 100% ищут ресурс и энергию жизни во вне.

95 % энергии и ресурса в нас!

Признать себя настоящего — страшно, больно и небезопасно. Но именно здесь кроется доверие, ресурс и энергия. Только приняв свои теневые стороны, можно стать богатым, успешным и просто счастливым. Это две стороны одной медали.

«Я и МОЯ ТЕНЬ» — авторская методика и программа Юлии Рыжковой для женщин и мужчин во всем мире, которая помогает людям раскрывать свой потенциал и активировать заложенные природой способности.

Научитесь управлять собственной реальностью!

Подробнее на официальном сайте:
www.quantum-school.online

ЮЛИЯ РЫЖКОВА

ДУХОВНЫЙ НАСТАВНИК,
ОСНОВАТЕЛЬ МЕЖДУНАРОДНОЙ ШКОЛЫ
КВАНТОВОЙ ПСИХОЛОГИИ

☎ +7 910 583-18-81 yulia.vumclub

Хватит жить С АЛЛЕРГИЕЙ

СКОЛЬКО РАЗ ВАМ ПРИХОДИЛОСЬ СБЕГАТЬ ИЗ ГОРОДА В СЕЗОН ЦВЕТЕНИЯ БЕРЕЗЫ ИЛИ ЗАКУПАТЬСЯ АНТИГИСТАМИННЫМИ, ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ ПРИСТУП АЛЛЕРГИИ, ЧИХАНИЯ И СЛЕЗ? ПРОБЛЕМА ЗАТИХАЕТ НА ВРЕМЯ, А ПОТОМ ВОЗВРАЩАЕТСЯ. И ВЫ С ЭТИМ ЖИВЕТЕ ГОДАМИ. ВАМ НЕ НАДОЕЛО? НАТАЛЬЯ ДУБОВИКОВА, ВРАЧ-ИММУНОЛОГ-АЛЛЕРГОЛОГ, ИНТЕГРАТИВНЫЙ ТЕРАПЕВТ ИЗ СЕМЕЙНОЙ ДИНАСТИИ МЕДИКОВ, ОСНОВАТЕЛЬ КЛИНИКИ СОВРЕМЕННОЙ МЕДИЦИНЫ SMART CLINIC УВЕРЕНА, АЛЛЕРГИЮ МОЖНО ПОБЕДИТЬ, ЕСЛИ ЛЕЧИТЬ НЕ СИМПТОМ, А ПРИЧИНУ.

**НАТАЛЬЯ
ДУБОВИКОВА**
ИНТЕГРАТИВНЫЙ ТЕРАПЕВТ,
РУКОВОДИТЕЛЬ SMART CLINIC

В семье родился малыш, и в первые месяцы жизни вдруг его кожа краснеет, покрывается коркой, зудит. Пятилетний малыш приходит в парк, у него текут слезы, он чихает и кашляет. Женщина приезжает на море и на солнце у нее появляется сыпь. 40-летний мужчина резко начинает задыхаться, у него отекают губы, глаза. Все это проявления аллергии. Но от них можно избавиться навсегда!

В ЧЕМ ИСТИННАЯ ПРИЧИНА АЛЛЕРГИИ?

Здоровая иммунная система ежесекундно следит за всем, что вокруг нас. Она, как стражник, должна выявить, какое вещество опасно, а какое нет. Правильно оценивая наших врагов, она дает ответ, вследствие которого организм остается здоровым.

В основе аллергии лежит системная ошибка в работе иммунитета. Появляется гипериммунный ответ не только на врагов, но и на безобидные вещества, например, березу. Склонность к аллергии обусловлена работой определенных генов. Ген динамичен. Проявить патогенные качества он может в любом возрасте, если внутри организма нарушенная экология.

ПОЧЕМУ С АЛЛЕРГИЕЙ ТАК СЛОЖНО РАБОТАТЬ?

Классическая аллергология направлена на подавление симптомов аллергии. Назначаются антигистаминные, антилейкотриеновые, гормональные препараты. Но убрать аллергию этими препаратами невозможно! Лишь на время заглушить. Мы в Smart Clinic придерживаемся другого подхода.

КАК ПОБЕДИТЬ АЛЛЕРГИЮ?

Считается, главное — выявить аллергены. Это действительно нужно, чтобы минимизировать контакт с веществами, раздражающими иммунную систему. Куда более важная работа — обнаружить индивидуальные метаболические ошибки, нарушения во внутренней экологии организма — нормализовать ее. Сбалансировать

все системы организма, улучшить биохимические процессы, без которых не может выстроиться правильная работа ни иммунной, ни эндокринной системы, ни нервной, ни какой любой другой системы.

Именно поэтому в Smart Clinic аллергию лечит группа врачей: иммунолог-аллерголог, диетолог-эндокринолог Юлия Бурякова, невролог Алексей Семенченко. Терапию координирует фармаколог-нутрициолог Екатерина Роздабара с опытом работы в фармацевтике, которая точно знает, препараты каких производителей принесут результат, а какие окажутся пустышкой.

БЫВАЕТ, ЧТО АЛЛЕРГИЯ — ЭТО ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ОШИБКА, И ЕЕ НЕВОЗМОЖНО ВЫЛЕЧИТЬ?

Это пойдет в разрез со всеми аллергологами, но в своей практике, с аллергиями на генетическом уровне, и что бы ты не делал — ничего не помогает, я встречаюсь достаточно редко, 10% пациентов из 100. Доказано, что с проявлениям аллергии можно очень эффективно работать, если стабилизировать биохимию.

КАК ЭТО ВЫГЛЯДИТ НА ПРАКТИКЕ?

Допустим, годовалого ребенка переводят с грудного на искусственное вскармливание, и у него появляются высыпания. Кожу смазывают кремами, применяют более сильные местные препараты, но с каждым днем их больше. Конечно, нужно применять увлажняющие средства, ребенка правильно купать, одевать, чтобы не потел. Но этого мало. Что делать?

1. Перевести ребенка на максимально натуральное питание. 50% — сырая еда, 50% — термически обработанная. Вместо промышленных пюре самим готовить еду из натуральных овощей, ягод, покупать качественное мясо, хорошие крупы и тд.
2. Нормализовать режима сна.
3. Добавить физическую активность (прогулки, игры).
4. Оценить соотношение белков, жиров, углеводов, микроэлементов в питании и минимизировать применение лекарственных препаратов и биологически активных добавок.

Еще одна распространенная ситуа-



АЛЕКСЕЙ СЕМЕНЧЕНКО,
РЕФЛЕКСОТЕРАПЕВТ



ЕКАТЕРИНА РОЗДАБАРА,
ФАРМАКОЛОГ-НУТРИЦИОЛОГ



ЮЛИЯ БУРЯКОВА, ЭНДОКРИНОЛОГ

ция — атопический дерматит у подростков. Родители пробуют разные препараты — результата нет. Часто причиной могут быть паразиты, на фоне которых появляется дефицит железа, витаминов, белка, и как следствие — проявление аллергии. В этом случае стоит устранить паразитарную инфекцию, нормализовать питание ребенка, восполнить дефицит микроэлементов, витаминов, добавить физическую активность. За счет этого по цепочке нормализуются биохимические процессы, и уже через полгода все кожные проявления полностью исчезают.

Во взрослом возрасте хороших результатов помогает добиться аллерген-специфическая иммунотерапия АСИТ. Этот метод используют только врачи иммунологи-аллергологи. Например, аллергический риноконъюнктивит из-за пыльцы березы может быть спровоцирован окислительным стрессом, нехваткой белка, повышенным холестерином. И здесь важно убрать системные ошибки в экологии организма.

1. Отрегулировать работу ЖКТ
2. Нормализовать сон
3. Отказаться от вредных привычек
4. Заниматься физкультурой

В моей практике есть случаи, когда на второй год применения АСИТ проявления аллергии практически не заметны, а через 4 года идеальный результат — ноль реакции на пыльцу деревьев весной. Вот именно в таком аспекте нужно подходить к лечению аллергии, а не заглушать ее симптоматическими препаратами.

Неважно, сколько вам лет, какого вы пола. Главное, не гадать, почему эта ситуация произошла, а сразу обратиться с грамотному иммунологу-аллергологу и обнаружить причину. В Smart Clinic исследования проводятся в собственной лаборатории, которая сотрудничает с федеральной сетью НАКФФ — одной из самых точных лабораторий в России. А лечение проводят врачи с открытым мышлением и огромным опытом работы. Они регулярно посещают конгрессы и конференции, проходят обучение и практикуют в Туле медицину будущего! Записывайтесь на консультацию к команде Smart Clinic по тел.: +7 (4872) 57-45-75



SMART CLINIC

ул. Агеева 1а, тел.: +7 4872 57-45-75
www.smartclinic.bitrix24.site



Фотограф: Егор Конабевцев
Макияж и прическа: Rndra
Одежда: студия Аллы
Веденеевой Gold Studio
allavedeneeva1986
gold_studio_showroom

Улыбка мечты
БЕЗ СТЕСНЕНИЯ И БОЛИ
В «СТОМАТОЛОГИЯ ТУЛЬСКАЯ»

ООО «ЛАН», ЛО41-0118771/00638214 от 18.01.2023 г.

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ТРЕБУЕТСЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КОМФОРТНОЕ И НЕЗАМЕТНОЕ ОРТОДОНТИЧЕСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ — МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ?
ХОТИТЕ ВЫРОВНЯТЬ ЗУБЫ, НО НЕ ХОТИТЕ НОСИТЬ ОГРОМНЫЕ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ БРЕКЕТЫ, КОТОРЫЕ
ЗАМЕТНЫ И ПРИЧИНАЮТ СИЛЬНЫЙ ДИСКОМФОРТ? В АРСЕНАЛЕ ОРТОДОНТА ДАВНО ПОЯВИЛИСЬ
СОВРЕМЕННЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ КРАСИВОЙ УЛЫБКИ.

ЕЛЕНА ЛУКЬЯНОВА

ВРАЧ-ОРТОДОНТ

ОБ ЭСТЕТИКЕ, ЗДОРОВЬЕ И ЭФФЕКТИВНОМ
ЛЕЧЕНИИ ЗУБОВ С ПОМОЩЬЮ ЭЛАЙНЕРОВ
И БРЕКЕТ-СИСТЕМ.

Словом «элайнеры» давно никого не удивить. Прозрачные, незаметные капы способны решить многие проблемы эстетики и функции. Среди всех компаний производителей мы выбрали, пожалуй, лучших. В нашей клинике мы используем Элайнеры «NEXT». Это компания-производитель, применяющая собственное программное обеспечение, учитывающее все нюансы при планировании лечения. Компания, созданная ортодонтом, для точного планирования. В «Стоматология Тульская» вы получите качественный результат от лечения на элайнерах!

Задачи ортодонтического лечения в последние годы стали максимально широкими. В приоритете сохранение здоровья зубов, пародонта, височно-нижнечелюстного сустава (ВНЧС), даже сохранение молодости лица (модная anti-age терапия). И лишь вишенка на торте — ровное положение зубов. Со всеми этими проблемами справляются современные брекет-системы.

Но как часто осторожная просьба пациента — «А можно мне эстетические брекеты?» — разбивалась о вердикт доктора — «В вашем случае светлые брекеты не работают?»

В моей клинической практике это повторялось с завидной регулярностью, но так было до появления системы Clear 21. Clear21 — керамическая брекет-система, не уступающая в эффективности своим металлическим аналогам. Такие проблемы как низкая эффективность, болезненность перемещения зубов, сколы зубов при снятии брекетов и длительные сроки лечения больше не актуальны. Clear21 — это современная эстетическая, керамическая самолигирующая брекет-система, созданная с высокой точностью в индустрии керамических брекетов. В наших руках наконец-то оказался инструмент, позволяющий предсказуемо заканчивать ортодонтическое лечение с великолепными улыбками в нереально короткие сроки лечения.

Ортодонтическое лечение в «Стоматология Тульская» — это новый уровень понимания эстетики и качества.



УЛЬЯНА ТЕМНОВА

ТЕРАПЕВТ

ГАРАНТИЕЙ КАЧЕСТВА НАШЕЙ РАБОТЫ ЯВЛЯЕТСЯ ТО, ЧТО МЫ ХОТИМ КРАСИВУЮ УЛЫБКУ ДЛЯ СВОИХ БЛИЗКИХ И ДОВЕРЯЕМ CLEAR21 УЛЫБКУ ВЕДУЩЕГО ТЕРАПЕВТА КЛИНИКИ ТЕМНОВОЙ УЛЬЯНЫ ВИКТОРОВНЫ



**СТОМАТОЛОГИЯ
ТУЛЬСКАЯ**

📍 ул. Октябрьская, 217, к. 3
☎ +7 4872 26-92-77 📠 +7 939 859-92-77
🌐 stomvtule.ru

IT-профессии: УЧИМСЯ С ДЕТСТВА

ИТ-СПЕЦИАЛИСТЫ СЕГОДНЯ НА ВЕС ЗОЛОТА. ЭТА ПРОФЕССИЯ СТАЛА СИНОНИМОМ ВОСТРЕБОВАННОСТИ, ОТЛИЧНЫХ ДЕНЕГ, СВОБОДЫ И ВОЗМОЖНОСТИ РАБОТАТЬ ИЗ ЛЮБОЙ ТОЧКИ МИРА. ВСЕ ШАНСЫ НА УСПЕХ У ТЕХ, КТО НАЧИНАЕТ ИЗУЧАТЬ ИТ С РАННИХ ЛЕТ. В ТУЛЕ ТАКУЮ ВОЗМОЖНОСТЬ ДАЁТ АКАДЕМИЯ «РУБИКОН» И ЕЁ ДИРЕКТОР СВЕТЛАНА САВИНА.

ИТ-МАМА В ДЕЛЕ

Уже 5 лет Светлана Савина возглавляет Детскую Компьютерную Академию «Рубикон». Миссия Светланы — превратить увлечение детей гаджетами в престижную, высокооплачиваемую профессию и показать безграничные возможности, которые открывает сфера ИТ. Светлана — мама двоих сыновей и прекрасно понимает, насколько важно родителям обеспечить достойное будущее своим детям. В 2022 году Светлана Савина получила сертификат «Руководитель года» по версии Центра Аналитических исследований, а Академия «Рубикон» была признана «Лучшим предприятием отрасли»*.

ШАГ В БУДУЩЕЕ

Сегодня Академия, возглавляемая Светланой Савиной, — это уникальная образовательная среда для раскрытия потенциала и талантов каждого ребёнка. Здесь студенты профессионально обучаются различным digital-специальностям: дизайну, программированию, робототехнике, общей компьютерной грамотности, работе со сложными гаджетами и интернет-безопасности. Все программы Академии «Рубикон» лицензированы Министерством образования РФ, а преподаватели — прогрессивные практикующие ИТ-специалисты, специализирующиеся именно на детском обучении. Важно, что



Продюсер: Марина Кузнецова
Фотограф: Егор Конабец
Макияж и укладка: Анна Жукова
Место съемки: студия Inside

Академия уделяет большое внимание развитию так называемых гибких навыков у детей: искусству коммуникаций, презентации себя и своих проектов, аналитического мышления, тайм-менеджмента и много другого, без чего невозможно построить карьеру в ИТ. 50% её успеха — это владение «soft skills». Студенты Академии «Рубикон» участвуют в реальных проектах и занимают призовые места на IT-олимпиадах и хакатонах.

КАНИКУЛЫ С ПОЛЬЗОЙ

Отдельное направление работы Светланы Савиной и Академии «Рубикон» — организация полезного и познавательного досуга для своих студентов и тех, кто только собирается ими стать. Например, уже сейчас открыт набор в Летний IT-клуб, где дети на целых две недели погрузятся в удивительный цифровой мир и прекрасно проведут время в компании близких по духу ребят, также увлечённых гаджетами и новыми технологиями. Дети 7-15 лет поделятся на группы по возрасту и научатся разрабатывать компьютерные игры, программировать роботов, проектировать дизайн-проекты, рисовать в графических редакторах любимых мультперсонажей и создавать их 3D-модели. А ещё в планах много других развлечений: картинг, боулинг, лазертаг, кино, экскурсии, батуты, пицца с друзьями. Но самое главное: для детей будет организована поездка в инновационный центр «Сколково» (0+) — в сердце российской IT-индустрии.

Летний IT-клуб Академии «Рубикон» — один из лучших подарков, который вы можете сделать своему ребёнку по окончании учебного года. И возможно, это станет первым шагом к чему-то большому и важному.



☎ +7 (4872) 90-07-15
☎ +7 962 271-17-11
🌐 rubiconpro.ru

*ООО «Иновация» признана «Лучшим предприятием отрасли 2022» по результатам экспертного заключения центра оценки финансового прохождение информационно-репутационного и юридического исследований ООО «Межотраслевая рейтинговая компания». Критерий сравнительного анализа: рентабельность продаж, рентабельность активов, рентабельность капитала.

НЕЗАБЫВАЕМЫЕ КАНИКУЛЫ

В ЛЕТНЕМ IT-КЛУБЕ

RUBICONE
КОМПЬЮТЕРНАЯ АКАДЕМИЯ

10 ДНЕЙ
УЛЕТНЫХ
МАСТЕР-КЛАССОВ

И КРУТЫХ
РАЗВЛЕЧЕНИЙ!

- 0+ **Разработай компьютерную игру**
Kodu, Scratch, Construct, Python
- Собери интерактивного робота**
Lego WeDo, Mindstorms, Robot Inventor
- Освой графический и 3D-дизайн**
Photoshop, illustrator, Blender, 3D-slash



А ещё батуты, кино,
лазертаг, пиццерия,
экскурсии
и многое другое!

ООО «Инновация», № лицензии №0133/03505



ЗАПИСЬ НА САЙТЕ
или по телефону:

4872 711-711

ул. Епифанская, 54

27 МАЯ

ОКТАВА KEKPOL GALLERY BW СВЕТЛОВКА ИИМ

КНИГИ
НА
ЛЕТО



Книжный фестиваль в ОКТАВЕ

В ТВОРЧЕСКОМ ИНДУСТРИАЛЬНОМ КЛАСТЕРЕ «ОКТАВА» ПРОШЕЛ ФЕСТИВАЛЬ ДЕТСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ «КНИГИ НА ЛЕТО», ОРГАНИЗОВАННЫЙ ЕКАТЕРИНОЙ ЗУБАРЕВОЙ, РУКОВОДИТЕЛЕМ ПРОЕКТА «КНИГИ НА ОКТАВЕ»

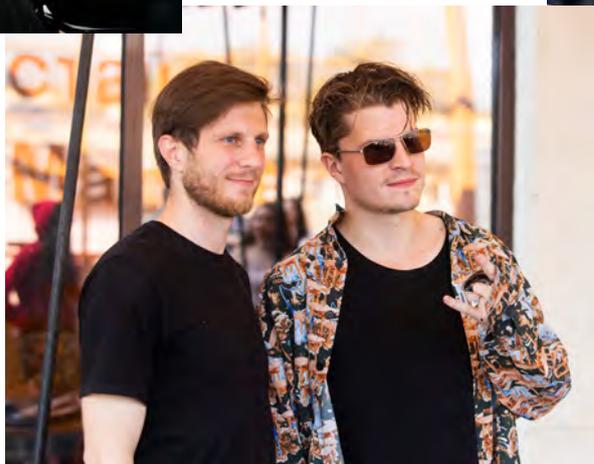
Организаторы подготовили для гостей фестиваля обширную культурную программу, где были: встречи с детскими писателями и комиксистами, мастер-классы, квизы, книжная ярмарка с ведущими издательствами, авторский спектакль и многое другое!



Событие стало эпицентром общения ведущих деятелей культуры. На фестиваль приехали такие профессионалы в области литературы, как:

Евгений Рудашевский – дважды лауреат Всероссийского конкурса на лучшее литературное произведение для детей и юношества «Книгуру», лауреат премий им. В. П. Крапивина и «Книга года».

Алексей Олейников – писатель и поэт, лауреат премии «Новая детская книга» 2011 года.

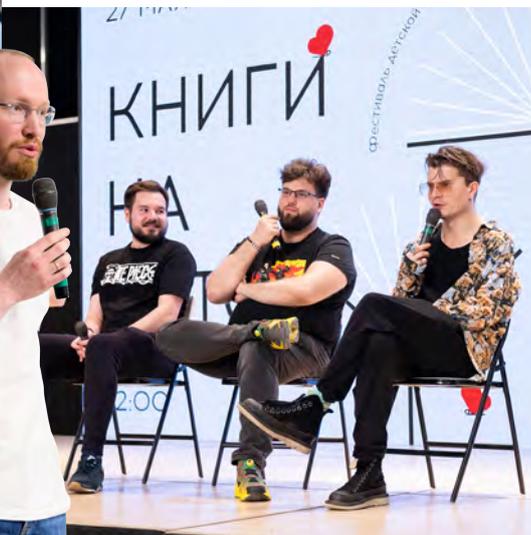


0+



Ася Петрова – прозаик, переводчик детской и взрослой французской литературы, литературный критик. Лауреат конкурса «Книгуру», член Гильдии «Мастера литературного перевода» и член Союза писателей Санкт-Петербурга.

Порадовал гостей своим прибытием Сергей Горошко — актер театра и кино, с которым состоялась творческая встреча с автограф-сессией в компании создателей серии комиксов «Майор Гром» сценариста Евгения Еронина, художника Евгения Борнякова и главного редактора издательства "BUBBLE" Романа Коткова. Целая толпа ждала встречи с кумирами, выстроившись на уличной лестнице кластера.



Алиса Гребенщикова — актриса театра и кино, телеведущая, которая представила авторскую интерактивную диафильм-сказку «Вместе с Пеппи» по мотивам повести Астрид Линдгрен «Пеппи Длинный Чулок». К детям возвратился настоящий диафильм, транслируемый на экран. Юные зрители принимали участие в шумовом оформлении действия, например, в изображении птиц или барабанной дроби.



В этой сказке можно было делать многое из того, о чём дети часто мечтают, приходя в театр. Дети имели возможность изменить финал истории, представив, что Пеппи среди нас. Для спектакля сцена была украшена ста разноцветными воздушными шарами, которые после окончания юные зрители забрали домой!

Фото, ГДЕ ТЫ МАЛЕНЬКИЙ

ПЕРЕСМАТРИВАТЬ ДЕТСКИЕ ФОТОГРАФИИ – ОСОБОЕ И НИ С ЧЕМ НЕ СРАВНИМОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ. ДЕТЯМ СВОЙСТВЕННО БЫСТРО РАСТИ, И ВАЖНО ВОВРЕМЯ ЗАПЕЧАТЛЕТЬ САМЫЕ ТРОГАТЕЛЬНЫЕ МОМЕНТЫ, КОТОРЫЕ ОСТАНУТСЯ С ВАМИ НА ВСЮ ЖИЗНЬ. ЕКАТЕРИНА ШВАРОВА – БОЛЬШЕ, ЧЕМ ПРОСТО ФОТОГРАФ. МНОГО ЛЕТ ЗАНИМАЯСЬ СЪЁМКОЙ НОВОРОЖДЕННЫХ И ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ, ОНА ДАРИТ СЕМЬЯМ ПАМЯТЬ И БЕСЦЕННЫЕ ЭМОЦИИ.



ЕКАТЕРИНА ШВАРОВА

ФОТОГРАФ

EKATERINA_SHVAROVA_PHOTO

СЪЁМКА БЕЗ ЛИШНИХ ХЛОПОТ

Более 7 лет Екатерина Шварова известна в Туле как семейный фотограф, умеющий найти подход к детям любого возраста. Родители же неизменно получают результат, на который рассчитывали. У Екатерины собственная студия в центре города, неподалёку от парка, где есть всё необходимое, чтобы участники съёмки могли выбрать понравившиеся образы и чувствовать себя комфортно в процессе. Здесь найдётся не только весь съёмочный реквизит, одежда, обувь для детей и их родителей, но и важные бытовые мелочи, которые могут понадобиться в любой момент: подгузники, пелёнки, соски, стерилизаторы и многое другое. По сути Екатерина делает детскую съёмку под ключ, родителям не нужно ни о чём беспокоиться. От вас требуется только записаться на фотосессию и прийти с малышом в назначенный день.



в честь первой годовщины ребёнка, по мнению Екатерины Шваровой, лучше не назначать в один день с праздником, а провести чуть заранее — в 11,5 месяцев. Это удобно: ко дню рождения фото будут уже у вас, и во время съёмки удастся избежать возможных сложностей, связанных со скачками развития малыша.

ДЕТИ ПОПАЛИ В СКАЗКУ

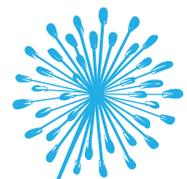
Помимо работы в собственной студии, Екатерина делает уникальные фотопроекты совместно с коллегой из Белгорода. Раз в несколько месяцев у семей есть возможность получить снимки в фантастическом декоре. Это не просто фото, а целые детские истории. Темы разные: цирк, балет, «Алиса в стране чудес», — результаты такой сессии поистине впечатляют. Кстати, на любые виды съёмок Екатерины Шваровой можно приобрести подарочные сертификаты. Это идеальный презент друзьям и родственникам в честь появления их малыша на свет.



КРОШЕЧНЫЕ МОДЕЛИ

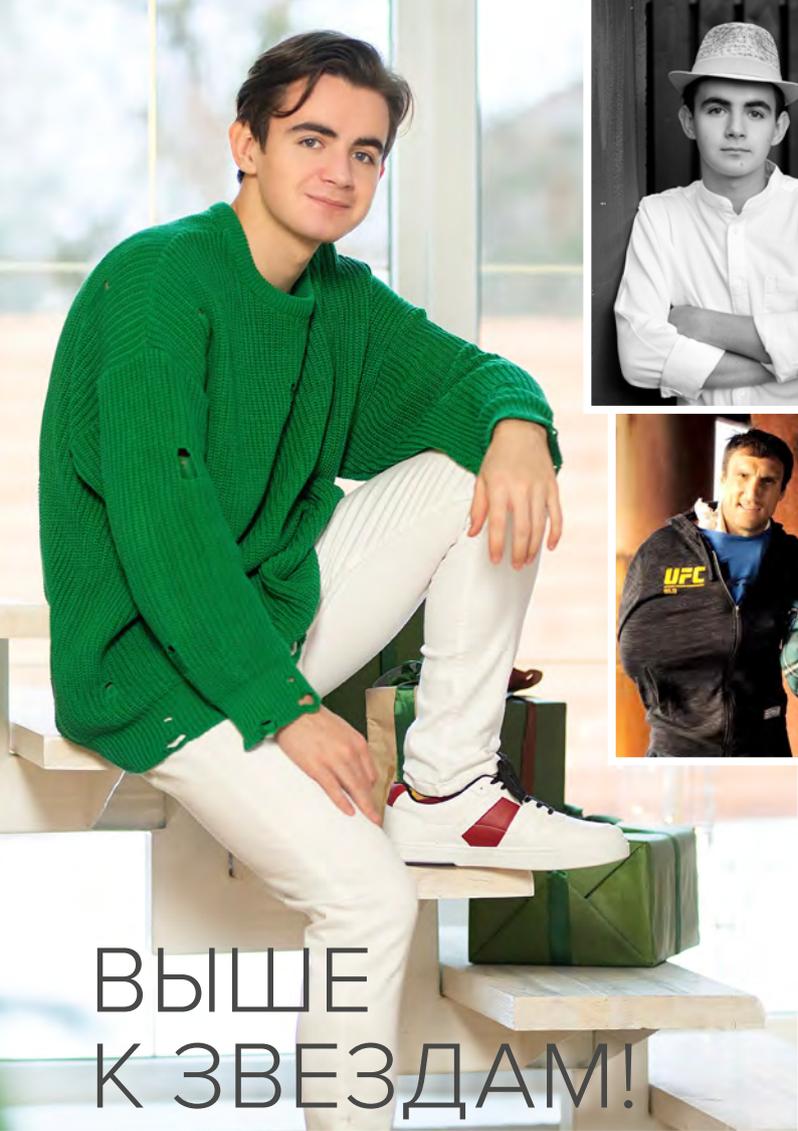
Пожалуй, самое важное направление работы Екатерины Шваровой — нью-борн-съёмка. Это довольно сложный жанр, и он по плечу только тем, кто по-настоящему любит детей и знает, как с ними обращаться. Фотосессия новорожденного в среднем длится около 3-х часов. Екатерина умеет успокоить кроху, накормить, убаюкать и при этом сделать кадры, заставляющие буквально плакать от умиления. Работе в качестве ньюборн-фотографа предшествовало долгое обучение и подготовка. В студии Екатерины Шваровой есть специальное оборудование, трогательный декор и даже костюмчики и пледы для новорожденных из натуральных тканей. По словам Екатерины, планировать такую съёмку желательно в первые 14 дней жизни малыша, так как в этот период дети более пластичны. Если вы не успели, ничего страшного; просто стоит быть готовыми к тому, что фотосессия может занять чуть больше времени. Главное, расслабиться и полностью довериться фотографу. Фотосессию

Ваши дети уже никогда не будут такими маленькими, как сейчас. Остановить это мгновение можно только одним способом — с помощью красивого фото. Возможно, работы Екатерины Шваровой станут поводом, наконец, создать свой семейный альбом, который вы будете разглядывать все вместе, делить эти приятные воспоминания и становиться ещё ближе.



ЕКАТЕРИНА
SHVAROVA
photographer

Студия «Отражение»
 📍 Болдина, 47, 4-й этаж 📞 +79202726135
 📧 id9093809 🌐 shvarovaphoto.ru



ВЫШЕ К ЗВЕЗДАМ!

НАШ НОМЕР ПОСВЯЩЕН НОВЫМ ВЫСОТАМ И ДОСТИЖЕНИЯМ, И МЫ НЕ МОГЛИ НЕ ПООБЩАТЬСЯ С ВОСХОДЯЩЕЙ ЗВЕЗДОЙ, УРОЖЕНЦЕМ ТУЛЫ НИКИТОЙ ЖОРИЧЕВЫМ.

Никита поделился с нами, как в столь юном возрасте ему удается успешно совмещать карьеру модели, актера, ведущего и не забывать про учебу.

Какое событие стало отправной точкой в мир шоу-бизнеса?

«Творческий путь начался в первом классе, когда я стал заниматься в студии «Классного ТВ» в своем лицее, где однажды сотрудники телеканала «Первый Тульский» проводили мастер-класс. Там мы и познакомились! А спустя некоторое время меня пригласили вести программу «Включай!» на этом канале. Потом я стал пробовать себя в художественных проектах: фильмах, сериалах и рекламе».

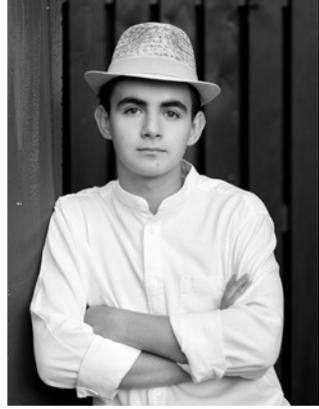
С какими трудностями сталкиваешься и как их преодолеваешь?

«Часто съемки проходят в других городах, поэтому приходится долго уезжать из дома, так что совмещать учёбу и работу становится трудно. Ещё бывают смены в не самых комфортных погодных условиях, например, зимой, в сильный холод или когда осенью снимают жаркое лето.

На одном из проектов учил роль на английском языке — это тоже непросто. Но на всё перечисленное я не обращаю особого внимания, так как обожаю свою работу!»

А что насчет школы? Учителя не ругают за отсутствие на уроках?

«В целом удаётся совмещать учебу и работу, а вот насколько хорошо, узнаем, когда придут результаты ЕГЭ (смеется)».



Какое напутствие ты дашь людям, которые только начинают свой путь в сфере шоу-бизнеса, чтобы уберечь их от возможных ошибок и промахов?

«В любом деле, особенно в творчестве, важно адекватное отношение к критике и умение признавать и исправлять свои ошибки. И самое главное — нужно любить то, что ты делаешь, любить свою работу, дабы достичь действительно хороших результатов».

Что из твоего творчества доставляет наибольшее удовольствие?

«Всё, что связано с кинопроизводством! Особенно мне интересно самому создавать историю и воплощать её на экране, поэтому я и решил учиться на режиссера игрового кино. Кстати, у меня уже есть свой фильм «Музыка нас связала» (16+) — всем советую. Сценарий, продюсирование, режиссуру и монтаж делал я».

Никита Жоричев - воспитанник модельного агентства GOLD MODELS, обладатель титула «Мини Мистер России - 2015», обладатель Гран-При в номинации «Телеведущий» фестиваля «Гордость Нации».

Снимался в киножурнале «Ералаш», сериалах «След», «Сашкина удача», «Милиционер с Рублевки», «Регби», «Ничего страшного», кинокартине «Легенды «Орленка».



В 2023 году Никита Жоричев стал одним из членов жюри Всероссийского фестиваля красоты и таланта «Мини Мисс и Мини Мистер России».



ЮЛИЯ ВЛАДИМИРОВНА ЕПИМАХОВА

**врач-педиатр со стажем
20 лет, кандидат медицинских наук**

Мгновенно найдет контакт с ребенком, проведет тщательный осмотр, поставит точный диагноз и назначит лечение. Тревожные родители будут спокойны, а ребенок здоров!



ЕЛЕНА ВИКТОРОВНА ТЕТЕРИНА

врач-педиатр со стажем 21 год

Елена ведет прием детей с 0 лет. Чуткая, внимательная, найдет подход к любому ребенку и родителям. С профессионализмом, пониманием и душой подберет необходимое лечение для малыша.



ВАЛЕРИЯ АЛЕКСАНДРОВНА ГОЛОВКО

врач-педиатр со стажем 19 лет

Родители благодарят Валерию за внимательность, вежливость и профессионализм, а дети обожают ее за доброту. Сочетает в себе чуткость, заботу и опыт.



ЕЛЕНА ВАЛЕРИЕВНА КОНДАУРОВА

врач-педиатр со стажем 4 года

Ведет прием в игровой форме, объясняет детям, что будет делать, а родителям просто и понятно расскажет о состоянии ребенка и как недопустить осложнений. Елена – настоящий профессионал!

ДОВЕРЬТЕ ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА



УСПЕХ МЕДИЦИНСКОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ВО МНОГОМ ЗАВИСИТ ОТ КОМАНДЫ.

В «КЛИНИКЕ ЭКСПЕРТ» ТУЛА РАБОТАЕТ ШТАТ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ВРАЧЕЙ С МНОГОЛЕТНИМ ОПЫТОМ И ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИЕЙ. «КЛИНИКА ЭКСПЕРТ» ТУЛА ОТВЕТСТВЕННО ПОДХОДИТ К ФОРМИРОВАНИЮ КОМАНДЫ, И СТРЕМИТСЯ СОЗДАТЬ ДОСТОЙНЫЕ УСЛОВИЯ И ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ЕЕ РАЗВИТИЯ И РОСТА. НАШИ ВРАЧИ УЧАСТВУЮТ В ОБУЧАЮЩИХ ПРОГРАММАХ И ВСЕГДА ГОТОВЫ ПРИМЕНИТЬ НОВЫЕ МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ В РАБОТЕ С ПАЦИЕНТАМИ.

ВМЕСТЕ МЫ ОБЕСПЕЧИВАЕМ ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ КАЧЕСТВА УСЛУГ.



Фотограф:
Елена Бондарева

ОКСАНА ЯКИМОВА

ПСИХОЛОГ И ЭНЕРГОПРАКТИК, РУКОВОДИТЕЛЬ
СОБСТВЕННОЙ СТУДИИ ПСИХОЛОГИИ

себя, покорить новые вершины берут верх, и ты уверенно начинаешь движение вперед.

Так и в бизнесе, в карьере: чтобы чего-то добиться, надо сделать тот самый первый шаг, шаг за зону своего комфорта, преодолевая страх и сомнения. Уверенно двигаться к поставленной цели.

Я воспитываю двоих детей, руковожу студией психологии и энергопрактики, непрерывно занимаюсь саморазвитием и самообразованием, провожу консультации. За спиной десятки благодарных клиентов, получивших мое наставничество, впереди множество идей и проектов.

И я знаю, как не просто все это совмещать, но радость от успешно завершенных проектов и счастливых клиентов все компенсирует.

Нет лучшего метода воспитания детей, чем воспитание собственным примером. И я стараюсь быть для детей не просто мамой, а наставником, другом. Разделяю с ними досуг. Старшего сына я поддержала в увлечении мотоциклами, беру его с собой на деловые встречи, мотивирую на развитие собственного бизнеса. У него уже есть несколько интересных идей, которые мы скоро совместно реализуем. Младшая дочь участвует в фотосъемках для детских журналов — начинающая юная модель.

Ни это ли мечта каждой мамы?

Все мечты осуществимы, если рядом есть грамотный и опытный наставник.

На своих консультациях, наставничестве я рассказываю о том, как успешно развивать карьеру и при этом оставаться любящей мамой и любимой женой.

Мама в бизнесе, В СЕМЬЕ И В РЕСУРСЕ



Якимова Оксана Николаевна

О ТОМ, КАК ГРАМОТНО БАЛАНСИРОВАТЬ МЕЖДУ КАРЬЕРОЙ, ЛИЧНОЙ ЖИЗНЬЮ И ВОСПИТАНИЕМ ДЕТЕЙ, РАССКАЗЫВАЕТ ПСИХОЛОГ, ЭНЕРГОПРАКТИК ОКСАНА ЯКИМОВА.

«Когда мчишься по равнине, пять минут твоей жизни бывают интересней, чем у многих людей – вся жизнь». (Цитата из к/ф «Самый быстрый Индиан»)

А знаете, какие ощущения испытываешь, когда первый раз садишься за руль мотоцикла? Страх! Кто бы, что ни говорил, все испытывают это чувство, но желание ощутить новые эмоции, преозмочь



9 Проспект Ленина, 112 Б ☎ +7 915 784-38-24

Маи́ческие каникулы С АННОЙ ДЬЯКЕВНИЧ

ТАКОГО В ТУЛЕ ЕЩЕ НЕ БЫЛО. АННА ДЬЯКЕВНИЧ И ЕЕ ШКОЛА ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ «МАГИЯ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ НОВЫЙ ПРОЕКТ – ЛЕТНИЙ ИНТЕНСИВ ДЛЯ ЮНЫХ ЛЕДИ И ДЖЕНТЛЬМЕНОВ. ДЕТЕЙ ЖДУТ ПРИКЛЮЧЕНИЯ, КАК В КНИГАХ О МЭРИ ПОППИНС – УРОКИ ЭТИКЕТА И АКВАРЕЛИ, ИНТЕРАКТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО ИСТОРИИ ИСКУССТВ В ТУЛЬСКОМ ХУДОЖЕСТВЕННОМ МУЗЕЕ И ОКРУЖЕНИЕ РЕБЯТ ИЗ ПРЕКРАСНЫХ СЕМЕЙ.

АЛЕКСАНДРА СТАДНИК

АДАМ ШЕЙНЕМАН

Летняя программа пройдет в формате 2-х недельных интенсивов. Занятия ежедневно с 10:00 до 14:30. Каждый урок длится 40–50 минут и будет посвящен определенной теме, развивающей вкус, хорошие манеры, умение проявлять себя в обществе, правильно двигаться и разговаривать.

В течение 14 дней подростков ждут интересные встречи с преподавателями по столовому этикету, риторике, истории искусств, дефиле, фотопозированию, акварели и актерскому мастерству. Это не просто летний лагерь, это развивающая программа для ребят, которая позволит им выйти на другой уровень общения в соцуме.

Анну Дьякевич уже называют тульской Мэри Поппинс. Несколько лет она была руководителем филиала федерального модельного агентства, но поняла, что фэшн-съемки для рекламных билбордов на самом деле не развивают детей в полной мере, а чаще всего удовлетворяют амбиции родителей.

Дети-звезды — это прекрасно, однако когда ваш ребенок добьется успеха, ему нужно будет появляться в обществе – на мероприятиях, фестивалях. И здесь куда важнее, на каком уровне он владеет базовыми знаниями в области этикета, как ведет себя на публике, общается со сверстниками и взрослыми на разнообразные темы, «держит себя».

Основным лейтмотивом летней программы стала фраза «В человеке все должно быть прекрасно — и душа, и одежда, и мысли». Именно поэтому мы сделали ее столь разнообразной, чтобы детям было интересно и весело. В течение летних каникул будет запущено несколько смен, и в одну из них вы можете записаться уже сейчас.

**БРОНИРОВАНИЕ МЕСТ ПО ТЕЛЕФОНУ:
+7 910 946 44 04**



IThub college



Tula

ЗДЕСЬ ГОТОВЯТ ЛИДЕРОВ ЦИФРОВОГО МИРА!

В ТУЛЕ ОТКРЫЛСЯ ФИЛИАЛ ИННОВАЦИОННОГО КОЛЛЕДЖА ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ИТНУВ. ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТОВ ПРОХОДИТ ПО БИЗНЕС-ОРИЕНТИРОВАННОЙ МЕТОДОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ, КОГДА СТУДЕНТЫ УЖЕ СО ВТОРОГО КУРСА ИМЕЮТ ВОЗМОЖНОСТЬ ЗАРАБАТЫВАТЬ ДЕНЬГИ, ПРАКТИКУЯСЬ У ПОТЕНЦИАЛЬНЫХ РАБОТОДАТЕЛЕЙ!



МИХАИЛ СУМБАТЯН,
ДИРЕКТОР И ОСНОВАТЕЛЬ
КОЛЛЕДЖА ИТНУВ:

«РЕБЯТА УЧАТСЯ НА РЕАЛЬНЫХ ЗАДАЧАХ И, КАК ПРАВИЛО, К ПОСЛЕДНЕМУ КУРСУ УЖЕ РАЗОБРАНЫ КОМПАНИЯМИ. НАМ НЕ ВАЖЕН ПРОШЛЫЙ ОПЫТ В ШКОЛЕ. БИЗНЕСУ НЕ ИНТЕРЕСНЫ ОЦЕНКИ. ИНТЕРЕСЕН РЕЗУЛЬТАТ – КАК ТЫ МОЖЕШЬ РЕШАТЬ ТЕ ИЛИ ИНЫЕ ЗАДАЧИ».



ИТНУВ Tula – учебное заведение КАМЕРНОГО ФОРМАТА: КРОМЕ УЧЕБНЫХ АУДИТОРИЙ ЕСТЬ ЧИЛАУТ-ЗОНЫ С КАЧЕЛЯМИ, МАРКЕРНЫЕ СТЕНА ДЛЯ ПРОТОТИПИРОВАНИЯ БУДУЩИХ ПРОЕКТОВ.

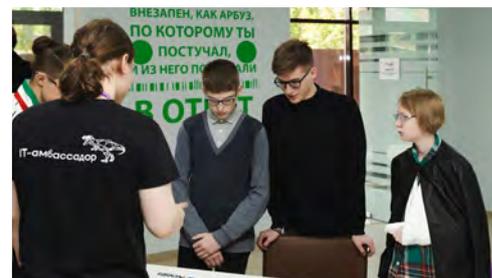


ЯНА СОЛДАТКИНА,
ДИРЕКТОР КОЛЛЕДЖА ИТНУВ Тула:

«У НАС АТМОСФЕРА СВОБОДЫ И ПРИНЯТИЯ КАЖДОГО СТУДЕНТА, ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ПРАКТИЧЕСКИ СРАЗУ НАЧАТЬ КАРЬЕРУ, СОЗДАВАЯ ИТ-ПРОДУКТЫ, А МОЖНО РАЗВИВАТЬСЯ И В РАМКАХ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ: СТАТЬ КУРАТОРОМ ИЛИ АМБАССАДОРОМ КОЛЛЕДЖА».



ОБУЧЕНИЕ В КОЛЛЕДЖЕ БУДЕТ ПРОХОДИТЬ ПО ВОСТРЕБОВАННЫМ СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ: ИНФОРМАЦИОННЫЕ СИСТЕМЫ И ПРОГРАММИРОВАНИЕ, ВЕБ- И МУЛЬТИМЕДИЙНАЯ РАЗРАБОТКА, ЦИФРОВОЙ ДИЗАЙН. ПО ОКОНЧАНИЮ КОЛЛЕДЖА СТУДЕНТЫ ПОЛУЧАЮТ ДИПЛОМ ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗЦА.



ПРИГЛАШАЕМ ШКОЛЬНИКОВ И РОДИТЕЛЕЙ 18 ИЮНЯ НА ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ, ОБОРОННАЯ, 72.

0+

IThub: БОЛЬШОЕ ОТКРЫТИЕ

ITHUB COLLEGE В ТУЛЕ ГОТОВИТ НОВЫХ ЛИДЕРОВ ЦИФРОВОГО МИРА. МЫ ПОБЕСЕДОВАЛИ С ЯНОЙ И АЛЕКСАНДРОЙ КОРОЛЕВЫМИ, РУКОВОДИТЕЛЯМИ ITHUB В ТУЛЕ, И РАЗУЗНАЛИ ВСЕ О НОВОМ IT-КОЛЛЕДЖЕ!

Яна, как вам пришла идея открыть колледж?

«Рынок IT-специалистов в России нуждается в большом количестве новых сотрудников. Так что мы увидели здесь явные возможности: мы можем обновить и увеличить кадровый состав IT-специалистов в городе! Уже со второго курса наши студенты могут зарабатывать, совмещать учёбу и работу. Колледж нужен городу, а молодёжи нужно место силы, где они будут напитываться знаниями через практику. Всё это мы нашли в бренде IThub — сильную методологию и собственную философию».

Разве не любое образовательное учреждение готовит специалистов для работы? Почему именно IThub сможет повлиять на обстановку с IT-кадрами в Туле?

«Всё дело в методологии бизнес-ориентированного обучения. Колледж в Москве уже больше 6 лет апробирует методику быстрой подготовки IT-специалистов — за счёт интеграции в бизнес и академической мобильности. И всё получается! Я много раз была в Москве в колледже и общалась со студентами — их результаты впечатляют! А ещё у них свободная и поддерживающая среда, сильное комьюнити — они там развиваются как личности, мне это нравится. У них нет сессий, представляете?»

Как же они оценивают знания?

«Студенты, в первую очередь, учатся на проектах — проходят тему по модулям и сдают контрольные точки. Это бизнес-ориентированные задания на проверку только

что пройденной темы. Нет такого, чтобы студент не ходил весь семестр, а потом за ночь выучил предмет кое-как и прошёл на следующий год. Качество образования — наш приоритет. Не всегда нужно посещать лекции очно — есть собственная платформа, на которой можно повторять материал, прикреплять задания, получать обратную связь от преподавателя, накапливать портфолио».

Звучит серьёзно. Есть ли место отдыху?

«Ещё как есть! Я уже упоминала про свободную среду. Всё это — база для активной внеучебной жизни. Клубы по интересам, праздники, мероприятия, мастер-классы, экскурсии! А для профессионального развития есть крупное сообщество «IT-амбассадоры» и волонёрское движение. Амбассадоры делятся опытом со школьниками, вдохновляют их на изучение нового — им приятнее и интереснее учиться у почти ровесников! Это всем на пользу».

Не терпится увидеть первые результаты! С какого числа начнутся занятия? До какого времени будет идти набор?

«Начало обучения с 1 сентября. В первый год количество мест ограничено — всего 250.

К сожалению, ни одного ученика сверх этого количества мы не сможем взять. Приёмная комиссия уже всюю работает, по темпам планируем завершить набор в июле».

Есть ли в планах масштабироваться?

«Планы у нас грандиозные! Каждый год будем увеличивать количество мест, будем масштабироваться и с точки зрения локаций. Сейчас у нас один отличный колледж, но это только начало!»

Приглашаем школьников и родителей в наш колледж на День открытых дверей 18 июня по адресу: ул. Оборонная, 72.

WWW.TULA.ITHUB.RU/DOD

АЛЕКСАНДРА И ЯНА КОРОЛЕВЫ





ИТАЛИЯ БЕЗ ВИЗЫ

Dolce Vita в сердце Тульского кремля: ресторан Bottega Italiana (Московского ресторанный холдинга il Forno Group) распахнул двери одной из самых живописных веранд города с видом на Успенский собор. В честь события команда ресторана устроила вдохновляющее гастрономическое путешествие по Средиземноморью.

Летние жаркие вечера созданы для наслаждения вкусом, особенно в столь прекрасном месте, как Bottega Italiana. На старте – брускетты с пармой, свежие фрукты, авторские лимонады, освежающий хуго и дюшес и три курса блюд впереди.

К презентации нового летнего подошли основательно – шеф-повар из Москвы подготовил средиземноморские сетов трапезы в итальянском стиле, а шеф-сомелье – винный аккомпанемент, идеально оттеняющий вкус каждого блюда. Новая винная карта изумительна!

Гостей баловали карпаччо из осьминогов и креветок, легкими закусками из цукини с конкассе из томатов, буратто с соусом песто и другими всевозможными сырами из собственной сыроварни. К слову, белпер кнолле, качотту и трюфельную скаморцу можно не только отведать, наслаждаясь ужином в Bottega Italiano, но и купить домой в местной лавке.

Кульминация гастрономического праздника – горячие блюда – паста морей Grande Mare с гребешками, мидиями, вонголе и лангустинами в соусе «Биск». Кстати, пасты и соусы готовят исключительно вручную повара ресторана.

Для тех, кто хочет отпраздновать незабываемое день рождения и устроить светское мероприятие на веранде Bottega Italiana, шеф приготовил специальные позиции из банкетного меню: нежную лопатку ягненка и сибас в соли, который перед подачей поджигают, устраивая гастрономическое фаер-шоу.

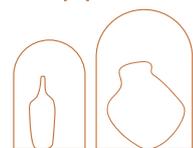


На десерт – мильфей из бельгийского теста, с кремом Маскарпоне и свежими ягодами. Для поклонников сладкого в меню ресторана также можно найти тирамису, сицилийские канноли и новинки – канноли матча, чизкейк с фисташкой и шоколадный фондан с сусальным золотом.

Летом команда Bottega Italiana запускает еще одно долгожданное направление – Кремлевские завтраки. Скажите Voungiorno и начните свой новый прекрасный день на свежем воздухе. Или устройте романтический вечер, на пару часов отправившись с настоящей итальянское путешествие, для которого совсем не нужен шенген.



ЖДЕМ ВАС В ГОСТИ



BOTTEGA ITALIANA ДОСТАВКА QR

Тула, Тульский кремль, ул. Менделеевская, 12В

8 (920) 277 19 22

ilfornogroup.ru

Фотограф: Дмитрий Башкиров

Покупаем недвижимость БЕЗ РИСКОВ



КАК ИЗБЕЖАТЬ ПРОБЛЕМ ПРИ ПОКУПКЕ НЕДВИЖИМОСТИ И ПОЛУЧИТЬ ТОЛЬКО ПРИЯТНЫЕ ЭМОЦИИ ОТ ПРИОБРЕТЕНИЯ ЖИЛЬЯ? ЕЛЕНА КЛЕНИНА, РИЕЛТОР С 13-ЛЕТНИМ СТАЖЕМ, ЮРИСТ И РУКОВОДИТЕЛЬ ВОСТРЕБОВАННОЙ КОМПАНИИ ЛЕАН, РАССКАЗЫВАЕТ, НА КАКИЕ НЮАНСЫ СТОИТ ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ, ЧТОБЫ ПОДСТРАХОВАТЬСЯ И ПРОВЕСТИ БЕЗОПАСНУЮ, ВЫГОДНУЮ СДЕЛКУ.

РИСКИ ПРИ ПОКУПКЕ ВТОРИЧНОЙ НЕДВИЖИМОСТИ БЕЗ ПОМОЩИ РИЕЛТОРА:

- 1. Недвижимость в залоге.** Нередко люди берут кредиты или займы под залог недвижимости. И при этом банк, другая кредитная организация или физическое лицо накладывает обременение на объект недвижимости в свою пользу, как обеспечительную меру до полного расчёта. Такой объект стоит покупать только с участием грамотного юриста, изучив характер залога и грамотно подстраховав себя документально.
- 2. Арест недвижимости или запрет регистрационных действий** – одна из обеспечительных мер, накладываемая государственными органами, вследствие неуплаты собственником образовавшихся долгов или штрафов.
- 3. Риск возникновения права владения или пользования третьих лиц.** Не изучив историю приобретения объекта недвижимости и не запросив дополнительные документы, покупатель рискует купить «кота в мешке». Спустя время могут появиться временно выбывшие граждане, несовершеннолетние дети и другие лица, имеющие право владения, распоряжения или пользования приобретенного объекта недвижимости, не зависимо от того, прошел срок исковой давности или нет.
- 4. Банкротство продавца или членов его семьи,** и как следствие, признание сделки купли-продажи недействительной.
- 5. Незавершенные правоотношения с предыдущими собственниками приобретаемого объекта недвижимости.** Например, не состоялась передача объекта, неполный расчёт и т.д.

В сложных случаях, не имея опыта в проведении сделок и юридического образования, покупатель рискует остаться без денег и жилья. Чтобы этого избежать, стоит довериться профессионалам. Опытные эксперты ЛеАН знают, как провести безупречную юридическую проверку всех участников сделки и подстраховать клиента документально, гарантируют полный и безопасный расчет между продавцом и покупателем. Это подтверждается кристальной репутацией, сотнями благодарных отзывов людей и одной из лидирующих позиций среди других агентств недвижимости в регионе.



**ЕЛЕНА
КЛЕНИНА**

ОСНОВАТЕЛЬ АГЕНТСТВА
НЕДВИЖИМОСТИ ЛЕАН

📍 Новомосковск, ул. Свердлова, 8
☎ +7 953 436-13-49 🌐 lean71.ru

Фотограф: Егор Конабевцев
Продюсеры: Михаил Чуканов,
Александра Ананасова
Место съемки: ресторан «Магадан»

ДОМ В ДЕТАЛЯХ

СПЕЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

ОТКРОЙ ДЛЯ СЕБЯ

ЛЕТО'23

САЛОН «СТОЛ ДА СТУЛ» ПРЕДСТАВЛЯЕТ
БРЕНД МЕБЕЛИ ДЛЯ СТОЛОВОЙ AERO

Эксклюзивные люксовые модели и итальянское качество для безупречного интерьера. Дизайнерские столы и стулья AERO делают кухню эталоном безупречного интерьера. В «Стол да Стул» вы найдете как эксклюзивные предметы интерьера класса люкс, так и качественную европейскую мебель по умеренной цене.

AERO
СТОЛЫ И СТУЛЬЯ



ИП Короткова Е. С.

МЦ «Таурус», Коминтерна, 24-б, 1-й корпус, 3-й этаж [stoldastul71](https://stoldastul71.ru)

ЭКСКЛЮЗИВНО В МЦ «ТАУРУС»

ООО «Таурус-Эстейт»



МЦ «Таурус», Коминтерна, 24-б
ТЦ «Парус», Коминтерна, 24-в
www.taurus-mebel.ru



VIKINGHOUSE

+7 910 163-03-01

vikinghouse.ru

ХОРОШО ИМЕТЬ ДОМ НА ПРИРОДЕ



КТО УСПЕЛ ВКУСИТЬ ПРЕЛЕСТИ ЗАГОРОДНОЙ ЖИЗНИ, ВРЯД ЛИ ПРОМЕНЯЕТ ЕЁ НА ЧТО-ТО ДРУГОЕ. СОЗДАТЬ СВОЙ РАЙСКИЙ УГОЛОК НА ПРИРОДЕ ВСЕГО ЗА ТРИ МЕСЯЦА УДАЛОСЬ ОДНОЙ МОЛОДОЙ ПАРЕ. ДОМ, ПОСТРОЕННЫЙ ПО ПРОЕКТУ И РУКАМИ КОМПАНИИ VIKING HOUSE И ЕЁ ОСНОВАТЕЛЯ ИВАНА НАГАЙЦЕВА, ОБЕЩАЕТ СТАТЬ ОДНИМ ИЗ ГЛАВНЫХ УКРАШЕНИЙ КОТТЕДЖНОГО ПОСЁЛКА «ВЕЛЕГОЖ-ПАРК КОМФОРТ». ВСЁ ОБ УДИВИТЕЛЬНОМ ДОМЕ И НОВИНКАХ КАРКАСНОГО СТРОИТЕЛЬСТВА, ЧИТАЙТЕ В НАШЕМ ОБЗОРЕ.



МИРОВОЕ КАЧЕСТВО

В этом и других своих проектах Иван Нагайцев и Viking House применяют передовые технологии, проверенные временем, которые успешно себя зарекомендовали на рынке США и Европы. В ход идут «best practices» мировых лидеров по производству материалов для каркасного строительства. Сейчас Иван Нагайцев в своей работе использует швейцарские ленты, чья прочность проверена годами.

ДАВАЙ СБЕЖИМ ИЗ ГОРОДА

Очередной проект Viking House, компании, задающей тренды премиального каркасного строительства в нашем регионе, практически готов. Называется он «Велегож Эгоист». Это дом для современной молодой пары, расположенный в знакомой вам локации, известной своей живописной природой и чистым лесным воздухом. Заказчики продали квартиру в Москве и решили свить себе уютное гнёздышко за городом. А что может быть уютнее небольшого дома в скандинавском стиле с роскошной террасой и видом на березовую рощу? Как всегда, проект от и до курировал владелец Viking House, практикующий строитель Иван Нагайцев. Новый дом сдаётся уже на этой неделе, но его будущие владельцы ни разу так и не побывали на стройке. В этом нет нужды: клиенты Ивана Нагайцева полностью доверяют его профессионализму и всегда получают ожидаемый результат в срок.

ЛЕС, ВОЗДУХ, РОМАНТИКА

В новом загородном доме две спальни, просторная кухня-гостиная со сводчатым потолком и впечатляющая 20-метровая ванная. «Место силы» — большая летняя терраса с видом на лес. Здесь повесят качели, поставят мягкие кресла и стол, это идеальный домашний чилаут для приёма гостей и отдыха по вечерам, который так любят наши герои. Пока «Велегож Эгоист» будет использоваться как загородная резиденция молодой семьи, но что-то подсказывает, что преимущества жизни на природе повлекут за собой решение обосноваться здесь на постоянной основе. А плюсов масса. Во-первых, собственная парковка у дома. Во-вторых, вид с террасы на зелёную рощу, настраивающий на отдых и полный релакс. Да и сама смена обстановки и новая жизнь в красивом уютном месте — это весьма романтично. Дом смотрится исключительно стильно и своей архитектурой выгодно выделяется в коттеджном посёлке «Велегож-Парк Комфорт».



Фото: Егор Конабевцев
Образ для Ивана: магазин
брендовой одежды «Клондайк»

ИП Нагайцев И. В. «Викингхаус»



Для возведения террас применяются японские ленты компании Mitsubishi с 50-летней гарантией устойчивости к ультрафиолету. В основе всех домов Viking House — уникальный ветрозащитный гипсокартон производства компании Бургос /Финляндия/. Команда Viking House, вдохновлённая своим лидером Иваном Нагайцевым, который по-настоящему горит каркасным строительством, постоянно поднимает планку и внедряет новые технологии. Результат: суперэстетичные, тёплые, прочные, комфортные дома, подчёркивающие отличный вкус своих владельцев.

ЗОВ ПРИРОДЫ

ГОРОД — КАМЕННЫЕ ДЖУНГЛИ, ГДЕ ВМЕСТО ДЕРЕВЬЕВ И ДИКИХ ЖИВОТНЫХ — ВЫСОТКИ И АВТОМОБИЛИ. В ИНТЕРЬЕРЕ ВОЗВРАЩАЕМСЯ К НАСТОЯЩЕЙ ПРИРОДЕ И ВОСПЕВАЕМ ЕЕ СИЛУ В ТРЕХ ИПОСТАСЯХ: КАМЕНЬ, РАСТЕНИЯ, ЖИВОТНЫЕ.



2



5



6



4



1



7



3

1. Ваза из технологического камня, магазин цветов «Зеленый дом»
2. Настенный светильник, Kartan, интерьерный шоурум «Декорация»
3. Композиция в корейском стиле, магазин цветов «Зеленый дом»
4. Стул с анималистичным принтом, Garda Deco, интерьерный шоурум «АРТХОЛЛ»
5. Настенное покрытие, Artewalls, интерьерный шоурум «Декорация»
6. Столовый набор, магазин подарков «Эго Арт»
7. Ковер в стиле каменного сечения, магазин ковров Eshafan



ООО «БРАЕР ИЛ»



BRAER

braer.ru



ВОЗДУХ - НЕ ПРОСТО ЗАГОРОДНЫЙ ПОСЕЛОК

КОТТЕДЖНЫЙ ПОСЕЛОК “ВОЗДУХ. АРХАНГЕЛЬСКИЕ САДЫ” — ЭТО УНИКАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ ВБЛИЗИ ГОРОДА ТУЛЫ, ГДЕ ИНФРАСТРУКТУРА И ЧИСТЫЙ ВОЗДУХ ПЕРЕПЛЕТАЮТСЯ ВОЕДИНО.

ПРОЕКТ “ВОЗДУХ. АРХАНГЕЛЬСКИЕ САДЫ” СТРОИТСЯ В ОДНОМ ИЗ САМЫХ ЖИВОПИСНЫХ МЕСТ РЯДОМ С ТУЛОЙ. ПРИРОДА ТУЛЬСКОГО КРАЯ ПОРАДУЕТ ВАС КРАСИВЫМИ И ЖИВОПИСНЫМИ ЛЕСАМИ, ПРЕКРАСНЫМ АРХАНГЕЛЬСКИМ ПРУДОМ, А ТАКЖЕ НЕЗАБЫВАЕМЫМИ ЗЕЛЕНЫМИ ЛУГАМИ.

ИЗ ТУЛЫ ЛЕГКО ДОБРАТЬСЯ ПО НОВОМУ И БЕЗОПАСНОМУ МОСКОВСКОМУ ШОССЕ: ДОРОГА ЗАЙМЕТ 20-30 МИНУТ ИЗ ЦЕНТРА ГОРОДА. НЕ ЗАБЫВАЕМ ПРО 2 МАРШРУТА ОБЩЕСТВЕННОГО ТРАНСПОРТА.

КАФЕ, ДЕТСКИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, ФИТНЕС-ЗАЛ, МАГАЗИНЫ, АПТЕКИ, ПУНКТЫ ВЫДАЧИ ЗАКАЗОВ, ДЕТСКИЕ ПЛОЩАДКИ, ОСТАНОВКИ ОБЩЕСТВЕННОГО ТРАНСПОРТА: БОГАТСТВО И РАЗНООБРАЗИЕ ИНФРАСТРУКТУРЫ ПОЗВОЛИТ ВАМ НАСЛАЖДАТЬСЯ КОМФОРТОМ ГОРОДСКОЙ ЖИЗНИ, ОСТАВАЯСЬ ЗА ГОРОДОМ. НА ТЕРРИТОРИИ ПОСЕЛКА БУДУТ ОБОРУДОВАНЫ ДЕТСКАЯ ПЛОЩАДКА И МАНГАЛЬНЫЕ ЗОНЫ.

ВО ВСЕХ ПРОЕКТАХ КОТТЕДЖЕЙ, ПРЕДСТАВЛЕННЫХ НА НАШЕМ САЙТЕ, ВАРИАНТЫ ВНУТРЕННЕЙ ПЛАНИРОВКИ УСЛОВНЫ, ЧТО ПОЗВОЛЯЕТ ОРГАНИЗОВАТЬ ВНУТРЕННЕЕ ПРОСТРАНСТВО ДОМА ПО СВОЕМУ УСМОТРЕНИЮ.

ЦЕНЫ НА КОТТЕДЖИ СТАРТУЮТ ОТ 4,7 МЛН.РУБ. ПОДВЕДЕННЫЕ КОММУНИКАЦИИ (ВОДА, СЕПТИК, ЭЛЕКТРИЧЕСТВО), ЗАБОР ПО ПЕРИМЕТРУ УЧАСТКА И ЗЕМЕЛЬНЫЙ УЧАСТОК ОТ 5 СОТОК.

ДЫШИТЕ ПОЛНОЙ ГРУДЬЮ, ЖИВИТЕ В БУДУЩЕМ УЖЕ СЕЙЧАС.





—ВОЗДУХ—
АРХАНГЕЛЬСКИЕ
САДЫ



ООО "ИПОТЕКА ПРОСТО". БАНК-ПАРТНЕР: ПАО "СБЕРБАНК"

АДРЕС ОФИСА ПРОДАЖ:

БЦ "ВОЗДВИЖЕНКА"
УЛ. Ф.ЭНГЕЛЬСА 2, ОФ.202

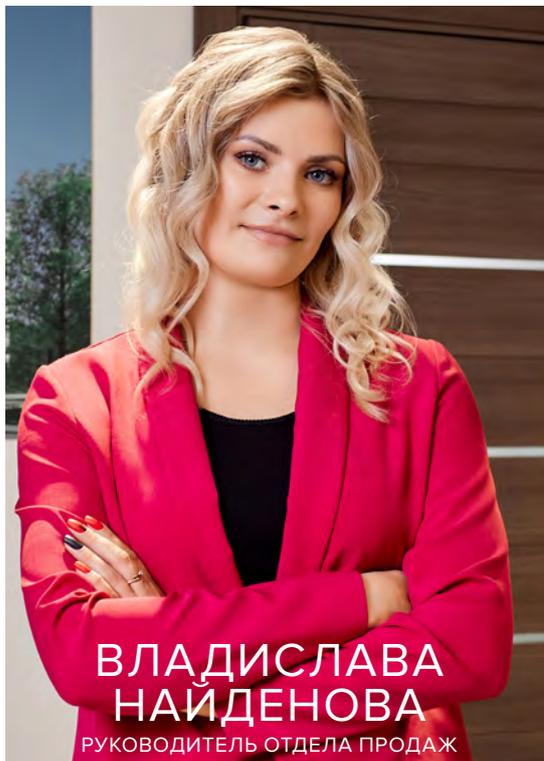
НОМЕР ТЕЛЕФОНА:

+7(4872)90-01-94

ВЕБ-САЙТ:

STROYPROTOTULA.RU





**ВЛАДИСЛАВА
НАЙДЕНОВА**
РУКОВОДИТЕЛЬ ОТДЕЛА ПРОДАЖ



ОНА ХОТЕЛА БЫ ЖИТЬ НА МАНХЭТТЕНЕ

Архитектурное решение клубного дома **МАННАТТАН** — это узнаваемые черты современной классики: много окон и панорамного остекления, сдержанные цвета, лаконичные линии фасадов. В комплексе 8 этажей и 35 квартир. Это уютная и приватная жизнь в обществе соседей, чьи ценности совпадают с вашими.

КЛУБНЫЙ ДОМ МАННАТТАН НА ПЕРЕСЕЧЕНИИ ГОГОЛЕВСКОЙ И СВОБОДЫ – ХОРОШИЙ ВАРИАНТ, ЕСЛИ ВЫ ПРИГЛЯДЫВАЕТЕ СТАТУСНУЮ И КОМФОРТНУЮ КВАРТИРУ В ЦЕНТРЕ. ВСЁ ОБ УДОВОЛЬСТВИИ ЖИТЬ В КРАСОТЕ И КАЧЕСТВЕННОМ ОКРУЖЕНИИ ЧИТАЙТЕ В НАШЕМ ОБЗОРЕ.

Территория МАННАТТАН — закрытая, с круглосуточным видеонаблюдением и удобной инфраструктурой. Для детей — игровая площадка из чешских материалов в стиле «Пиратов Карибского моря», для взрослых — зона воркаута с современными тренажёрами. Двор, конечно же, без машин. В комплексе будет свой подземный паркинг на 40 мест, с которого можно подняться на лифте прямо на свой этаж.

Над обликом подъездов потрудились дизайнеры: интерьер выполнен из стильных качественных материалов, входные группы с панорамным остеклением. Кстати, вход спроектирован на одном уровне с тротуаром. Провезти коляску или чемодан не составит труда. За безопасностью вашего подъезда будет следить консьерж.

В клубном доме МАННАТТАН можно выбрать двухкомнатную или трёхкомнатную квартиру с просторной кухней-гостиной, гардеробной и двумя санузлами. В доме установлены двухконтурные котлы премиальных брендов, в каждой квартире — окна повышенного энергосбережения REHAU, дизайнерские двери, выводы под интернет и ТВ. Застройщик «АС-Энерго» на рынке уже 10 лет и не привык экономить на материалах. Срок сдачи клубного дома МАННАТТАН - II квартал 2024 года. Покупка надёжного жилья бизнес-класса в центре города — отличная возможность инвестировать в качество жизни своей семьи.



📍 Офис продаж: ул. Фрунзе, 2а, 2-й эт.
☎ +7 902 902 00 40 🌐 manhattan-tula.ru



ДИЗАЙНЕРЫ ДАРЯТ ПОДАРКИ

ПАРТНЁР ПРОЕКТА МАННАТТАН – СТУДИЯ ДИЗАЙНА И АРХИТЕКТУРЫ INTERQUEEN ВО ГЛАВЕ С ИЗВЕСТНЫМ АРХИТЕКТОРОМ ОКСАНОЙ СЁМИНОЙ. БУДУЩИХ ЖИЛЬЦОВ КОМПЛЕКСА ЖДЁТ ПРИЯТНЫЙ ПОДАРОК И БОНУСЫ ОТ ЕЁ КОМАНДЫ.

За годы работы интерьерной студии InterQueen удалось реализовать множество интересных кейсов в разных стилях и стать одним из лидеров клиентских рейтингов. Оксана Сёмина – архитектор с 16-летним опытом, 90% заказчиков принимают её дизайн-проекты с первого раза. Команда InterQueen не только визуализирует помещения и создаёт в них грамотные планировки, но и подбирает материалы для реализации идей. InterQueen создаёт квартиры, в которых хочется жить.

Студия часто делает коллаборации с видными застройщиками и жилыми комплексами Тулы. Клубный дом МАННАТТАН не стал исключением. По словам Оксаны Сёминой, это жильё премиального качества, в котором можно использовать все нестандартные идеи, материалы и свежие интерьерные тренды. На любой дизайн-проект квартиры в клубном доме МАННАТТАН от InterQueen действует скидка 10 000 рублей. На покупку трёхкомнатной квартиры есть приятный дисконт от застройщика – 300 000 рублей, а студия InterQueen делает дизайн-проект ванной в подарок. Есть и другие привилегии: совершенно бесплатно InterQueen составит для вас коммерческое предложение на ремонтные работы по дизайн-проекту, подберёт материалы, освещение, сантехнику, мебель и предоставит место для их временного хранения.



ОКСАНА
СЁМИНА
АРХИТЕКТОР

Уже сейчас студия InterQueen занимается проектом одной из квартир в клубном доме МАННАТТАН. Архитекторы разрабатывают интерьер в современном стиле с уклоном в минимализм и новое веяние – ваби-саби. Экологичные материалы, природные спокойные акценты и цвета – это будет комфортная квартира для жизни в гармонии с миром и собой.



INTERQUEEN
private design

Студия дизайна и архитектуры

📍 ул. Октябрьская, 24, оф. 202
☎ +7 961 265-84-18 🌐 interqueen.ru





**НИКОЛАЙ
ДЬЯКОВ**

НАЧАЛЬНИК
ПРОИЗВОДСТВА,
КАПИТАН ФУТБОЛЬНОЙ
КОМАНДЫ «ВИТРА»

КОМПАНИЯ «ВИТРА» УЖЕ 20 ЛЕТ
ОТВЕЧАЕТ ЗА ОСТЕКЛЕНИЕ ТУЛЫ,
ЗАДАЕТ ВЫСОКИЕ СТАНДАРТЫ
КАЧЕСТВА И ПРЕОБРАЖАЕТ
АРХИТЕКТУРНЫЙ ОБЛИК ГОРОДА.

ГЛАВНЫЙ ИГРОК НА ПОЛЕ СТЕКЛОПАКЕТОВ



Место съемки: Футбольная академия в спорткомплексе Александра Островского
Фотограф: Егор Конабевцев
Продюсер съемки: Софья Цыганкова



МАРИЯ ТИТОВА

РУКОВОДИТЕЛЬ КОМПАНИИ-
ПРОИЗВОДИТЕЛЯ «ВИТРА»

Производитель стекла «ВИТРА» реализует прозрачные проекты любой сложности — от душевых кабин, стильных зеркал, закаленных ограждений под заказ до роскошных витрин и масштабного остекления ТЦ, ресторанов и магазинов.

Ведущее направление компании — производство огромного ассортимента современных стеклопакетов под разные задачи и типы помещений. Профессионалам «ВИТРА» доверяют частные заказчики, крупные ЖК, заводы и градообразующие предприятия. Мощный парк оборудования, инновационные технологии помогают бренду «ВИТРА» создавать надежные изделия, которые дарят комфорт и эстетическое удовольствие.

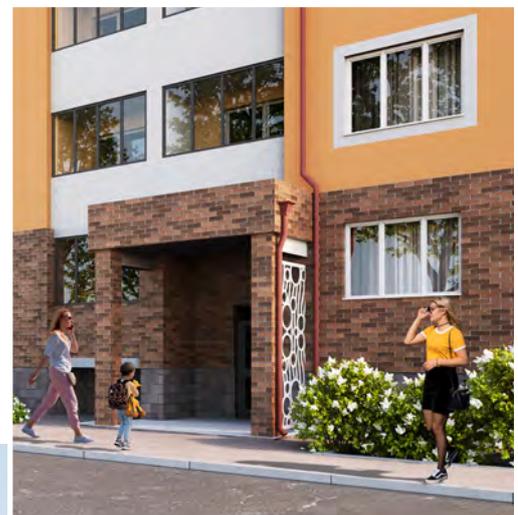




МЖК «НОВАЯ ТУЛА»: МОЙ ДОСТУПНЫЙ ГОРОД

ЦИФРЫ, КОТОРЫЕ ВПЕЧАТЛЯЮТ

Площадь застройки МЖК «Новая Тула» – 97,4 га. Здесь возведут 41 дом от 5 до 16 этажей, где смогут поселиться порядка 25 000 человек. В микрорайоне запланированы 2 школы, 5 детских садов (на 240 мест каждый), поликлиника, полицейские пункты, собственный парк, сквер и плейхабы, которые включают в себя скейт-парк, баскетбольную площадку, павильон-раздевалку для спортсменов и памп-трек. Благодаря столь обширной инфраструктуре, «Новая Тула» – это не очередной обычный ЖК, а многофункциональный жилой комплекс, где всё создано для удобства будущих владельцев.





КОМФОРТ ЗА РАЗУМНЫЕ ДЕНЬГИ

Высокое качество строительства – фирменный почерк «3S GROUP». Этот солидный федеральный застройщик на рынке с 2010 года. Реализовав первые проекты в Ульяновске, компания расширила свою географию до Москвы, где в данный момент построила три крупных ЖК комфорт-класса «Талисман». Сейчас «3S GROUP» возводит жилой комплекс в Нижнем Новгороде и целый микрорайон «Новая Тула» у нас. Здесь компания построит надёжные кирпичные дома, при этом купить квартиры в них можно по максимально доступным ценам – от 2 869 050 рублей. В «Новой Туле» будут однокомнатные, двухкомнатные и трёхкомнатные квартиры разной площади. В каждой – прочная входная дверь, полусухая стяжка пола, качественный электрощит, двухконтурный котел, вентиляционный клапан, пластиковые окна REHAU и радиаторы ROYAL THERMO COMPACT. Застройщик уделяет большое внимание комфорту и безопасности дворов: по всему периметру много зелени, установлено видеонаблюдение, территория закрыта от посторонних, прямо за ней расположена просторная парковка.

ВРЕМЯ КУПИТЬ КВАРТИРУ

Строительство первой очереди МЖК «Новая Тула» завершится осенью 2023 года. Это будут уютные пятиэтажные дома – на них сейчас очень высокий спрос. Вторую очередь по плану сдадут в первом квартале 2025 года. Застройщик работает почти со всеми банками и проходит по различным ипотечным программам: семейная, с господдержкой и ипотека для IT-специалистов. А также предоставляет беспроцентную рассрочку с первоначальным взносом 30%. В своей работе «3S GROUP» придерживается трёх важных принципов: предлагать оптимальную цену на каждом этапе продаж, исключить все риски для покупателей и обеспечить каждому доступность и комфорт как в процессе покупки, так и после неё. Всего 15 минут от центра города, и вы оказываетесь в своём уютном мире, где есть абсолютно всё, что нужно для счастливой размеренной жизни.



📍 Офис продаж: Тула, Благовещенская, 6

☎ +7 (4872) 25-20-25

📱 3sntula 📄 group/64268587499758

📍 nt3sgroup 🌐 3snt.ru



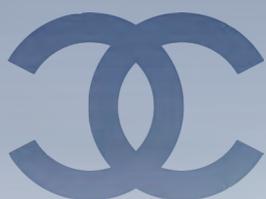
Мой доступный город



Bon voyage!

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ В ПАРИЖЕ

АЛЛА ШТАУБ, ОСНОВАТЕЛЬ DIGITAL-АГЕНТСТВА DIAL, ЭКСПЕРТ ПО ПРОДАЖАМ ПРАЗДНУЕТ ДНИ РОЖДЕНИЯ ВСЕГДА ЭФФЕКТНО! НОВЫЙ ГОД — НОВОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ. В ЭТОТ РАЗ — «ЗАДАЧА СО ЗВЕЗДОЧКОЙ» — ПАРИЖ! НО ДЛЯ ЭТОЙ ЛЕДИ НЕТ НИЧЕГО НЕВОЗМОЖНОГО. РЕЗУЛЬТАТ: 7 ПОДРУГ, ФРАНЦУЗСКИЕ УЛОЧКИ, КРУАССАНЫ И ШОПИНГ В CHANEL, LOUIS VUITTON И CHRISTIAN LOUBOUTIN. РАССКАЗЫВАЕМ, КАК ПОВТОРИТЬ ВОЯЖ НА ФОНЕ ЭЙФЕЛЕВОЙ БАШНИ.



Christian
Louboutin



YVES SAINT LAURENT



Идея путешествия возникла в феврале. Моя подруга Ирина Михина просто написала в чат: «А не поехать ли нам в Париж?». Это прозвучало как шутка, учитывая сегодняшние обстоятельства, но я узнала, как получить визу, посмотрела цены, и оказалось, что улететь не так сложно! Написала подругам «Летим в Париж!», и большинство поддержали!



КАК БРОНИРОВАЛИ ОТЕЛИ?

«Парадокс в том, что за 5 часов до вылета у нас еще не были забронированы апартаменты. На сайте «Букинга» оплатить бронь можно только иностранной картой. У нас была казахстанская, но при оплате сайт постоянно отменял бронирование. Хорошо, что у одной из подруг оказалась еще и армянская! Вот благодаря ей мы смогли добиться цели. Сейчас прямых рейсов нет, летели с 3-часовой пересадкой в Баку. Но мы даже с радостью потусили в аэропорту! 8 подруг вылетели в 12 часов ночи и уже в 12 дня были в апартаментах в самом центре Парижа!»

ЧТО УДАЛОСЬ ПОСМОТРЕТЬ? КАКИЕ ВПЕЧАТЛЕНИЯ?

«В Париже мы провели 5 чудесных дней. Жили в богемном квартале Le Marais на улице 16 Rue Rambuteau. Побывали, конечно, на Эйфелевой башне — грандиозное сооружение! Потом нашли уютное местечко, откуда можно было сидеть и любоваться ею со стороны. Сходили в Лувр, хотели посетить Версаль, но не получилось. Зато съездили в Нормандию! Заранее договорились с водителем и нашли крутого гида. Нормандия — любовь на всю жизнь, ты находишься будто внутри какой-то открытки и ощущаешь себя героиней фильма. Я сама себе завидовала, не могла поверить, что это все реально!»

КАК ОБСТОЯТ ДЕЛА В БРЕНДОВЫХ БУТИКАХ? БЕЗ ПОКУПОК НЕ ОБОШЛОСЬ?

«Мало что может удержать женщину от шопинга, особенно если мужа и дети остались в России. И особенно, если рядом компания подруг! Путешествие с подругами — это новый уровень, другие ощущения! Мы побывали во всех бутиках Louis Vuitton, Chanel и легко могли простоять в очередях по 5 часов. Каждый день заходили в магазины, начиная от Zara и заканчивая Cartier, но, когда улетали, поняли, что так все и не купили. Есть повод вернуться обратно, за сумочкой Chanel! Хотя я довольна своим «уловом» — головокружительные шпильки Christian Louboutin, французские духи и очки Chanel будут напоминать мне об этом путешествии».

ЧТО НАСЧЕТ ФРАНЦУЗСКОЙ КУХНИ?

«В Париже, действительно, безумно вкусные круассаны, а вот кофе не очень! Был у нас один любимый трюфельный ресторан L'ARTISAN DE LA TRUFFE, всего на 6-7 посадочных мест. Туда не так легко попасть, но оно того стоит! Паста, ризотто, фуа-гра - это то, что мы чаще всего ели. В ресторане Au Pied de Cochon дегустировали лягушачьи лапки, а мой день рождения отмечали в Chez Eug ne, где напоследок купили бокалы с их логотипом для моей подруги Жени! Особо пафосные рестораны нужно бронировать заранее, недели за 2-3. Однажды мы устроили девичник в отеле, закупились вкусными сырами, хамоном, овощами, ягодами — устроили ужин под просмотр фильмов».

ПОСЛЕ ПАРИЖА ВЫ ПОЛЕТЕЛИ В РИМ. КАК ВАС ВСТРЕТИЛ ДРЕВНИЙ ГОРОД?

«Неожиданно, но французские леди чуть не превратились в итальянских бомжей! На забронированные апартаменты отменили резерв, и вот мы стоим с сумками и чемоданами в центре Рима и не знаем, куда податься. Снова сложности с оплатой по карте. Никто не поверит, но оплатить жилье помог партнер моей подруги из Майями! Только ближе к десяти вечера мы наконец-то заселились в наши «космические» апартаменты с видом на Колизей, которые напоминали музей! Моя подруга пошутила: «Алла, ты бы еще в самом Колизее их забронировала!»

На следующий день в 3 часа мы уместили всю программу по изучению Рима и потом уже вылетели домой. И здесь не обошлось без приключений: то у кого-то не проходил багаж, то перевес, при пересадке в Ереване даже пришлось расстаться с колбасой — мы подарили ее ребятам в аэропорту. Когда ты путешествуешь с мужчиной, все эти вопросы решает он, а с подругами это просто невероятный опыт и новые эмоции!»

КАКИЕ ДАДИТЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ТЕМ, КТО ПЛАНИРУЕТ ПОЕЗДКУ?

«Однозначно сделать карту иностранную, которая будет работать! Заранее бронировать отели и апартаменты, брать с собой наличные и не бояться неожиданных ситуаций!»





ОЩУТИ НОВУЮ ЭНЕРГИЮ TIGGO 8 PRO e+



АВТОКЛАСС

Официальный дилер CHERY в Туле



CHERY



ООО «И-Авто»

ул. Оборонная, 116 | (4872) 37 33 33 | autoclass-cherу.ru

FIORdelMONDO

КОЛЛЕКЦИЯ ИНТЕРЬЕРОВ




PREGNO

УТОPIА – воплощение новых материалов, новой отделки и инновационного дизайна, на сцену выходят композиции PREGNO «WATERSILK» и «ICE»



КУХНИ ДЕТСКИЕ КАБИНЕТЫ ГОСТИНЫЕ МЯГКАЯ МЕБЕЛЬ ШТОРЫ СВЕТ АКСЕССУАРЫ

Тула, ул. Демонстрации, 141
тел.: (4872) 70-11-11, +7 915 693-33-77 www.fdm-mebel.ru