

# ледиклуб

№1 | 2017

16+

Журнал  
о замечательных  
женщинах  
Самарской губернии

НЕМОЕ КИНО

4

Добрые традиции  
благотворительности

10

ДисконтКлуб

70

МОДЕЛИНГ  
Взгляд изнутри

14 стр.

Роскошный Дом  
Елены  
ЕГЕРЕВОЙ



# GANT

ул. Ново-Садовая, 347А  
Аврора Молл ул. Аэродромная, 47А, корпус 3, этаж 2  
[www.gant.ru](http://www.gant.ru)

Леди-клуб 16+  
№11 2017 (15.05.2017)

учредитель  
ООО «Межрегиональное  
Информационное  
Агентство»

главный редактор  
Юлия Станиславовна  
Галочкина

финансовый  
директор  
Ирина Проняева

выпускающий  
редактор  
Ирина Киселенко

директор  
по развитию  
Наталья Кутлина

web-редактор  
Алексей Сергушкин

отдел  
спецпроектов  
Надежда Нарижная

Людмила Снегирёва

дизайн, вёрстка  
Анна Тёплая

авторы  
Дарья Галочкина  
Юлия Галочкина

Ирина Киселенко  
Наталья Кутлина

Таня Ройз  
Анатолий Семёнов

Наталья Эскина

фото  
Анастасия Бажина  
Юлия Галочкина

Ирина Киселенко  
Дмитрий Леонов

Юлия Максимова  
Эльвира Мальтеева

Анатолий Семёнов  
Аркадий Скворцов

фото на обложке  
Сергей Тарасов

корректор  
Татьяна Фёдорова

адрес редакции,  
издателя  
443041 Самара

ул. Ленинская, 168  
офис 551, 552

телефоны:  
(846) 276 04 31  
276 04 32  
373 88 04

e-mail: [post@sgubern.ru](mailto:post@sgubern.ru)

интернет-версия  
[www.sgubern.ru](http://www.sgubern.ru)



PHOTO SHOOT IMAGES PHOTOGRAPHY PHOTOSHOOT

чёрно-белое немое кино, с его характерным мерцающим экраном и низким качеством изображения всё же обладает невероятным шармом. Даже сегодня оно вызывает нескрываемый интерес, часто цитируется в различных современных фильмах, программах. Особый стиль общения актёров со зрителем с помощью активной мимики и жестов, живое исполнение фортепианной музыки, простые, понятные каждому сюжеты «из жизни» – и мы очарованы происходящим на экране.

чёрно-белые карикатуры датского художника Херлуфа Бидструпа много лет назад вдохновили театр «Самарская площадь» на постановку ставшего уже легендарным спектакля «Играем Бидструпа». Огромное спасибо театру «Самарская площадь» за предоставленную возможность почувствовать себя актёрами немого кино, за радость сотворчества и вдохновение!

Юлия Галочкина,  
руководитель проекта «Леди-клуб»

Журнал зарегистрирован Поволжским межрегиональным территориальным управлением Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций. Свидетельство ПИ №7-2605 от 02.02.2004. Редакция оставляет за собой право иметь мнение, не совпадающее с мнением авторов публикуемых материалов. Использование текстовых и фотоматериалов, опубликованных в настоящем издании, допускается только с письменного разрешения редакции. Всерекламируемые товары и услуги сертифицированы. Засодержание рекламы редакция ответственности не несет. Распространяется бесплатно. Отпечатано в ООО «Полиграфика», 443010 Самара, ул. Мичурина, 23, тел. +7 (846) 270 20 15, +7 (846) 270 23 59, +7 (846) 270 23 91, +7 (846) 227 50 77. Без корректуры. Тираж 3000 экз. Заказ № -----

**4****ВЕЧЕРИНКА  
«НЕМОЕ КИНО»**

«СЛАВАВТО» –  
ЭКСПЕРТНАЯ ПОМОЩЬ  
АВТОЛЮБИТЕЛЯМ

**28**

РАЗРЕШИ  
СЕБЕ ТВОРИТЬ!

**30**

HALZOVA SCHOOL  
КАЧЕСТВЕННАЯ БАЗА  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
МАСТЕРСТВА

**32**

N. BEKETOVA'S SALON

**34**

УВЛЕКАТЕЛЬНОЕ  
КУЛИНАРНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ  
ОТ ИРИНЫ МОКШИНОЙ

**54**

СИЛА БЕРЕГИНИ

**56**

**14.**  
«РОСКОШНЫЙ ДОМ»  
ЕЛЕНЫ  
ЕГЕРЕВОЙ



ДИСКОНТКЛУБ

**50**

ТАТЬЯНА  
МОКЛЕЦОВА  
экология души  
**20**



ШЕДЕВРЫ  
ВЕЧЕРНЕЙ МОДЫ  
**36**

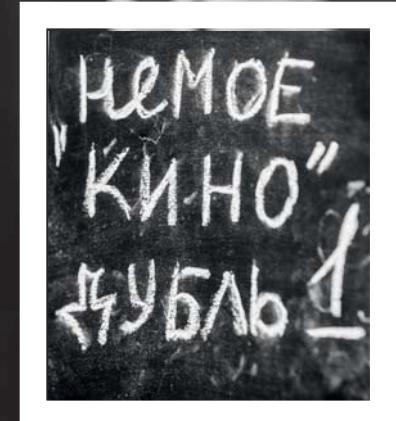


НОВЫЙ УРОВЕНЬ  
САМАРСКИХ  
КОНКУРСОВ КРАСОТЫ

**66**

ПАТРИСИЯ  
КААС:  
ДИСЦИПЛИНИРОВАННАЯ  
АВАНТЮРИСТКА

**24**



# ВЕЧЕРИНКА «НЕМОЕ КИНО»

БЕСЕДОВАЛА Ирина Киселенко  
ФОТО Аркадий Скворцов

Традиционная вечеринка по поводу выхода нового номера журнала «Леди-клуб» прошла 17 февраля в уютном городском театре «Самарская площадь». Выбор места и тема мероприятия не случайны. В этом театре снимался совместный фотопроект – продолжение цикла фотопроектов «Игра в театр» журнала «Леди-клуб». Изображения успешных, красивых, известных бизнес-леди, исполняющих роли в репертуарных спектаклях с профессиональными актёрами – один из самых ярких и любимых проектов журнала. Самые звёздные актёры и самые творческие героини «Леди-клуба» сыграли сцены по мотивам известных спектаклей театра «Самарская площадь». Выход журнала с результатами театральной съёмки, а также замечательными историями о женщинах Самары и губернии, рассказами со смыслом – всегда ожидаемое событие, ведь сразу после этого устраивается большая традиционная вечеринка, где встречаются давние друзья и случаются интересные и полезные знакомства.

Вот и настоящая кинотеатральная вечеринка собрала приятных, интеллигентных и очень творческих людей. Анонсируя мероприятие, гостей пригласили на съёмки немого кино. Идея перевоплощений «игра в театр» превратилась в «игру в кино» в театре. Многие леди серьёзно подготовились к стилизованному мероприятию, хотя образ роковой красавки

кинематографа помогали создавать и на месте. Здесь работал beauty-бар от салона красоты «HALZOVA BEAUTY LOUNGE», открыта костюмерная театра с аксессуарами, свойственными героям того времени. В холле, декорированном в ретро-стиле студией декора торжеств «FANTASY», самые смелые гости вечера изображали комедийные пантомимы по мотивам легендарного спектакля «Играем Бидструпа». Полную версию этого весёлого спектакля-клоунады в исполнении профессиональных актёров в этот вечер посчастливилось увидеть всем присутствующим.

В холле театра во время съёмок фильма под общим названием «Стрела Амура» работал кинобуфет. Талон на питание выдавался «новоиспечённым» актёрам и участникам массовки при регистрации на кастинг и обменивался на закуску с бокалом шампанского (для храбрости). Основательно покормили всех уже после «изматывающих» кинопроб. Весь вечер гостей угощал ресторан выездного обслуживания «Клевер», сладкий стол накрыл постоянный партнёр «Леди-клуба» – Самарский БКК. Команда режиссёра: «Стоп, снято!» стала сигналом к приглашению гостей в зал на официальное и торжественное представление героинь нового номера журнала «Леди-клуб», партнёров и друзей большого клуба замечательных женщин Самарской губернии. Сегодня этот клуб вырос до официального сообщества, а именно – Самарского областного общественного объединения «Леди-клуб», в который входят более трёх тысяч деловых, творческих, инициативных, талантливых женщин.





Руководит им главный редактор и издатель журналов «Самара» и «Губерния» и «Леди-клуб» Юлия Галочкина.

Она пригласила на сцену тех, чьи истории воодушевляли и удивляли читателей в этот раз и напомнила, что миссия клуба – объединять и знакомить хороших людей друг с другом. «Леди-клуб» – это не только интересная развлекательная площадка со своим клубным журналом, это, в первую очередь – содружество людей, дающих друг другу силы, энергию и вдохновение на реализацию достойных замыслов, воплощение желаний и мечты, профессиональную самореализацию.

К счастью, друзей у клуба становится всё больше, и они с удовольствием участвуют в клубных мероприятиях, очень тепло отзываются о проектах, благодарят за интересные и полезные встречи. И вот о спектакле «Играем Бидструпа» редакция получила массу восторженных отзывов с особенной благодарностью Наталье Носовой, директору театра «Самарская площадь». Кстати, в этот вечер она сыграла в спектакле одну из ролей, хотя не участвовала в его показе уже более 10 лет.

После 45 минут искреннего смеха в зале, гости вечеринки вернулись в театральный холл, чтобы перейти к самой приятной части мероприятия, которая также стала традиционной – розыгрышу призов и подарков от партнёров. В перерывах бесконечной лотереи со своими концертными номерами выступали талантливейшие друзья клуба. Среди них: Марина Хальзова и Василина Куушкина, чей вокальный дуэт сложился буквально на глазах у гостей; Анатолий Семёнов с сольным исполнением вечной классики; Александра Егиазарян, восточный танец которой поразил собравшихся красотой и техникой исполнения; Юлия Максимова, увлёкшая гостей в удивительный мир Болливуда.

В этот вечер происходили невероятные открытия. В атмосфере творческой свободы абсолютно все присутствующие убедились в многогранности человеческой личности. Об этом собственно всегда и пишет журнал «Леди-клуб», а теперь ещё и показывает снятый в театре фильм «Стрела Амура».





Область общих интересов!



Самара  
Губерния

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

О б л а с т н о й ж у р н а л



# ДОБРЫЕ ТРАДИЦИИ БЛАГО- ТВОРИТЕЛЬНОСТИ



Мело весь месяц в феврале,  
И то и дело  
Свеча горела на столе,  
Свеча горела.

Б. Пастернак.

**В** один из февральских вечеров, когда за окном – метель, а на столе – свечи, члены «Леди-клуба» собрались в уютном музыкальном салоне Центра «Возрождённые традиции». Собрались те, кто откликнулся на призыв помочь Дому ребёнка «Малютка» в закупке необходимых предметов для ухода и развития малышей.

Музыкально-поэтический благотворительный вечер проходил перед Великим Постом, и приглашённый почётный гость – Мерникова Лина Андреевна, лауреат международных конкурсов, – подготовила специальную программу, в которую наравне с классическими романсами вошли духовные песнопения. Аккомпанировала Лине Андреевне замечательная Наталья Жимолостнова.

Настоящими соавторами программы стали гости вечера, которые очень искренне читали любимые стихи великих поэтов



и стихи собственного сочинения. Невероятно трогательная, душевная, лирическая атмосфера словно перенесла присутствующих на машине времени в XIX век, когда были так популярны идеи меценатства, светские беседы о прекрасном, живая музыка и декламирование стихотворений.

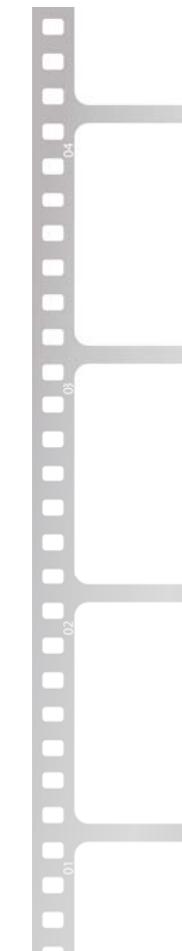
Сердца всех гостей благотворительного вечера покорили стихи Сагидаш Зулкарнаевой, самарского поэта, героини журнала «Леди-клуб», которые она прочла в завершении этого красивого и душевного мероприятия. Яркие метафоры, искренние интонации, искусное владение словом, всё это – в стихотворениях Сагидаш, а по сути – в её маленьких ис-

поведях, поскольку она дала всем заглянуть в свою светлую красивую душу.

И финальное произведение, исполненное Линой Мерниковой – «Аве Мария» как нельзя лучше выразило то состояние, в котором пребывали все присутствующие.

«Леди-клуб» благодарит всех благотворителей – гостей вечера, и отдельно – руководителя Центра «Возрождённые традиции» Эльвиру Архипову за идею мероприятия, гостеприимство, организацию закупки и доставки подарков в Дом ребёнка.

# ВСТРЕЧА



## С ЕЛЕНОЙ ПЛАКСИНОЙ



Доброй традицией в «Леди-клубе» становятся творческие встречи-беседы со звёздными гостями, известными деятелями культуры, организованные при поддержке «Студии телевизионного кино».

23 марта в Центре «Возрождённые традиции» состоялась творческая встреча с популярной актрисой театра и кино Еленой Плаксиной и её супругом, режиссёром Московского ТЮЗа Павлом Артемьевым.

В сентябре прошлого года в Самаре в театре «Самарская площадь» с большим успехом прошли гастроли Елены с авторской программой «Как правильно жить неправильно». На этот раз актриса приехала с некоммерческим проектом «Кино и школа, школа и кино».

Об этих программах и говорили героини журнала «Леди-клуб», его друзья и партнёры с московскими гостями – Еленой и Павлом. Елена поделилась впечатлениями о встречах со школьниками Самары, была приятно удивлена их начитанностью, глубокими вопросами, которые задавали ребята. Приятным сюрпризом для членов «Леди-клуба» стала русская народная песня в аутентичном исполнении Елены. Со своей стороны, самарцы тоже подготовили приятный сюрприз для Елены Плаксиной. Художник Анастасия Брик, преподаватель живописи Центра «Возрождённые традиции», подарила гостье её портрет.

Встреча прошла в дружеской, тёплой, искренней атмосфере. От всей души благодарим «Студию телевизионного кино» за приглашение столь приятных гостей!



# «РОСКОШНЫЙ ДОМ» ЕЛЕНА ЕГЕРЕВОЙ



БЕСЕДОВАЛА Юлия Галочкина



Она уверена в себе, потому что каждая её работа – это восторг в глазах заказчиков и их слова: «Да! Это – моё!»

Её контакты передают друзьям и знакомым как ценную информацию.

Она знает своё дело досконально, в курсе того, что создаётся в стране и мире, потому что и сама реализует проекты не только в России, но и за рубежом.

То, чем она занимается – для неё вовсе не работа, а сплошное удовольствие.  
Знакомьтесь – Елена Егерева, руководитель архитектурного бюро «Роскошный Дом».

**ЛК** Елена, о Вашем стиле работы ходят легенды. Отмечают, что он сильно отличается от того, что делают другие архитекторы и дизайнеры. Чем Вы объясните данный феномен?

**Елена Егерева** Думаю, это связано с тем, что я не следую какому-то одному выбранному направлению в работе, не подстраиваюсь под определённый стиль интерьера в оформлении внутреннего пространства помещения. Показать своё творческое «я» для меня – не главное. Главное – это заказчик; то, что хочет он. Поэтому какого-то определённого стиля в дизайне у меня нет, как нет и похожих интерьеров. В первую очередь, я создаю индивидуальный проект. Для меня главное – понять то, чего хочет заказчик, увидеть его внутренний мир, чтобы приспособить исходное пространство для его комфортной жизни, а иногда и создать это пространство с нуля. Ведь я работаю не только как дизайнер. Моя фирма представляет обширный комплекс услуг: проектирование, строительство, полная комплектация объекта, отделка и декорирование помещения.

**ЛК** Расскажите подробнее о деятельности архитектурного бюро «Роскошный Дом».

**Е.Е.** На сегодняшний день мы выполняем полный цикл архитектурно-строительных работ. То есть от идеи до воплощения, до последнего гвоздя, коврика, вазочки. В принципе, заказчику не нужно ни о чём задумываться, бегать и искать материалы, мебель и аксессуары: в нашем офисе есть каталоги и образцы всего необходимого для отделки и обустройства жилого пространства. Мы давно работаем с европейскими фабриками, отслеживаем новинки, а также имеем возможность заказывать понравившиеся позиции заранее, располагая большим складом. Это очень удобно – к тому времени, когда строители мне говорят: к такому-то числу должно быть то и то, мы просто привозим необходимое со склада.

**ЛК** Проектирование, отделка, строительство – всё это требует наличия большой команды профессионалов.

**Е.Е.** Да, у нас действительно работают только профессионалы. В штате есть архитекторы, дизайнеры, логист, монтажники. В зависимости от сложности проекта мы привлекаем необходимых специалистов, с которыми уже давно сотрудничаем и не сомневаемся в их компетентности. Для заказчика мы обычно

делаем несколько вариантов планировок и после утверждения одной из них, приступаем к проработке деталей и подбору материалов. Причём с самого начала ещё на бумаге мы ориентируемся не на какой-то абстрактный материал, а именно на тот, который реально будет использоваться на данном объекте. То же касается мебели и аксессуаров. Если мы на визуализации рисуем ковёр, то это конкретный ковёр. И заказчик, принимая дизайн-проект интерьера, может быть уверен, что каждая деталь в нём будет воплощена с мельчайшей точностью.

**ЛК** Как Вы добиваетесь такой точности воплощения проекта, учитывая, что заказов у Вас много, а интерьеры при этом не повторяются? Где находите такое разнообразие материалов, мебели и аксессуаров?

**Е.Е.** Дело в том, что мы очень активно работаем с поставщиками. Мы на рынке – с 2004 года, и уже успели зарекомендовать себя в Европе как надёжный партнёр. Такая детальная проработка всех моментов интерьера, включая аксессуары и их обязательное наличие, для меня очень важна. Важно, чтобы человек потом не тратил свои собственные средства на переделку, даже в мелочах. Здесь я преследую две цели: во-первых, сэкономить деньги клиента (экономить деньги меня обязывает одно из моих образований и большой опыт работы как финансиста), во-вторых, это мой внутренний престиж.

**ЛК** Помимо экономического, у Вас ещё техническое образование. Как Вы пришли к дизайну интерьеров?

**Е.Е.** Началось всё с мебельного салона. Наши друзья занимаются оконным бизнесом в Германии. Когда они приехали в Самару, то предложили мне заняться мебелью. Внутреннее ощущение вкуса у меня всегда присутствовало, это от мамы.

Хотим поделиться радостью: радостью встречи с Профессионалами своего дела! Нам действительно повезло, потому что коллектив компании «Роскошный дом Елены Егеревой» – люди неравнодушные, креативно мыслящие, а главное, умеющие мечты своих заказчиков превратить в реальность! Работают слаженно, как часовой механизм, и с желанием максимального результата! Огромное удовольствие от сотрудничества и результата! Сердечно благодарим за прекрасный интерьер нашего дома руководителя компании Елену Николаевну!

Сергей и Ольга Головановы

Выбор дизайнера – сложный, иногда очень длительный процесс. Найти специалиста, который будет понимать и принимать твои мысли и желания, непросто. С Еленой и её командой мой муж и я быстро нашли общий язык и совпали во многих вещах, касаемых нашего проекта. Профессионализм, чувство вкуса и умение слышать заказчиков – это основополагающие моменты в работе Елены и её команды.

Наше сотрудничество продолжается, и я этому рада. Желаю Елене удачи во всех её проектах!

Лариса Ганина,  
заместитель начальника ООТиЗ  
ООО «Газпром трансгаз Самара»

Они предложили, я и согласилась. Просто поняла, что хочу. Это желание – работать с интерьерами – у меня всегда было, а уж когда и муж подтолкнул...

**ЛК Супруг поддержал Ваше желание? Вы же были успешным финансистом на тот момент!**

Е.Е. Да, муж тоже был «за». Признаюсь, когда я начала заниматься интерьерами, у меня было внутреннее ощущение, что я сильно понизила планку. Потому что в то время я была вос требованным финансистом, мне предлагали работу в очень крупных компаниях. Долго не могла с этим внутренним ощущением справиться, пока мои знакомые, очень известные архитекторы, меня в этом не разубедили. Они сказали: ты видишь и чувствуешь то, что люди со специальным образованием не видят! Это – твоё! И ты это сделаешь на самом высоком уровне.

Я сразу стала посещать самые престижные архитектурно-строительные выставки, изучать всё глубоко и досконально, как привыкла. Кёльн, Милан, Мюнхен – я ездила на самые значимые мероприятия в архитектурной среде. Обучалась в частных школах в Париже и Милане. Поэтому сейчас уверена в своей компетентности на 100%, а ещё и в том, что порой специальное образование не даёт такого кругозора и опыта, практических наработок и свежего взгляда, желания двигаться вперёд, как это даёт погружение в профессиональную среду. К тому же я превосходно разбираюсь в чертежах (за плечами аэрокосмический университет), плюс врождённое чувство вкуса, понимание пожеланий заказчика и умение считать, экономить средства. Видимо, сам бог велел мне заниматься этим направлением. И уже с первого объекта я поняла, что у меня получается, что всё идёт хорошо.

А когда получила именное приглашение из посольства Великобритании на официальный торжественный приём, посвящённый теме «Очарование английской роскоши», где присутствовали более 400 гостей: известных дизайнеров, архитекторов, художников, писателей, звёзд кино и телевидения, то поняла, что снова достигла той планки, которая была в прежней профессии – уровня полной уверенности и любви к своей новой деятельности.

**ЛК Что касается экономии средств заказчика – насколько дороги Ваши услуги?**

Е.Е. В том-то и дело, что не дороги! Цены очень приемлемы. Дизайн-проект стоит 1000 рублей за квадратный метр. Но, конечно, нам интересно, когда мы сами воплощаем проект и поставляем материалы. Причём, поставка осуществляется по ценам завода-производителя, без наценок, по розничному прайс-листу. При хорошем объёме заказа мы от этого прайс-листа по возможности делаем скидку. Совсем немногие могут себе такое позволить.

Хотя экономия должна начинаться уже при проектировании пространства. Я стараюсь использовать каждый сантиметр площади, даже на первый взгляд бесполезной с практической стороны, потому что знаю, сколько сегодня стоит недвижимость и земля. Например, если обнаружу нишу в 10 сантиметров, я ни в коем случае не дам её зашить. Это взгляд не столько дизайнера, сколько финансиста: на чём сможем сэкономить – мы всегда сэкономим.

И, конечно, для меня важно, чтобы заказчик доделал ремонт до конца, и мы вместе увидели результат, к которому шли! Поэтому изначально необходимо узнать, какой бюджет заложен

на проект, чтобы предложить именно тот вариант, который мы сможем довести до конца, а не бросить на полпути или сильно затянуть в исполнении. Правда, отвечает на этот вопрос лишь 10%. А от ответа зависит и время исполнения, и объём затрачиваемых средств. Для чего я спрашиваю? Чтобы я не делала проект, который человек априори не потянет. Впрочем, как показывает практика, даже если мы делаем проект, а у человека изначально нет этих денежных средств, то он всё же настаивает на воплощении нашего интерьера полностью, без изменений, считая его для себя идеальным. Он говорит: нет, ты это делай, я лучше заработкаю.

**ЛК На чём всё же не стоит экономить при обустройстве внутреннего пространства?**

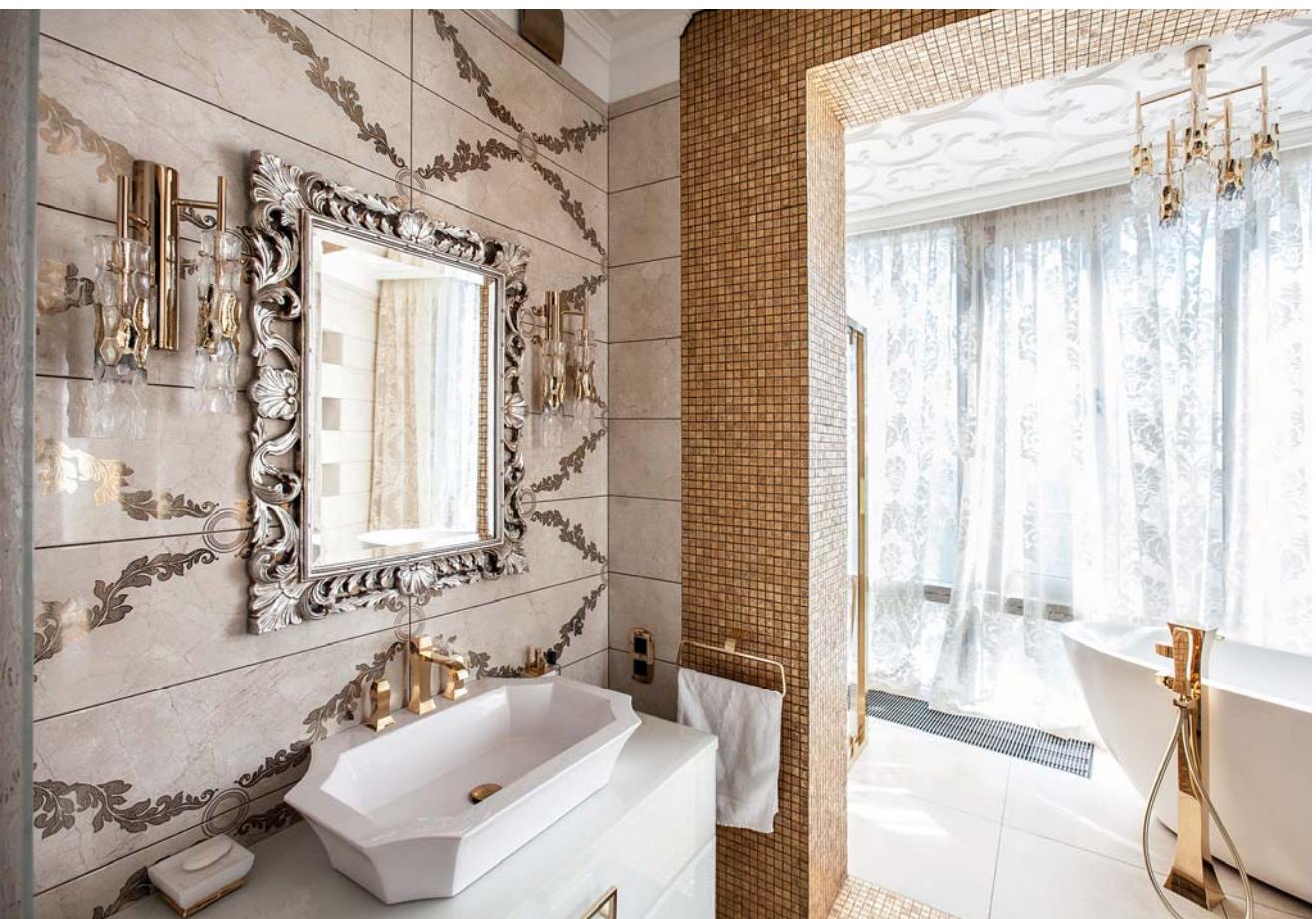
Е.Е. Действительно, есть вещи, на которых экономить нельзя. Они должны быть изначально хорошими, иначе впоследствии потребуют больших финансовых вложений, если заказчик захочет что-то переделать. Пол, двери, окна, кухня по определению должны быть качественными. Кухня – конструктивный элемент, достаточно сложный, мы им пользуемся больше всего, он несёт максимальные нагрузки. А всё остальное можно поменять: ту же мебель. Я говорю: даже если нет какой-то суммы, чтобы всё обставить, можно первое время пожить и на матрасе. Если есть пол, окна, двери, кухня – остальное дело на живое. И как показывает практика – заказчики соглашаются.

**ЛК Судя по всему, заказчики Вам полностью доверяют.**

Е.Е. Хочется верить, что да. После того, как достигнуто взаимопонимание: они видят, что я уловила их вкусы, предпочтения, порой даже скрытые пожелания, те, что они сами не осознают, но которые становятся для меня очевидными после обстоятельной беседы, я уже в этом не сомневаюсь. Я провожу личное тестирование, чтобы подробно и глубоко изучить человека, его предпочтения, интересы, увлечения. И поймав его «волну», я обычно слышу: делай, что хочешь! Часто бывает, что мы даже не успеваем доделать проект, а его заказчики рекомендуют нашу фирму своим друзьям, знакомым и партнёрам. Всё равно же видят, как мы работаем. Ведь помимо прочего в процессе мы так много рассказываем! Как один заказчик сказал: «Вы такие молодцы – ничего не скрываете». Да, мы обязательно информируем о «подводных камнях», аргументируем выбор того или иного материала, рассказываем абсолютно обо всех деталях проекта. К окончанию работ будущие жильцы имеют представление, как минимум, о тенденциях архитектуры и дизайна, как максимум, о технологиях, использованных на их объекте. Это часть моей работы: объяснить, почему это так, а не так. Один строитель сказал: «Я много видел проектов, у меня большой стаж работы, но такой детальный проект я вижу впервые. И такой интерьер я тоже вижу в первый раз». Речь о проекте, который нам пришлось перерабатывать, вернее сначала исправлять ошибки, сделанные до нас: и по вентиляции, и по электрике, переносить стены... Но когда мы закончили, я разместила его визуальную картинку на архитектурном сайте, и мне позвонил заказчик, попросил повторить те же самое в Москве. Но я не повторяюсь в работах, это мне не интересно.

**ЛК А что самое интересное для Вас в Вашей работе?**

Е.Е. Всё. Я свою работу даже как работу не рассматриваю, это для меня не работа, а сплошное удовольствие. От самого начала. Даже не от даты заключения договора, мы же сначала просто встречаемся с заказчиком, обсуждаем какие-то моменты,



выезжаем на объект – это уже всё интересно, приносит удовольствие. Ну а уж когда объект сдаёшь и видишь довольные лица... Когда видишь восторженные взгляды заказчика – для меня это такой бальзам! А ещё мне сложные заказчики интересны. Чем сложней задача, чем более искушённый заказчик, тем он мне более интересен. Я испытываю такой драйв, чтобы с первого раза ему понравилось то, что я делаю! Появляется азарт, и я себе такой большой жирный плюс ставлю: что я попала в точку!

#### ЛК Насколько Ваша семья участвует в работе архитектурного бюро?

Е.Е. Огромную техническую поддержку мне оказывает супруг – инженер по образованию и прозванию. Поскольку в строительстве он уже лет 25, я уверена, что он воплотит все мои архитектурные и дизайнерские решения, поэтому чувствую большую свободу при разработке проекта. Я не знаю ни одной технически сложной задачи, с которой мой муж бы не справился, именно он осуществляет разработку решений особо технически сложных элементов и узлов всех наших объектов, а самое главное ОН ВСЕГДА ЗНАЕТ КАК ЭТО ВЫПОЛНИТЬ, великолепно разбирается в технологиях – просто великолепно! И он считает, что если ты взял конкретную технологию, то ты её должен применить «от» и «до», иначе какой в ней смысл? Это будут просто зря потраченные деньги. Да, есть дорогие технологии, но они себя оправдывают. Мы взяли самые лучшие технологии на сегодняшний момент, которые уменьшают пространство на минимум. Словом, всё, что есть самого технологичного на сегодняшний день, стараемся применять.

**ЛК А дети разделяют Ваше увлечение дизайном интерьеров?**  
Е.Е. Хочу, чтобы дети сами выбрали свой путь, то, чем они желают заниматься. Но у дочери есть как раз интерес к нашей области, она будущий архитектор. Причём для того, чтобы стать хорошим архитектором, чтобы видеть, она пошла учиться на фотографа. И уже становится достаточно востребованым фотографом на данный момент, я даже боюсь, что она в это направление больше пойдёт. Она уже посетила большое количество профессиональных выставок в Европе. Несколько месяцев назад мы вместе прошли обучение в Milano Business School в Италии на тему HoReCa Workshop, который призван сблизить мир архитектуры с миром маркетинга – актуальные тенденции в проектировании отелей, баров, ресторанов. Обучение вели профессора известных специализированных вузов, включая Politecnico di Milano, архитекторы и дизайнеры, работающие с такими брендами, как Dior, Louis Vuitton, Hilton, Armani...

#### ЛК Что Вы больше всего цените в людях?

Е.Е. Профессионализм. И мне приятно, когда люди ценят меня как профессионала. Вот бывали клиенты, которые при первой встрече вели себя довольно высокомерно, но после одной-двух бесед появляется уважение к профессии, ко мне как к человеку, уважение к нашей команде, когда люди понимают и ценят, что ты для них делаешь. С нами люди меняются, и часто уже становятся нашими друзьями.



+7 927 206 43 01  
[egereva-design@mail.ru](mailto:egereva-design@mail.ru)  
[www.egereva.com](http://www.egereva.com)  
[www.holzkonzept.ru](http://www.holzkonzept.ru)  
<http://vk.com/albums101273330>

*Luxury Home*  
Архитектурное бюро Елены Егеревой

# ТАТЬЯНА МОКЛЕЦОВА

## ЭКОЛОГИЯ ДУШИ



«С ним можно идти в разведку». Так мы порой говорим, когда хотим обозначить высшую степень доверия к человеку. Доверия к нему как к личности, товарищу, который не предаст; к профессиональному, способному решить любые задачи и брать ответственность на себя.

Два года знакомства, общения и опыта организации совместных мероприятий с Татьяной Мокле佐вой, директором Фонда социально-экологической реабилитации Самарской области убедили меня в том, что с этим человеком можно идти куда угодно, будучи уверенной, что идёшь на доброе, хорошее дело с обязательным достойным результатом. Члены «Леди-клуба» также смогли в этом неоднократно убедиться, когда высаживали «Аллею Мира» в Загородном парке г. Самары, когда ездили на благоустройство «Графского родника» в Бахиловой Поляне, участвовали в восстановлении лесов в разных районах губернии, в других акциях и мероприятиях, организованных Фондом СЭРСО и при его участии.

Сегодня мы решили поближе познакомить читателей нашего журнала с этим искренним, ответственным человеком, настоящим экологом-энтузиастом и просто красивой женщиной.

БЕСЕДОВАЛА Юлия Галочкина  
ФОТО Юлия Максимова;  
из личного архива Т. Мокле佐вой

### В ЛЮБВИ И УВАЖЕНИИ

Родилась я на Волге, в сердце Самарской Луки – городе Жигулёвске. Мой отец был военным, поэтому наша семья – мама, я и брат – помотались вместе с ним по гарнизонам. Сейчас, к сожалению, его уже нет с нами, но он всегда остаётся для меня достойным примером человека, слова которого никогда не расходились с делом, задачи всегда имели своё решение, а проблемы людей никогда не оставляли его равнодушным и безучастным – за это он был любим и уважаем людьми.

Благодаря моим маме и папе я выросла в любви и уважении. Родители посвятили себя нам – детям. И я благодарна им за это, за их любовь и поддержку.

Любовь к своей малой и большой Родине, любовь к природе, осознание ценности и хрупкости всего живого – всё закладывается в нас с самого детства. И я с гордостью могу сказать, что да, я патриот своей страны и своего народа.

### МЕЧТА ИЗ ДЕТСТВА

С детства любила природу, животных, мечтала о собаке и хотела научиться играть на фортепиано.

Сейчас у меня есть замечательный друг – английский спрингер-спаниель. Это великолепное животное-компаньон. Он «влюблён» в людей, обожает детей и терпеливо сносит их активное внимание, обожает игры. Аристократичная внешность, умные «человеческие» глаза, бархатный нос, весело виляющий хвост и горячее беззаветно преданное сердце никого не оставляют равнодушным. Многие, встречая нас на улице, делают комплименты его грации; у кого-то он вызывает даже ассоциации с Д'Артаньяном из «Трёх мушкетёров». Есть, конечно, в нём что-то «французское». Покорил он и меня. Поэтому я не буду оригинальной, если поделюсь знакомым многим «собачникам» фразой: «Лучше собаки могут быть только две собаки!» Порода замечательная для семей с детьми и для содержания в домашних условиях. Но порода эта не относится к категории «модных». К сожалению, несмотря на то, что корни её уходят в XVIII-XIX век и эти собаки обожаемы в Европе, пока ещё не настолько распространена в России. Наша география – Питер, Москва, Калуга. В Самаре их нет. Теперь мечтаю о второй собаке. Пока сдерживают только возможность комфортного содержания второго питомца в городских условиях.

Поэтому другая моя заветная мечта – мечта об уютном доме за городом, в котором было бы комфортно всем: и дорогим для меня близким людям, и собакам.

### ПРИНОСИТЬ ПОЛЬЗУ

Решающим при выборе будущей профессии стала для меня возможность (какими бы, может быть, ни показались сейчас высокопарными мои слова) заниматься делом, приносящим пользу Обществу. Дважды закончила наш Самарский государственный университет: по первому образованию я – биолог-химик, по второму – юрист. И 15 лет посвятила работе в федеральных органах власти, пройдя путь от специалиста до руководящих должностей. Работа в государственных структурах дала бесценный опыт – это дисциплина, системность,



### Ценю в людях:

- ответственность;
- компетентность и профессионализм, стремление к саморазвитию;
- порядочность;
- человечность.

### Не приемлю в людях:

- фальшивь;
- лицемерие и подхалимство;
- безответственность.

### Любимые хобби:

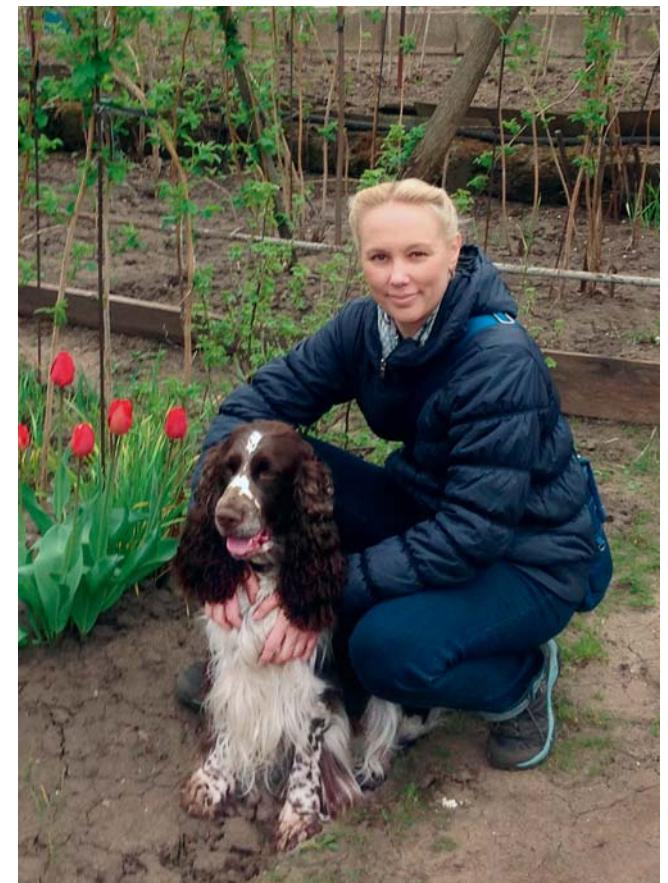
домашние животные, путешествия, дизайн.

### Любимые строки:

Николай Островский,

«Как закалялась сталь»:

«Самое дорогое у человека – это жизнь.  
Она даётся ему один раз, и прожить её надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы...»





ответственность, качество. Это широкий круг важных государственных задач в сфере охраны окружающей среды, экологического и технологического надзора, от современного и качественного решения которых зависели экологическая безопасность, безопасность технологических процессов, здоровье граждан.

**ОТ ЭКОЛОГИИ ПРОСТРАНСТВА – К ЭКОЛОГИИ ДУШИ**  
С 2015 года я возглавила Фонд социально-экологической реабилитации Самарской области. И это совершенно иной, но не менее интересный жизненный опыт. Это работа на переднем крае, с людьми, это ощущение остроты проблем и процессов, протекающих в обществе, формирование позитивных ценностных ориентаций и потребностей у жителей области, формирование экологической культуры, их приобщение к делу охраны окружающей среды, а в глобальном смысле – и нашего общего дома под названием «Планета Земля».

Фонд выступает элементом социального партнёрства между властью, бизнесом и обществом. Помогая предотвращать и решать возникающие экологические проблемы с учётом потребностей общества, объединяя усилия всех участников этого процесса. И главной наградой становится одобрение и поддержка жителями области наших проектов, готовность повторно становиться их партнёрами и участниками. Значит, нам доверяют, а это доверие дорогое стоит.

Мы дорожим своей репутацией и более чем двадцатилетней историей.

Девиз Фонда – «От экологии пространства – к экологии души!» Чисты помыслы и методы достижения целей – чисто и вокруг человека. А человек, воспитанный в любви и заботе об окружающем мире, о близких, о братьях наших меньших, человек, умеющий не только брать и разрушать, но и отдавать и созидать, гармоничен и богат душой. Рядом с таким человеком всегда энергетически «чисто», тепло и уютно. А если каждый найдёт это главное в себе и передаст своим детям – мы сможем сберечь и не нарушить хрупкий баланс жизненных сил нашей Планеты.

Большое начинается с малого. Экология начинается в душе и продолжается за порогом нашего дома. Начните с себя. И увидите, как мир преобразится. Оглянитесь – и увидите, как много таких же, как и вы, людей ищущих, думающих и небезразличных. Посадите дерево и оставьте на века добрую память потомкам. Тем и живём.

### Омар Хайям:

«Уж лучше будь один, чем вместе с кем попало...» и «Мне известно, что мне ничего не известно...»

### Пословица:

«Тот не ошибается, кто ничего не делает».

### Андрей Дементьев:

«Никогда ни о чём не жалейте вдогонку,  
Если то, что случилось, нельзя изменить.  
Как записку из прошлого,

грустъ свою скамкав,  
С этим прошлым порвите непрочную нить.  
Никогда не жалейте о том, что случилось.  
Иль о том, что случиться не может уже.  
Лишь бы озеро вашей души не мутлилось.  
Да надежды, как птицы, парили в душе.  
Не жалейте своей доброты и участья.  
Если даже за всё вам – усмешка в ответ.  
Кто-то в гении выбился,

кто-то в начальство...

Не жалейте, что вам не досталось их бед.  
Никогда, никогда ни о чём не жалейте –  
Поздно начали вы или рано ушли.  
Кто-то пусть гениально играет на флейте.  
Но ведь песни берёт он из вашей души.  
Никогда, никогда ни о чём не жалейте –  
Ни потерянных дней, ни сгоревшей любви.  
Пусть другой гениально играет на флейте,  
Но ещё гениальнее слушали вы».

### Мысли вслух:

...В любом деле важна душа. А содержание всегда важнее формы.

...Любая проблема – не проблема, а задача. А любая задача всегда имеет решение, нужно только как следует его поискать. По жизни близок афоризм Ницше: «То, что нас не убивает, делает нас сильнее...»

...Любой родитель богат своими детьми, а любой руководитель – своими сотрудниками. По моему стойкому убеждению, основанному на собственном опыте – важное слагаемое успеха в любом деле – команда профессионалов-единомышленников со сходной шкалой человеческих ценностей и мировоззрением. И я благодарна тем, кто учил и поддерживал меня; тем, кто создавал и тем, кто помогал преодолевать мне трудности, разделял со мной и радости побед, и горести поражений.

...Не разделяю утверждения «Pecunia non olet – Деньги не пахнут».

...Власть и государство должны работать «на» и «для» людей – рядовых граждан. Ведь именно в целях обеспечения реализации их прав и обязанностей, а также удовлетворения базовых потребностей жителей в безопасности, образовании, развитии, в здоровых и комфортных условиях жизни, в том числе прав на благоприятную окружающую среду, они созданы.

...В любом процессе для меня важны динамика развития событий, возможность роста, движения вперёд и созидания. Люблю интересные и ответственные задачи со сложными решениями. Тем ценнее достигнутые результаты и больше удовлетворения от проделанной работы.

### Мечта

Мечта по жизни – заниматься делом, которое давало бы возможность постоянного движения и развития и приносило бы пользу людям, обществу, государству.



# ПАТРИСИЯ КААС: Дисциплинированная авантюристка

ТЕКСТ И ФОТО Анатолий Семёнов

В декабре 1987 года она впервые поднялась на сцену самого престижного зала Франции – парижской ОЛИМПИИ. А уже через пять лет великий Лучано Паваротти лично пригласил её выступить вместе с ним. В 2012 году её концертный тур «КААС поёт ПИАФ» прокатился по 40 странам мира и продолжался целых два года. Её девять предыдущих студийных и пять концертных альбомов разошлись по миру гигантским тиражом в 18 миллионов экземпляров. А в ноябре 2016 года Патрисия Каас выпустила свой десятый студийный альбом под весьма «необычным» названием «PATRICIA KAAS» (Warner Music). Именно такой подарок она преподнесла самой себе к 50-летнему юбилею. Критики одобрительно назвали новую работу певицы «возвращением к истокам». И уже 25 марта 2017 года после концерта в Le Grand Rex ей был торжественно вручён за неё «Золотой Диск». Мадмуазель Каас является обладательницей музыкального «Оскара» за самый продаваемый альбом за рубежом, а также немецкой премии GOLDEN EUROPA и международной WORLD MUSIC AWARD как лучший исполнитель года. Конечно, на её счету и множество других солидных наград. И хотя эта хрупкая, элегантная и красивая женщина по факту давно является Гражданом Мира, но специально подчёркивает, что именно встречи с российскими поклонниками всегда доставляют ей особое удовольствие. Недаром в 2011 году ей даже вручили Почётный знак «За выдающийся вклад в укрепление культурных связей между Россией и Францией».

## ВЗЛЁТ

В детстве Патрисия была очень скромной и замкнутой девочкой. Самой младшей в шахтёрской семье француза-горняка Жозефа и немки-домохозяйки Ирмгард, где кроме неё обитало ещё шестеро детей. До школы ребята общались на немецком, что являлось нормой для Лотарингии. Увлечение Патрисии пением её мама поощряла с ранних лет. В детском репертуаре талантливой малышки присутствовали песни Далиды, Мириэль Матьё и Сильвии Вартан. Но даже в те годы она уже пела характерным «хриплым» голосом, который впоследствии будут сравнивать с голосами Марлен Дитрих и Эдит Пиаф. На свою первую сцену Патрисия поднялась, когда ей едва исполнилось восемь лет. Это случилось во время карнавала в родном городке Форбак, расположенном вблизи границы с Германией. Уже в девять лет девочка стала солисткой группы Black Flowers, где исполняла преимущественно популярные песенки в стиле «диско». А в возрасте тринадцати лет юная певица победила на музыкальном конкурсе и заключила свой первый в жизни

контракт с клубом-кабаре Rumpelkammer в немецком городе Саарбрюккене. Собственно говоря, именно с этого момента и началась профессиональная карьера будущей мировой звезды. Первые шаги Патрисии помогала делать её мать. Именно она научила дочку никогда не сдаваться. Поэтому ранняя смерть матери стала для девушки огромной потерей, но одновременно и дополнительным стимулом для достижения успеха. Вопреки всему и в память о матери, которая всегда мечтала сделать дочь знаменитой. Накануне нынешнего юбилея в интервью влиятельной газете LE FIGARO «обладательница самого яркого и узнаваемого голоса Франции» признавалась: «Мне всегда хотелось петь. При этом я никогда не испытывала чувства страха, когда мне нужно было подняться на сцену. Даже в годы моего детского дебюта».

В начале 1987 года её новоиспечённый продюсер Бернар Шварц заключает весьма удачный контракт Патрисии Каас со звукозаписывающей компанией POLYDOR. Уже в апреле она выпустила дебютный сингл «Мадмуазель поёт Блюз», с песней, мгновенно прославившей молодую певицу на весь мир. А 5 декабря 1987 года, прямо в день своего рождения, Патрисия впервые поднимается на сцену легендарного зала – парижской ОЛИМПИИ. В январе 1988 года выходит и первый альбом Каас «MADEMOISELLE CHANTE LE BLUES». Он моментально занял вторую строчку французского хит-парада альбомов и побил все рекорды, продержавшись там целых два месяца, 64 недели оставаясь в TOP 10 и 118 недель числясь в сотне лучших. По всему миру тогда было продано более трёх миллионов экземпляров дебютного альбома так ярко вспыхнувшей звезды. В том же году Каас выиграла самую престижную французскую музыкальную награду «Виктуар де ля Мюзик» в номинации «Открытие Года». А в 1990 году стартовало и первое мировое турне Патрисии Каас, продлившееся целых 16 месяцев.

И по сей день Патрисии Каас поёт о том, что лично её глубоко и по-настоящему волнует. Первая песня с нового диска назы-





Патрисия Каас в фильме Клода Лелуша «А теперь, Дамы и Господа»

вается «День и час» и возвращает нас к трагическим событиям ноября 2015 года, когда от рук террористов погибло 130 французов. «Эти песни отражают то, что я чувствую сегодня, – признаётся певица. – У меня за плечами тридцать лет карьеры, что придаёт мне уверенности. По-своему, я – народная артистка, и горжусь этим! ... Ну а осенью нынешнего года неугомонная Звезда опять планирует отправиться в большое концертное турне. «Лотарингский воробушек» снова стремится в полёт!

#### КИНО И МУЖЧИНЫ

К самой первой пластинке-синглу начинающей певицы приложил руку звёздный французский актёр Жерар Депардье, с которой Патрисию свёл один общий знакомый. В 1985 году он решил профинансировать её песню «Ревнивица», которая, хоть и не стала хитом, но зато послужила стартовой площадкой для её головокружительной карьеры. «Жерар искал тогда молодые дарования, – вспоминает Каас. – Мне же было девятнадцать лет и я выступала в музыкальном клубе, где он меня впервые и заприметил. Что немудрено, учитывая мои специфические голос и внешность. Видимо, всё вместе взятое Жерара и зацепило. А однажды раздался телефонный звонок: «Алло, это Ален Делон. Я хотел бы, чтобы вы прошли со мной по красной ковровой дорожке на кинофестивале в Каннах». Сначала я подумала про чай-то нелепый розыгрыш. Но это действительно оказалось Он. Причём, сначала я ему сказала: «Да!» Видимо, от потрясения. Но, как ни странно, чуть позже вынуждена была отказатьься. Вы не поверите, но я с ним тогда не пошла, поскольку усердно готовилась к своему самому первому мировому турне. И, тем не менее, потом мы стали очень близкими друзьями. Причём, мой тогдашний отказ никак не отразился на наших последующих отношениях. До сих пор мы искренне восхищаемся и любим друг друга. Однако любовь эта платоническая. В Делоне столько шарма, что совершенно невозможно не попасть под его обаяние. Наверное, это чувство близко к понятию «влюблённая дружба»...

...Жизнь полна всяческих сюрпризов. Например, я снялась в главной роли у Клода Лелуша в художественном фильме «А теперь, Дамы и Господа» (2002 г.). Моим партнёром стал Джереми Айронс (культовый английский актер. – Прим. авт.) Вообще жизнь меня всегда подталкивала в объятия восьмидесятилетних мужчин. Кстати, тот наш с ним

поцелуй в кадре был стопроцентно настоящий. Поскольку это первый фильм, в котором мне довелось сниматься, то я попросила режиссёра, чтобы всё было «по-взрослому» (смеётся). К сожалению, мы с Джереми давно не виделись. Обожаю своих друзей Робби Уильямса и Джорджа Клуни. С теми мужчинами, которые для меня были важными в жизни, стараюсь сохранять отношения. Но это лишь те, которые прошли через мою жизнь. Мне очень нравится сниматься в кино. Но в моей жизни слишком много времени занимает музыка. К тому же, я весьма требовательна. Ведь я снимаюсь не для удовлетворения каких-то амбиций, а для себя. Для личного самосовершенствования. Мне нужны хорошие сценарии и партнёры, хороший режиссёр. Когда все эти три компонента складываются вместе, то я с удовольствием готова сниматься. Ещё снялась у Тьерри Бинисти в фильме ASSASSINE («Убитая», 2012 г.). Там я играю современную деловую женщину, от которой ушёл муж, и она в одиночку воспитывает детей. В общем, мелодрама получилась...» Кстати, только во Франции премьеру картины посмотрели более пяти миллионов зрителей...

#### ПИАФ

Уникальное трибьют-шоу KAAS CHANTE PIAF (Каас поёт Пиаф) в 2012–2013 году прокатилось по многим мировым столицам. В Лондоне аншлаговое представление состоялось в главном зале Великобритании – «Альберт Холле» в сопровождении ROYAL PHILHARMONIC ORCHESTRA. Естественно, Патрисия Каас не обошла своим вниманием и Москву.

«Я очень ценою творчество Эдит Пиаф и пою её песни, при этом не подражая ей, – подчёркивает Патрисия. – Идея такого спектакля зрела давно, но я была ещё молода и не готова к тому, чтобы построить выступление целиком на песнях Пиаф. Теперь я уже взрослая женщина, повидавшая многое. Так же, как и у неё, у меня не очень счастливо сложилась личная жизнь. Конечно, чтобы петь Пиаф, потребовалась определенная смелость. Для меня очевидным вызовом было не только петь песни, которые знают повсюду в мире, но я ещё хотела сыграть её. И передать публике, что оначувствовала. Например, когда умер возлюбленный певицы Марсель Сердан. Кроме того, Эдит Пиаф играла в театре, и мне хотелось сделать номер, посвящённый этому периоду в её жизни. Спеть и сыграть Пиаф – таким был мой вызов. Здесь мне приходилось отдавать больше, чем обычно, делая вещи абсолютно для меня новые. Конечно, у каждого артиста свои таланты, но меня и раньше сравнивали с Пиаф. Я же пою её песни, потому что они мне очень нравятся и подходят ко мне голосу. Но, ещё раз подчёркиваю, делаю это абсолютно по-своему. Эдит Пиаф была великой певицей и личностью, очень сильной женщиной, которая в жизни много страдала. Конечно, меня жизнь тоже не раз испытывала на прочность. Например, я была ещё совсем молодой девушкой, когда потеряла маму. Страдания, которые выпали на мою долю, помогли лучше прочувствовать и глубину творчества самой Эдит Пиаф. А ещё мы похожи своим происхождением. Обе из бедных семей. Мой отец был простым шахтёром, и мне, как и Пиаф, приходилось тяжело бороться за свой успех. С другой стороны, Пиаф была женщиной крайностей, а я всегда таки более дисциплинированный и уравновешенный человек. Но как бы тяжело Эдит Пиаф ни приходилось в жизни, её песни всё же заставляют верить в лучшее. Помогают видеть свет в конце тоннеля. И это самое главное...»

#### ТЕКИЛА

Я и прежде знал, что Патрисия Каас нигде не расстаётся со своей мальтийской болонкой. На этот раз мне посчастливилось и лично познакомиться с этим очаровательным лохматым существом. «Она – моё дитя. Её зовут Текила, – говорит Патрисия. – Мне её подарили, когда я снималась у Лелуша в его фильме AND NOW... LADIES & GENTLEMEN. Почему вдруг – Текила? Во Франции есть давняя традиция – называть собак в соответствии с так называемой Буквой Года. 2000-й год, когда она родилась, проходил под буквой «Т». И я стала громко перечислять разные слова, начинаяющиеся с «Т»: томат, табель... Так вот, когда я произнесла «текила», она вдруг на это откликнулась и с того дня стала ТЕКИЛОЙ. С тех пор она постоянно со мной рядом, всегда рада меня видеть. Всегда довольна жизнью, и никаких тебе упрёков. Хотя ей, конечно, весьма непросто подстраиваться под мой сумасшедший ритм жизни. Она – моя любимица, лучший друг и ангел-хранитель. Текила сопровождает меня всегда, везде и всюду. Некоторые авиакомпании не очень этому рады, но зато я могу без проблем держать её на руках. Видите, какой у неё спокойный и идеальный характер. Просто – АНГЕЛ! Она абсолютно привыкла к моему распорядку, то есть в точности знает, когда пора есть, а когда уже спать. Из её кулинарных пристрастий могу с уверенностью назвать курицу. А вот у её хозяйки нет любимого блюда. Иногда это может быть паста, когда у меня совсем плохо со временем. Вполне подойдут бефстроганов, эскалоп и венский штрудель. А вообще больше всего мне нравится немецкая кухня, ведь всё-таки я наполовину немка. Из русской кухни хорошо знаю борщ и пилимени (дословно. – Прим. авт.) Иногда даже могу позволить себе немного вина, а вот к шампанскому совершенно равнодушна. И тут со мной Текила абсолютно солидарна!»

#### СЮРПРИЗЫ

«Я люблю находиться на сцене и выступать перед аудиторией, – признаётся Каас. – Всё это остро ощущается: ты что-то отдаёшь публике, и она отвечает тебе взаимностью. Но, с другой стороны, постоянные выступления сложны и, к примеру, сто (100!) концертов подряд – это всё же как-то тяжеловато. Нелегко каждую ночь засыпать в новой постели, поэтому



Патрисия Каас с Анатолием Семёновым

для меня крайне важно хотя бы периодически бывать дома. Гастроли – это очень непросто, но взамен ты получаешь массу положительных эмоций. Таким образом, существует как бы два полюса подобной жизни – изнуряющий режим и любовь зрителей. А ещё мне нравятся сюрпризы. Например, песня «Не позвонишь» (2008 г.), которую мне предложила с ними записать российская группа «УМАТУРМАН», оказалась просто великолепна. Это была нужная песня и в нужное время. Я сама себе сказала: «А давай-ка попробуем спеть её по-русски!» И ведь сделала это. Вот так всё просто получилось. Конечно, мне всегда легче петь по-французски, поскольку в этом случае не надо задумываться о произношении. Кстати, владею и немецким языком, но когда приходится на нём петь, мне всё-таки необходимо думать о том, насколько точно я произношу слова. При этом петь на русском мне было очень интересно. Просто обожаю петь песню «Мне нравится, что Вы больны не мной». Тем более, что люди на неё отлично реагируют. Получается, что я весьма авантюрный человек, коли не против разнообразных экспериментов. Естественно, когда к тебе приходит настоящий успех, ты невольно начинаешь задумываться: правильно ли будет, если я что-либо изменю. Но, с другой стороны, я любопытна. Мне нравится идти в ногу со временем и делать то, что чувствую. Понятно, что в творческих экспериментах всегда есть определённый риск, и порой близкие люди пытаются отговорить меня от каких-то шагов. Однако у меня достаточно сильный характер, чтобы сделать всё по-своему. Иногда что-то новое отнюдь не приносит коммерческого успеха. С другой стороны, я на сцене уже три десятка лет, и к моим творческим новаторствам публика относится вполне благосклонно. Наверное, это своего рода проявление уважения к моему опыту. Во всяком случае, мне хотелось бы в это верить. По-моему, чтобы оставаться в отличной форме, необходимо придерживаться элементарных правил. Прежде всего, быть достаточно дисциплинированной. Например, стараюсь ложиться спать, не делая перед этим ничего вредного. Есть увлечения. Я часто танцую, люблю заниматься спортом. Правда, всё-таки есть одна вредная привычка. Стыдно признаться: грызу ногти. Иногда. Но только когда стрессую. Зато почти не пью и совсем не курю. Ну одна вредная привычка, ведь это совсем немного. Не так ли? (смеётся) Ну а своей хорошей физикой я обязана маме с папой. Хотя красота у каждого из нас в голове. Все мы по-своему красивы!»



Патрисия Каас с Текилой

# «СЛАВАВТО» – ЭКСПЕРТНАЯ ПОМОЩЬ АВТОЛЮБИТЕЛЯМ

БЕСЕДОВАЛА Наталья Кутлина ФОТО Дмитрий Леонов

Каким бы аккуратным стилем вождения вы ни обладали, рано или поздно наступит момент, когда возникнет необходимость внепланового или капитального ремонта авто. Согласно статистике, около 50% из 40 миллионов зарегистрированных транспортных средств в России произведены раньше 2005 года. Такое положение дел диктует значительный спрос на обслуживание и ремонт автомобилей, и на запчасти к ним. И здесь вам помогут квалифицированные эксперты специализированной торговой сети «СлавАвто».

Елена Парашенкова, директор сети магазинов «СлавАвто» – яркая, красивая, уверенная в себе женщина, уже многие годы занимается таким нелёгким и ответственным делом. Что же повлияло на выбор Елены заняться автобизнесом – таким, казалось бы, мужским занятием?



Елена Парашенкова Этот выбор был очень неожиданным, на него повлиял мой супруг, который и начал деятельность по поставке запчастей для иномарок. Конечно, нужно было помогать развиваться, так мне и пришлось вникать в вопросы автобизнеса. Мы работаем вместе с супругом, я занимаюсь розничным направлением.

**ЛК Чем занимается ваша компания?**

Е.П. Наша компания «СлавАвто» уже 17 лет профессионально занимается поставкой на самарский рынок запасных частей для машин всех марок и модификаций ведущих мировых производителей. Найти запчасти можно в наших магазинах в самых разных частях города, что очень удобно, учитывая сегодняшние пробки на дорогах.

Мы оказываем действенную помощь в том числе и счастливым владельцам редких или раритетных авто, доставляя комплектующие под заказ.

Одновременно мы помогаем приобрести стильные аксессуары, косметические средства по уходу за автомобилем, профессиональные инструменты от ведущих мировых брендов.

Мы не на слышке знаем, как важна регулярная забота и грамотная эксплуатация любого транспортного средства. Оказывая всестороннюю поддержку автолюбителям, мы помогаем сохранить работоспособность техники на долгие годы!

**ЛК Как подбиралась ваша команда?**

Е.П. В основном это люди, которые любят компанию и клиентов, технически образованные и готовые быстро помочь в решении проблем автолюбителей. Мы регулярно проводим профессиональное обучение, чтобы сотрудники являлись экспертами в автомобильной отрасли, и наши клиенты были уверены в правильности подбора запчастей.

**ЛК Сейчас существует серьёзная конкуренция на рынке. В чём ваши преимущества?**

Е.П. Мы предлагаем быструю доставку, возможность любой формы оплаты, гарантию на всю продукцию и, конечно, широчайший ассортимент запчастей для иномарок в Самаре, большинство из которых Вы можете получить немедленно – непосредственно со склада.

На самом деле, конкуренты дают интерес к развитию, а наше отличие – это профессионализм сотрудников, своя транспортная логистика, доступные цены и заинтересованность в решении проблем клиентов.

**ЛК Елена, Вы по образованию психолог. Помогает ли это Вам в работе с клиентами, поставщиками, коллективом?**

Е.П. Да, я в каждом человеке вижу личность и стараюсь находить индивидуальный подход в общении. Мне легко давать сотрудникам определённую самостоятельность в работе. И, должна признаться, что я очень люблю своё дело и с каждым годом открываю всё больше возможностей для эффективной работы.

ЛК У вас пять розничных магазинов и интернет-магазин. Собираетесь ли вы и дальше расширяться, каковы планы в бизнесе?

Е.П. Да, безусловно, без роста развитие невозможно. В планах – расширение автоуслуг и ассортимента, улучшение качества сервиса. Планируем открыть магазины запчастей в каждом районе города, экономя время автовладельцев.

Мы не только максимально оптимизируем расходы своих клиентов, но и регулярно проводим скидочные программы и предлагаем поучаствовать в различных акциях.

**ЛК Современные женщины всё чаще предпочитают самостоятельно решать свои проблемы, в том числе с автомобилем. Существует ли в вашей компании какое-то особое отношение к авто-леди?**

Е.П. Буквально пару лет назад покупку запчастей и поездки в автосервис женщины поручали мужчинам. Сейчас тенденция поменялась, и клиентки самостоятельно приезжают к нам. Менеджеры «СлавАвто» помогают разобраться в проблеме замены деталей, разъясняют, что оптимальнее приобрести для конкретного автомобиля. А также всегда готовы на месте поменять и щётки, и лампочки, и аккумуляторы.

**ЛК Елена, любите ли Вы сами водить машину?**

Е.П. Мой водительский стаж – 20 лет, я люблю управлять автомобилем и считаю, что женщине в современное время авто очень выручает. Женщине необходимо быть мобильной, чтобы суметь вовремя всё выполнять, облегчая труд мужчины и ограждая себя и свою семью от лишних проблем. Многие мои подруги счастливы за рулём, тем более что управлять современным, комфортным, высокотехнологичным автомобилем – настоящее удовольствие.

**ЛК Елена, давайте дадим несколько советов женщинам, как совместить бизнес, карьеру и семью? Каков Ваш рецепт? Что придаёт Вам силы?**

Е.П. Я стараюсь сочетать несколько ролей. Необходимо быть и мамой, и подругой, и женой, и бизнес-леди практически одновременно. Второе – это идеальный тайм-менеджмент в будни, а выходные распланированы так, чтобы полностью проводить их с семьёй.

Мне нравится заниматься самообразованием, придумывать что-то новое. Я увлекаюсь чтением и кулинарией, люблю обустраивать дом, получаю эстетическое удовольствие от красивых перемен в жилом пространстве. Путешествия – важная часть моей жизни, и они вдохновляют на дальнейшую продуктивную работу.

**ЛК Что бы Вы пожелали нашим читательницам?**

Е.П. Желаю всем девушкам быть уверенными и при этом оставаться женственными. И ещё: женщина обязана быть счастливой и чаще улыбаться! Если у тебя хорошее настроение, то и задачи решаются проще.



**Магазины  
запчастей для иномарок  
«СлавАвто»**

**Адреса:**  
г. Самара  
ул. Юных пионеров, д.125  
+7 (846) 201 50 05

г. Самара  
ул. Владимирская, д.29а  
+7 (917) 810 12 20

г. Самара  
пр. Ленина, д.17а  
+7 (846) 265 19 20

г. Самара  
ул. Красноармейская, д.76  
+7 (846) 201 20 19

г. Самара  
ул. Бубнова, 2а  
+7 (846) 203 05 50

# РАЗРЕШИ СЕБЕ ТВОРИТЬ!



БЕСЕДОВАЛА Юлия Галочкина  
СТИЛЬ, ПРИЧЁСКА N.Beketova's Salon

Очень приятная тенденция наблюдается сегодня в нашей стране – массовый интерес людей к творчеству, к искусству. Этот интерес выражается не только в длинных очередях на выставки знаменитых художников, но и в стремлении людей что-то сделать своими руками, создать своё личное произведение искусства. А когда есть спрос – следует и предложение. Арт-студии, мастерские, музеи и картинные галереи приглашают на мастер-классы по живописи, керамике, изготовлению предметов декора и другим творческим занятиям. Как же не растеряться в выборе места приложения своих талантов? Этот вопрос мы задали руководителю арт-студии «Страна Чудес» Наталье Стукаловой.

**Наталья Стукалова** Действительно, интерес людей к творчеству возрастает с каждым годом, это очень заметно. В нашем советском прошлом мы все шили, вязали, пекли, мужчины что-то мастерили, – словом, все умели что-то делать своими руками. Позже, в 90-е годы, это стало немодным, ненужным. Стране было не до творчества, менялись ценности и приоритеты.

К счастью, сейчас интерес к творческой самореализации возвращается в жизнь людей, причём уже на новом уровне: больше стало материалов, возможностей, и всем хочется уже не просто чем-то заниматься, а создать действительно произведение искусства. Люди начинают тонко чувствовать и творчество в целом, и искусство. Им хочется выражать себя, но выражать себя с умением, со знанием дела, красиво. А если ты знаешь основные правила и приёмы: сочетание цвета, построение композиции и так далее, то, обладая этими знаниями, уже можешь их применить во многих областях своей жизни, начиная от расстановки мебели в доме до оформления ужина. Ну и, соответственно, наблюдая такой интерес к творчеству, появляется очень много предложений, где готовы людей этому обучить. И не просто обучить, а вовлечь в образующиеся сообщества по интересам, ведь людям очень хочется живого общения и совместной деятельности. Потребность в этом есть – проводить приятно время в кругу единомышленников, заниматься чем-то прекрасным, получив в итоге некий результат. Таким образом, человек наполняется положительными эмоциями и может дальше их по жизни нести.

И как всегда бывает, когда предложений очень много, то мы должны уметь выбирать. Что предлагается у нас на рынке? Если говорить о рисовании, то предложение, которое сегодня есть, носит в основном развлекательный характер: я совсем не умею рисовать, я пришёл – ушёл с картиной. Это основной запрос потребителя. А дальше уже выстраиваются методики, способные этот запрос удовлетворить; создаётся нужная атмосфера, и всё получается! Но, конечно, при правильном подходе и профессионализме. Чтобы получить тот самый желаемый хороший результат, нужно идти к специалисту: это обязательное условие. Кроме этого стоит понять, что же вы хотите: приятно провести время в большой компании, не выдвигая слишком большие требования к результату своего творчества, или вы хотите серьёзно погрузиться в процесс с акцентом на качество своей работы. Во втором случае могут помочь пошаговые мастер-классы, когда вы вместе с преподавателем рисуете всей группой одну картину. Конечно, об индивидуальности в данном случае речь не идёт, но при этом у вас максимально снимается тревожность, потому что вы гарантированно сделаете достойную работу. А, походив на подобные мастер-классы, выбирая разные по стилю, по способу рисования картины, можно расширить свой инструментарий. Ты будешь себя чувствовать более уверенно и, возможно, уже сможешь сделать что-то самостоятельно.

Ещё вариант – это когда вы приходите к художнику (это могут быть и групповые занятия, и индивидуальные) и делаете ту работу, которую вы хотите. И здесь всё зависит от умения самого мастера, который с вами работает. Сможет ли он подстроиться, почувствовать вас и совместно с вами создать эту работу. Или, например, вы хотите научиться рисовать в определённой манере, тогда лучше идти к такому мастеру, который в данной манере пишет, чьи работы вам нравятся.

**ЛК** На каком из вышеперечисленных вариантов специализируется «Страна Чудес» Натальи Стукаловой?

**Н.С.** На всех. Но мы любим камерность. Никак не могу себя заставить работать на большую компанию. Потому что для меня очень важен контакт с каждым человеком. Даже если это пошаговый мастер-класс, хочется каждому человеку в глаза смотреть, видеть его реакцию и понимать, что он в этот момент испытывает и чувствует. Ведь наша задача – чтобы человек получил положительные эмоции. И я очень люблю, когда все делают что-то разное. Для преподавателя это сложно, не все это умеют. Но я могу, и мне это доставляет удовольствие, поскольку даёт возможность самой развиваться как педагогу.

**ЛК** А есть ли моменты в вашей сфере, которые огорчают?

**Н.С.** Профессионализма мало, очень много дилетанства. У каждой студии, у каждого художника должно быть своё лицо. Своя особенность, своя фишка, можно сказать. Что-то такое, что её отличает, выделяет из других предложений и других студий. Ведь сейчас многие этим занимаются, не обладая необходимой классификацией: модно, классно идёт – значит, можно деньги зарабатывать. А отсутствие квалификации приводит к тому, что они, скажем мягко, «копируют» чужие идеи. Выкладывая программу в Интернете, порой видишь, как кто-то предприимчивый тут же предлагает твою программу, но уже от себя. При ближайшем рассмотрении всё, конечно, не так, но потребителю трудно разобраться в степени профессионализма педагога; часто просто идут туда, где дешевле. Люди в любом случае не получают тот объём услуг, который предлагается за большую стоимость, теряют и на качестве материалов, и на качестве преподавания.

Но не будем о грустном, главное – это интерес людей к искусству. Это очень здорово, очень хорошая тенденция – то, что люди интересуются художниками, разными стилями и направлениями. Всё это говорит о духовном росте общества. Когда я заканчивала училище, наша специальность сокращалась в школах и считалась ненужной. Обучение творчеству и вообще рисование, что это – жизненно важная вещь? Зачем обучать детей рисованию? А сейчас подход к этому меняется. Возвращается тот, который был когда-то, когда правильным считалось каждой девушке уметь музенировать, петь, рисовать. Это её обогащало, развивало её душу, она могла чем-то поделиться и украсить мир вокруг себя. Сейчас это снова приходит в нашу жизнь. И радует, что именно взрослые себе это разрешили! Буквально лет шесть назад к нам шли в основном дети: как-то родители всё вкладывали только в своих чад, а сегодня наконец-то и взрослые, люди солидного возраста начинают просто разрешать себе творить.

Некоторые клиенты говорят: «Ой, мы посмотрели в Интернете фотоотчёты, где пенсионеры рисуют; вот, думаем, когда будем пенсионного возраста – тоже пойдём рисовать!» Ну зачем так долго ждать – идёмте рисовать сейчас! Нужно разрешить себе, сказать, что я тоже это могу! Психологи говорят, что во времена кризиса, когда тяжело, когда идёт борьба за выживание, то именно арт-терапия помогает человеку справляться с накопившимся стрессом. Это наше спасение. Конечно, можно и нужно рисовать дома, если не получилось, вы разочаровались – ни в коем случае не бросайте, а просто ищите профессионалов, которые не навязчиво, позволяя чувствовать себя творцом – помогут! Когда ты удовлетворён результатом и при этом приятно провёл время – всё у тебя хорошо! Такая важная у нас миссия сейчас: не только обучить людей на художников, сколько дать возможность человеку отдохнуть душой, порадоваться процессу творчества и его результату.

# КАЧЕСТВЕННАЯ БАЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МАСТЕРСТВА

**HALZOVA  
SCHOOL**

ТЕКСТ Дарья Галочкина

Когда человек достигает высокого уровня мастерства в своём деле, часто приходит понимание, что этим мастерством следует поделиться с другими. Тем более, когда природа одарила не только умением качественно делать своё дело, но и умением доступно и грамотно объяснять ученикам все тонкости профессионального мастерства.

**Марина Хальзова**, владелица салона красоты «HALZOVA BEAUTY LOUNGE», пришла к мысли о создании собственной школы парикмахерского искусства, когда убедилась, что молодым мастерам часто не хватает знаний о самых базовых основах профессии, о тех мелочах и нюансах, которые и выдают истинного профессионала своего дела.



**ЛК** Марина, в чём особенность обучения в вашей школе парикмахеров?

**Марина Хальзова** Особенность «HALZOVA SCHOOL» в том, что её цель – заложить качественный фундамент для дальнейшего развития. Опыт работы с молодыми мастерами показывает, что креативный, с прекрасным воображением парикмахер пойдёт не знает элементарных основ колористики, особенностей положения рук, тела при работе с клиентом и прочих важных нюансов, что, конечно, сказывается на результате. Необходимо заложить правильную базу с тем, чтобы мастер в дальнейшем чувствовал себя удобно, работа была качественной. Люди часто не понимают, почему у них не получается тот или иной результат. А когда есть качественная, правильная база – на неё творчество уже накладывается само собой. Моя цель – подготовить хороших парикмахеров, которые добросовестно относятся к своей работе.

**ЛК** Что Вы вкладываете в понятие «добросовестная работа»?

**М.Х.** Помимо мастерства, творчества, есть очень важные аспекты в нашей профессии, которые отличают настоящего профессионала, говорят о его уважении и к себе, и к клиентам. Например, я даю понятие о том, как правильно делать санитарную обработку инструментов, насколько это важно. Этому я уделяю очень много внимания на своих занятиях. Рассказываю про растворы, сколько этапов должны все инструменты обрабатываться, чем чревато для самих же мастеров, если они недостаточно щепетильно будут к этому процессу относиться. Важно, чтобы специалисты всегда были чистые, опрятные, аккуратные. Мы находимся в близком контакте с клиентом и должны производить только самое приятное впечатление.

**ЛК** Как проходят занятия в школе?

**М.Х.** Занятия проходят в формате круглого стола. В группе – 6 человек: это оптимальное количество для того, чтобы каждому можно было уделить достаточно внимания. В начале мы за чаем, за милыми беседами затрагиваем, можно сказать, философские аспекты. Говорим о том, кто такой парикмахер, как он должен себя подавать, относиться к своей работе; что нужно делать для того, чтобы понять клиента; как правильно задавать вопросы, как с клиентом выстраивать взаимоотношения. Далее у нас чередуются теоретические и практические занятия. Мы обсуждаем тему и затем её отрабатываем на практике. Сначала – друг на друге. Разыгрываем сцены, когда один – в роли клиента, другой – в роли мастера. Человек в роли клиента начинает чувствовать на себе все особенности работы мастера,



что очень способствует дальнейшему взаимопониманию и корректирует возможные недочёты.

Также на занятиях мы учимся заполнять технические карты на каждого клиента, куда включаем информацию обо всех процедурах, которые с ним производили, рецептуру окрашивания с точностью до грамма.

На занятиях по колористике мы рисуем, приходим к пониманию, что такое цвет. Это один из самых подробных разделов, в котором разбираем очень много деталей. А наша профессия – она и состоит из деталей, из мелочей. И именно в эти мелочи я углубляюсь, пытаюсь научить мастеров важным нюансам в нашей работе.

**ЛК** Сколько длится курс занятий в вашей школе?

**М.Х.** Занятия проходят в три ступени. Первый курс – три месяца – базовый. Затем – продвинутый, где изучаются более сложные техники, и третий – уже курс стилистики, творческий курс.

**ЛК** Судя по видимому энтузиазму, с которым занимаются ваши молодые мастера, занятия в школе не только полезны, но и интересны.

**М.Х.** Меня очень радуют заметные успехи учеников, их азарт и жажда познаний, положительные отзывы об их работе. Особенно приятно, что они действительно уделяют много внимания всем важным деталям в работе. Честно говоря, я бы сама хотела, чтобы на заре моей карьеры кто-то меня научил таким мелочам и нюансам. Сама я шла к этому лет семь, отрабатывая многие техники, нарабатывая культуру общения. Всё это доказало свою успешность, и свой положительный опыт я и хотела бы передать своим ученикам.

# N. BEKETOVA'S SALON



Наталья Бекетова, директор:

– Главный секрет успеха – любовь к людям, замечательный коллектив, трудолюбие и непрерывное движение вперёд!



Мария Дымова, старший администратор:

– Работа в команде под чутким руководством Натальи Бекетовой даёт возможность мне учиться новому, развиваться, знакомиться с удивительными и интересными людьми!



Альбина Макарова, мастер-стилист:  
– Мне приятно работать в команде творческих, увлечённых людей, которых объединяет стремление делать людей счастливыми!



Александра Плетинецкая, мастер по прическам, lashmaker, визажист:  
– Моя задача – это счастливые улыбки на лицах наших любимых клиентов!



Анна Карапетян, мастер-стилист, визажист, бровист:

– Мой девиз – любознательность и желание учиться новому!



N. Beketova's Salon  
Самара, Ленинская, 202  
+7 846 212 05 12

Татьяна Чекулаева, мастер-стилист:

– Люблю свою работу, она приносит мне удовольствие, комфорт и удивительные встречи.



**НАША ЗАДАЧА –  
ДЕЛАТЬ ЛЮДЕЙ  
СЧАСТЛИВЫМИ!**



# ШЕДЕВРЫ Denisa ВЕЧЕРНЕЙ МОДЫ



БЕСЕДОВАЛА Наталья Кутлина

ФОТО Аркадий Скворцов, из личного архива студии

**ЛК** Как вы пришли к вашей профессии, что или кто повлиял на её выбор?

**Оксана** Родилась в Самаре. В 1993 году закончила колледж лёгкой промышленности. Открыла свою мастерскую, и это стало делом жизни. Вышла замуж, родила троих детей. Со временем появился семейный бизнес – банкетный зал. Логично возникло новое направление в работе и творчестве – создание свадебного интерьера. Работа с молодыми парами (влюблёнными и счастливыми) вдохновило меня внести в их жизнь ещё больше красоты. Тогда и появилась мечта открыть свой салон свадебной и вечерней моды.

**Татьяна** Я родилась в маленьком городке Стерлитамак, в Башкортостане. Поздний, но долгожданный ребёнок. Шить себе и куклам начала с 6 лет, а в старших классах ходила в школу уже в «своих» нарядах. С поступлением вуз (а я закончила Поволжскую государственную академию телекоммуникаций и информатики) шитьё пришлось немного отодвинуть. Но потом, будучи в декретном отпуске со вторым малышом, я стала искать занятие по душе и, конечно же, опять пришла к шитью. Именно тогда появились первые заказы, и всё чудесным образом стало получаться. Когда детки подросли, открыла своё ателье-студию Denisa (название – по фамилии отца – Денисов).

**ЛК** Как подбиралась ваша команда?

**Татьяна** Мы с Оксаной познакомились на XVI Фестивале моды и театрального костюма «Поволжские сезоны Александра Васильева» в 2016 году. Там мы были гостями мероприятия. Стали общаться, и оказалось, что у нас общие цели и мечты. Решили, что вдвоём мы сможем сделать больше для достижения желаемого. Теперь мы работаем вместе, поддерживаю, а иногда и подталкивая друг друга. Бывают, конечно, и разногласия (мы же люди творческие, у каждого – своё видение), но нам всегда удаётся прийти к общему решению, ведь для нас главное – сделать счастливыми наших клиентов. И у нас это получается. Мы идём к нашей большой цели – к созданию Дома Свадебной и Вечерней моды в Самаре.

**ЛК** Откуда черпаете идеи для коллекций? Откуда является вдохновение?

**Татьяна** Наши клиентки – успешные и красивые женщины. Они добиваются высот не только в бизнесе и работе, но и в делах семейных. Все они – прекрасные мамы и жёны: до-

брьи, нежные, заботливые. Нам очень хочется радовать наших клиентов красивыми стильными нарядами. Именно это и вдохновляет нас на новые идеи. Создание и пошив платьев для меня – любимое дело. Каждое утро я просыпаюсь и с радостью «лечу» на работу, думая о своих любимых девочках-клиентках, которые ждут от меня внимания, понимания и... красоты.

Основное наше направление – это вечерние платья. Мы создаём наряды, сочетающие в себе строгую классику и оригинальные необычные идеи. Сочетание цветов и стилей, необычные элементы края позволяют создавать настоящие шедевры. Каждое вечернее платье имеет свою «изюминку», эксклюзивную и неповторимую. В роскошных длинных платьях наши клиентки засверкают новыми неожиданными гранями своей красоты и – уж точно – не останутся незамеченными. Восхищённые взгляды противоположного пола только подчеркнут уверенность в их неотразимости.

**Оксана** Также мы занимаемся созданием эксклюзивного женского белья на самый взыскательный вкус. В процессе работы используем ткани от лучших производителей. Наша цель заключается в том, чтобы каждый клиент остался доволен результатом, а созданный нами наряд стал любимым!

**ЛК** Встречи с какими людьми или какие события оставили положительный след в вашей жизни?

**Татьяна** Знакомство с директором продюсерского центра «LiMa» Лилией Манаевой задало нам направление к созданию коллекции вечерних платьев Diamond Shine, которую мы показали на конкурсе красоты «Миссис Самара 2017». 12 прекрасных финалисток конкурса представили нашу коллекцию. В ближайших планах – участие в качестве партнёра конкурса «Миссис России Мира», который состоится 3 июня 2017 г. Сейчас мы создаём коллекцию вечерних платьев для 45 финалисток со всей России. Для нас радостно, что данные конкурсы красоты являются показателями того, что замужняя женщина и мать не перестаёт быть социально активной. Наоборот, этот статус не ограничивает возможности самореализации, а только украшает женщину.



**Оксана** Да, мы благодарны Лилии за возможность продемонстрировать свои силы, умения, талант. Очень приятно осознавать, что в нашей непростой и суровой жизни встречаются такие люди, как Лилия, которые готовы помочь, направить, подсказать. Которые радуются нашим достижениям вместе с нами.

**ЛК** Что бы вы хотели пожелать нашим читательницам?

**Татьяна** Хотим, чтобы на их жизненном пути встречались только светлые и искренние люди, готовые поддержать не только в радостную, но и в трудную минуту.

**Оксана** Ну и, конечно же, оставайтесь всегда красивыми. А мы готовы вам в этом помочь!

## Ателье-студия Denisa

Самара, Дачная, 28, офис 8

+7 917 039 41 93

@atelier\_denisa

vk.com/denisova111

vk.com/denisa\_show\_room



# ИРИНА БЛИНОВА: «СОБАКИ И КОШКИ – ЛУЧШЕЕ ЛЕКАРСТВО НА СВЕТЕ!»



ФОТО Елена Валерьева [vk.com/id16333126](http://vk.com/id16333126)

Всем известно, что одной из главных составляющих благородства и принадлежности к категории леди является доброта и сострадание. Сострадание к тем, кого судьба обделила счастьем и благополучием. Состраданием к бездомным животным. Если бы не наша замечательная Юля Галочкина, чьего сердца хватает на всех несчастных и обездоленных, приют «Участие» не выжил бы в сложившейся ситуации: снос, переезд и необходимость строительства. Благодаря ей «Участие» приобрело новых друзей и помощников. Мы здесь, чтобы сказать спасибо. И не только!

Милые леди! Пусть не будет в вашей жизни проблем и сомнений. Но! Если вам плохо или грустно, вас терзают тяжкие мысли и переживания, приезжайте в приют. Собаки и кошки – лучшее лекарство на свете: облизнем, зацелуем и сделаем вас счастливыми! Звери ждут всех неравнодушных. А таких в «Леди-клубе» немало. И одна из самых любимых – Наталья Носова. Трудно представить степень занятости директора и ведущей актрисы театра. Ещё сложнее оценить, что при этом она успевает думать о том, что кто-то ждёт её помочи и не забывает помочь! «Участие» никогда не забудет подвига Натальи Носовой – спектакля «Я – собака», сыгранного в пользу приюта, мешки корма в самые сложные времена и копилочки у кассы, где каждый месяц собираются деньги на еду и лечение питомцев. Эти монетки и купюры кладут люди, доверяющие Наталье Юрьевне, настоящей леди, человеку, существующему ради того, чтобы делать жизнь вокруг светлее.

Спасибо всем, кто нам помогает, и приглашаем к нам в приют «Участие», где вас ждёт радость общения с самыми бескорыстными и полными любви созданиями, способными сделать счастливым каждого из вас!

С уважением, Ирина Блинова.



#### Наши контакты:

Позвонить в приют:

+7 846 989 03 89

+7 917 106 07 22

+7 846 231 21 22

#### Наши реквизиты:

Номер Билайн: +7 962 605 89 89

Номер МТС: +7 987 43 88 555

(Номера не для звонков, на них вы можете перечислять средства)

#### Карта Сбербанка

№ 4276540012115626

Имя держателя Olga Shebueva

#### 00 ОЗАЖИ «Участие»

Яндекс-кошелёк: 410011094778728

#### Расчётный счёт:

ИНН 6311092090

КПП 631101001

р/с 40703810706010000003

в филиале «Самарский»

АО «ОТП Банк» г. Самара

Гарантия стабильного будущего

## ОБРАЗОВАНИЕ ЗА РУБЕЖОМ



Фото предоставлено  
EU Business School

**Австралия, Великобритания, Германия, Греция, Ирландия,  
Испания, Италия, Канада, Кипр, Китай, Мальта, Нидерланды,  
Новая Зеландия, США, Таиланд, Франция, Чехия, Швейцария и другие**

- УНИВЕРСИТЕТЫ И КОЛЛЕДЖИ
- СРЕДНИЕ ШКОЛЫ
- ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА, СТАЖИРОВКИ
- ЯЗЫКОВЫЕ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ
- СТИПЕНДИИ И ГРАНТЫ



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР  
**ОПТИМА СТАДИ**

Самара 8 (846) 270 95 99  
8 (917) 118 59 40  
Казань 8 (917) 275 67 37  
[www.optimastudy.ru](http://www.optimastudy.ru)

г. Самара, Часовая, 6

Москва, Самара, Казань, Ульяновск, Тольятти



Чёрная икра содержит около 30% легкоусвояемых белков и до 13% жиров. Также икра содержит лецитин (в зависимости от вида 1-43%), фолиевую кислоту, витамины группы В, А, D, Е, ценные аминокислоты. Присутствуют в икре и минералы: калий, кальций, магний, натрий, фосфор, марганец, железо, кремний, цинк, йод.

© +7 927 762 52 09  
[www.volzhskyosetr.ru](http://www.volzhskyosetr.ru)  
[vk.com/volzhskyosetr](http://vk.com/volzhskyosetr)  
Группа в Facebook: Волжский осётр

# ЦАРСКИЙ ПРОДУКТ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И КРАСОТЫ

В 2015 году в Самаре была организована ферма по выращиванию рыб осетровых пород и производству чёрной икры. Одна из основных задач самарских предпринимателей – председателя Самарского регионального профсоюза предпринимателей Владимира Симбиркина и эколога, кандидата биологических наук, профессора РАН Оксаны Ковнир – возрождение исконных традиций и возвращение на столы россиян традиционных продуктов – осетрины и чёрной икры.

Конечно, осетрину всегда называли царь-рыбой и во многом благодаря её ценным качествам. Давно было замечено, что употребление этой рыбы способствует общему оздоровлению организма, улучшению состояния кожи, волос, костей. Издавна чёрная икра считается одним из наиболее питательных и сбалансированных продуктов. Она вкусна и полезна одновременно. Ценность и польза чёрной икры заключается в том, что в ней присутствуют практически все элементы и витамины, необходимые для нормального развития человеческого организма.

На самарской ферме «Волжский осётр» рыба содержится в идеальных экологических условиях УЗВ (установки замкнутого водоснабжения). В компании очень тщательно подходят к выбору и проверке качества корма. Соответственно, и икра от этих рыб является экологически чистым продуктом. Живая, не пастеризованная, не содержит консервантов.

Чёрная икра – отличное общеукрепляющее и профилактическое средство. Эффективная польза чёрной икры – в таких минералах, как йод, фосфор и кальций, а также в полезных полиненасыщенных жирных кислотах Омега-3 и Омега-6, входящих в состав белка. Эти элементы благотворно влияют на работу головного мозга, улучшают память, повышают иммунитет, значительно уменьшают риск образования тромбов, улучшают кровообращение. Весьма полезна чёрная икра для людей, склонных к заболеваниям сердечно-сосудистой системы; в результате её употребления в умеренных дозах в разы снижается вероятность сердечных недугов. Жирные кислоты Омега-3 и Омега-6 препятствуют образованию раковых опухолей, стабилизируют состояние и функционирование нервной системы, укрепляют иммунитет. Помимо этого, очень полезна чёрная икра для зрения. Сегодня существует немало косметологических средств, в составе которых присутствует икра. К тому же, этот продукт – сильнейший афродизиак, стимулирующий выработку серотонина и тестостерона.

Таким образом, чёрная икра «ВОЛЖСКИЙ ОСЁТР» – это не просто роскошный гастрономический продукт, это бесконечная польза для здоровья и красоты.

+7 (846) 270 40 40



[www.sputnik-germes.ru](http://www.sputnik-germes.ru)

ЧЕРНОГОРИЯ ИЗ САМАРЫ  
каждую субботу



ТОЛЬКО НА ВЫЛЕТЫ 27 МАЯ И 3 ИЮНЯ  
на 8 дней – стоимость от 30 000 руб./чел.

## ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ОФИС:

Самара, ул. Ленинская, 166

тел.: 270 40 40

[www.sputnik-germes.ru](http://www.sputnik-germes.ru)

## ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ОФИСЫ В Г. САМАРА:

Молодогвардейская, 216, тел.: 201 20 88

XXII Партизанский, 13 (ст. метро ПОБЕДА)

тел.: 300 22 16

Максима Горького, 103 (напр. Речного вокзала)

тел.: 300 22 30, 300 22 50

# 100% НАТУРАЛЬНЫЕ ЭФИРНЫЕ МАСЛА ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО КЛАССА

*и продукты на их основе от компании dōTERRA®*



Сергей Немировский  
dōTERRA®  
Wellness Advocate

По всем вопросам приобретения продукции Компании dōTERRA® в России обращайтесь по следующим координатам:

✉ sln280757@gmail.com  
📞 +7 925 545 6082  
Skype: sergey.nemirovskiy



Эфирные масла – это натуральные ароматические соединения, содержащиеся в семенах, коре, стеблях, корнях, цветках и других частях растений. Если вам когда-нибудь доводилось ощущать благоухание роз или нюхать свежесрезанную мяту, то вы уже знакомы с ароматическими свойствами эфирных масел. Эти масла способны поднять настроение, успокоить нервы и вызвать мощные эмоциональные реакции. При этом применение эфирных масел простирается далеко за пределы использования их ароматических свойств. Весной 2008 года в штате Юта (США) группа профессионалов в области здравоохранения и бизнеса пришла к идее создания

нового стандарта эфирных масел. В результате целенаправленной и эффективной работы, объединив усилия с ведущими врачами и учёными, они основали Компанию и назвали её dōTERRA®, от латинского «Дар Земли». 25 апреля 2008 года Компания выпустила в продажу свою первую продукцию и сразу же получила признание среди экспертов, которые отметили высочайшее качество эфирных масел от dōTERRA®.

Эфирные масла dōTERRA® производятся по Стандарту Чистого Терапевтического Класса (CPTG® – Certified Pure Therapeutic Grade) и представляют собой наиболее безопасные, чистые и полезные эфирные масла, из всех доступных на сегодняшний день. При производстве масел сохраняется тот же композиционный состав растения, каким он был создан самой Природой. Они осторожно и умело дистиллированы из растений, которые были собраны производителями из разных стран мира, от Омана до Корсики, от Шри-Ланки до Франции, в идеальный момент их роста. Ароматические соединения извлекаются из растений и подвергаются тщательному химическому анализу, чтобы обеспечить как чистоту экстракта, так и силу свойств каждой партии масел.

Эфирные масла широко используются для психоэмоциональных и физических оздоровительных процедур. Они применяются по отдельности или в смесях, в зависимости от желаемого эффекта. Существует три основных способа использования эфирных масел: ингаляционный, наружный (*нанесение на кожу*) и внутренний (*приём внутрь*). Эфирные масла одновременно и очень просты в применении, и эффективны для поддержки здоровья.

Помимо эфирных масел, компания dōTERRA® производит целую линейку средств по уходу за кожей лица и тела, шампуни, кондиционеры, сыворотку для волос, зубную пасту, жидкое мыло и средство для стирки, а также БАДы (биологически активные добавки) на основе эфирных масел.

Головной офис компании dōTERRA® находится в США. Есть офисы в Европе, Японии, Тайване, Мексике, Корее, Канаде, Австралии. В этом году состоится открытие офиса в России. Однако уже сейчас продукцию dōTERRA® можно заказывать и получать прямо с фабрики в США. Все продукты dōTERRA® имеют Сертификат Соответствия требованиям Таможенного Союза (TP TC).

Компания dōTERRA® – одна из самых быстрорастущих компаний во всем мире, предлагающая самые высококачественные эфирные масла и продукты на их основе для поддержания Вашего здоровья!

О наличии противопоказаний необходимо проконсультироваться со специалистом

# DANNE

СОВРЕМЕННАЯ КОСМЕТОЛОГИЯ

## СРОЧНО УБРАТЬ ЛИШНЕЕ! Оздоровительная программа для тела в Современной косметологии Danne!

### ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ:

- лимфодренажный массаж и очищение лимфотока
- аппаратная прессотерапия
- общеоздоравливающий массаж
- + баночный массаж в ПОДАРОК

### ТЫ ПОЛУЧИШЬ РЕЗУЛЬТАТ:

- устранение отёков
- подтяжка и тонус кожи
- совершенствование контуров тела
- очищение организма



Стоймость оздоровляющего комплекса

только до 31 августа

3000 рублей вместо 4500 рублей

г. Самара, ул. М. Горького, 78 "В"

📞 (846) 373-47-20

📞 (846) 373-47-21

✉ dannesamara@mail.ru

vk.com/danne63

-instagram @kosmetologsamara



## ЭСКАМИЛЬО

ТЕКСТ Наталья Эсмина

**К**то они, эти Эскамильо? Для тех, кто не увлекается «Кармен» Бизе: так звали красавца-тореадора, покорителя женских сердец. Вообразите себе картинку: жаркое испанское солнце шарило вовсю, на арену один за другим вылетали стройные смельчаки с бандерильями, в одну сторону отбрасывались заколотые на корриде быки, в другую сторону отходили покорённые красотой тореадора Кармен, Фраскиты, Мерседес...

Вообразили? Теперь отбросьте. Ни одного быка не предполагалось в чисто женском проекте: нежные леди желали читать



и писать о любви и убийствах. Холодное зимнее солнышко с трудом ползло по самарскому небосводу. На носу был праздник всех влюблённых – день Св. Валентина. Писательница Катя Спиваковская выдвинула лозунг: отпразднуем важную дату творчески! Проведём литературный конкурс! Назовём так: «БОЙНА В ДЕНЬ СВ. ВАЛЕНТИНА. ОБНОВЛЕНИЕ ШТАМПА». Тема задана: 1. Любовь. 2. Убийство.

Любовь – главная тема творчества. Воспринята была пишущим сообществом с полной готовностью. Ну а убийство? Убийство, объяснила Катя – в память о знаменитом инциденте, произошедшем как раз в день всех влюблённых. В Чикаго две гангстерские группировки выясняли отношения. Потирая мстительные руки, пишущие дамы и мсы с удовольствием высказались и на эту тему.

Дней десять было в распоряжении конкурсантов. Двенадцать часов. Восьмое февраля. В полночь приём текстов прекращён. Их около ста. Ну кто бы мог подумать! Мгновенно собрана целая книжка рассказиков и стихов!

Часы пробили полночь, лошадки превратились в мышек, кареты в тыквы. Жюри уселось жюрировать. Тут мне повезло: Катя и меня включила в круг жюрильщиков. Узок этот круг. Практически треугольник.

Пожюриив и поговорив, мы решили: мало объявить и наградить победителей. «Пришёл, увидел, победил» – этого мало. Нужен праздник! И по возможности, многокомпонентный. В галерее «Вавилон». Там, кстати, проходила выставка двух самарских художников – Полины Горецкой и Николая Лукашука. В качестве награды победителю вручалась картина Горецкой. Участников надо вознаградить оливками. По одной оливке. Мало, думаете? Ничуть не мало! «Оливка с воском» – дивная книга дивной прозы Кати Спиваковской. Но оливки – оливками. Неплохо бы и книжечку «Бойни» выпустить и присовокупить к «Оливкам». Или, скорее, наоборот, «Оливки» стали гарниром к «Бойне» (Проект издания был предложен, признаюсь, мною – в порядке бреда). Совершенно не надеялась на осуществление. И времени мало, и типографский процесс дорог, да и вообще... Как-то... Но смелая Катя мой полуబредовый план подхватила и воплотила).

С текстами я поступила так, и в такой последовательности: 1. Принялась читать – с восторгом. 2. Вычленила победителей – с лёгкостью. 3. Сверила впечатления с мнениями коллег по жюри – совпали.

Восторг и удивление сопутствовали чтению. Просидев пять лет в кресле редактора отдела культуры «Волжской коммуны», все пять лет я отбояривалась от десятков графоманских сочинений. Надо отдать мне должное: ни одного в газету не пропустила. Но привыкла. Где вы, родные графоманы? Куда подевались? На конкурсе нас завалил поток высокопрофессиональных текстов. Прекрасный язык. Хорошо выстроенный сюжет. Яркая авторская индивидуальность. Из двадцати девяти авторов награды достойны были, как минимум, десять. Или двадцать. Или двадцать пять.

Кто они, лауреаты «Бойни»? Дмитрий Коваленин. Переводчик с японского. А переводил-то не что-нибудь! Самого Мураками! Ясно, что это литератор очень высокой квалификации, действительно одарённый профессионал.

Второй – Антон Черепок. Вот уж кто, действительно, «увидел – победил». Конкурс? – увидев объявление, Антон сел и мгновенно набросал два сюжета.

Итак, обещанный Коваленин. Вот он:

### ТЕПЛОТА

Подошёл я к окну,  
Весь одетый в пальту,  
И стою у окна.

Ты стоишь без пальта  
У другого окна,  
И ко мне всё равна.

Всё равна, всё равна,  
Мёрзнешь ты без пальта,  
И сияет Луна.

В ледяной темноте  
Грезишь ты о пальте –  
И вообще теплote.

Я б отдал тебе всё  
Своё сердца тепло,  
Что нагрело пальто –

Если б только могла  
Как морозная мгла  
Ты не быть всё равна!

Поэтично, раскрепощённо и прекрасно. Поэтическая шутка оборачивается своей серьёзной стороной. В каждом сердце есть частица теплоты и луч холодного лунного сияния. Как это у Брюсова: «Холод, тело тайно сковывающий, Холод, душу очаровывающий... От луны лучи протягиваются, К сердцу иглами притрагиваются».

Теперь не могу не сказать о своём любимом авторе, об Алле Волынкиной. Свою прозу она дарила мне ещё лет десять назад. Вон лежат, в чёрной папочке. В «Бойне» как раз есть один из рассказов из этой чёрной папочки. В нём под конец и бык появляется – но никакого Эскамильо, никто его не убивает. Нет Эскамильо, а кто в нём есть? Бык-то хотя бы есть? Бык есть, а как же! Библиотекарша Софья Петровна, по ночам оборачивающаяся коровой. Её нерешительный возлюбленный – ночью счастливым образом превращался в здоровенного быка, вполне решительного. Отзвуки мифа – похищения Европы, отзовы Кафки – его знаменитого «Превращения», предвестники Роулинг – её «метаморфов»...

Восхитил текст Ирины Карандаевой. В нём совместились обе темы. Мгновенно выучив наизусть, привожу его здесь. И вы, конечно, сразу поймёте, как мне удалось перешагнуть через начинающийся склероз и загнать этот текст не в память компьютера, а в мою собственную, живую (ещё пока живую) человеческую память. Ирина Карандаева:

**Он её любил. Отказ его убил.**

Самоотверженная Ирина занялась вёрсткой сборника. Изысканный формат, чудный шрифт, да ко всему ещё кружевной бантик... А завершение конкурса тем временем близится. Выпito ритуальное шампанское. Развязаны и опять завязаны читателями кружевные завязочки «Бойни». Все поздоровались со всеми – почему-то среди приблизительно сотни гостей «Вавилона» все в дружеских отношениях с художниками, литераторами, музыкантами и с самой деталью. Праздник обретает всё более светские черты. Разгул самарского бомонда... Прижимая к груди полученные сборники, блуждают по выставке поклонники талантов, играют музыканты группы «Гаврош», на аукционе разыгрываются ещё кое-какие работы Горецкой, и кто-то уже тащит по коридору в свою норку свеже-приобретённую картину.



# Даниил Спиваковский: «Я сумасшедший папа»

БЕСЕДОВАЛА Ольга Тимохина  
ФОТО из семейного архива

Журнал «Леди-клуб» является участником Всероссийского проекта «Быть отцом!», который инициирован Фондом Андрея Первозванного, интернет-журналом «Батя» и издательством «Никся».

У актёра Даниила Спиваковского приветливая улыбка, мягкий и одновременно озорной взгляд. Кажется, что в нём и сейчас, несмотря на солидный возраст, живёт мальчишка-хулиган. Невольно ловишь себя на мысли: повезло же детям с таким папой!

#### БИОСПРАВКА

Даниил Спиваковский родился в Москве в 1969 году. Его мама Алла Спиваковская – психолог и психотерапевт, доктор наук, профессор Московского университета. После школы Даниил подал документы в МГУ на факультет психологии, но не смог набрать нужное количество баллов и устроился работать в психиатрическую больницу. Повторная попытка через год оказалась успешной, но подошёл срок службы, и Даниил был призван в армию.

Вернувшись из армии, Спиваковский восстановился на психфаке. Весной несколько его друзей из студенческого театра решили поступать в театральные вузы. Даниил пошёл с ними за компанию и... поступил сразу в три театральных училища. Чтобы не бросать университет, Спиваковский пошёл в школу, заявил, что потерял аттестат, получил дубликат и отнёс его в ГИТИС. Четыре года, до окончания университета, он учился в двух институтах.

Получив диплом ГИТИСа, Спиваковский был зачислен в труппу Театра им. В. Маяковского, где играет до сих пор. Первой яркой работой в кино стала роль в фильме Валерия Тодоровского «Мой сводный брат Франкенштейн». В 2007-м Даниил Спиваковский получил премию ТЭФИ за роль советского физика Льва Ландау в фильме «Мой муж – гений». Через год женился. В 2009-м получил звание Заслуженного артиста России. В 2010-м стал отцом. Сейчас в его семье трое детей – дочь Дарья и сыновья Даниил, Андрей.

#### БЛИЦ

– Кто в доме хозяин?

– В доме хозяйка моя жена. Но есть вопросы, ответы на которые нахожу я. И это правильно.

– Отцовство – это...

– ...очень серьёзная работа и большая ответственность.

– Каким должен быть настоящий мужчина – настоящий муж, настоящий отец?

– Любящим своих детей, свою жену, свою семью. В этом всё.

– Что Вы делаете, когда дети не слушаются?

– Зову жену.

– Слова или поступок отца, который особенно врезался в память и повлиял на Вашу жизнь.

– У меня не было отца. Меня воспитывали мама, бабушка и дедушка. Вот дедушка был для меня воплощением мужества. Его отношение к бабушке, к маме были для меня примером мужского поведения.

– Какая книга по-настоящему повлияла на Вас?

– «Ночь нежна» Фицджеральда.

– Первые слова детей. Какие они были?

– Ну конечно, «мама».



– Что самое важное Вы бы хотели донести до своих детей?

– Что надо любить близкого человека. Мне кажется, что мне и моей супруге Свете родители привили этот навык. Мы теперь хотим передать его нашим детям.

– Когда родился Ваш первый ребёнок, Вы легко осознали своё отцовство?

– Я отцом стал поздно. Вообще всё в моей жизни происходило позже, чем у моих сверстников. И рос я медленнее, и с профессией определился позже всех. И жену свою, Светлану, встретил, когда мне было уже тридцать шесть (ей, правда, было восемнадцать). И вот первый ребёнок, дочка родилась, когда мне было тридцать восемь. Потом у нас родился Даня, потом Андрюша. Для меня отцовство стало осознанным шагом. Я был к нему готов, мне было куда привести жену и детей, у меня была крыша над головой. Я был в определённой степени финансово независим.

– Как Вы представляли себе отцовство?

– Я прекрасно помню ночь перед рождением Даши. Мы со Светой ещё были дома, но уже понимали, что завтра она родит. И я ей сказал: «Представляешь, завтра нас уже будет трое... Вот сегодня нас двое, пусть даже ты с этим огромным животом, но вот завтра начнётся совершенно другая жизнь». Да, так и произошло. Потом, когда родился Даня, потом Андрюша, всё было проще.

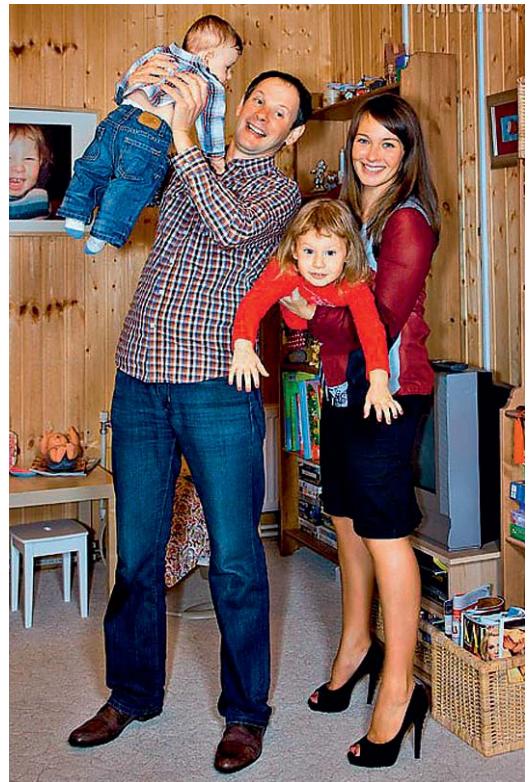
Знаете, когда первый ребёнок роняет соску, вы кидаетесь искать кипяток, чтобы её помыть. Со вторым вы поднимаете соску, моете её под краном. А когда у третьего ребёнка выпадает соска, вы её спокойно облизываете и даёте ребёнку. Вот такая динамика.

– И что, есть разница: в кипятке, под краном или облизывать?

– Никакой! Ни малейшей! Но это я шучу, конечно. Вообще-то надо кипятить.

– Когда Вы ждали первого ребёнка, это было радостное время, или больше было переживаний и тревог?

– Я сумасшедший папа, и вообще мы такие родители неспокойные. Мы сознаваемся со Светой тридцать раз в день. Минимум! Я звоню отовсюду, особенно если в поездке или на гастролях. Коллеги всегда в курсе, какую шапочку мы надели ребёнку, сколько раз он сходил на горшок и как он сходил, сколько котлет он съел, сколько ложек супа осталось...



**– Мои родители – мама, бабушка и дедушка. Мой дедушка Семён Давидович Спиваковский – фронтовик, военный лётчик, потом гражданский. Прожил с бабушкой 59 лет. Его отношение к бабушке и маме – это тот пример, который до сих пор стоит у меня перед глазами. Я вот так же отношусь к жене, к дочке.**

**– Дедушка трогательно относился к Вам?**

– Да, да, да. Конечно. Он любил меня, очень много со мной возился.

**– Чем Вы с ним занимались?**

– Он читал мне стихи. Он был хорошо образован, знал два языка. И собственно, несколько глав «Евгения Онегина» я знаю наизусть, потому что мне их в наших прогулках читал дедушка.

**– Где вы гуляли?**

– По городу или где-то на отдыхе. Дед был пилот первого класса, командир корабля гражданской авиации, у него были возможности перелётов со скидками, и мы отдыхали часто где-то на курортах – в Сочи или в Крыму. Дед мне очень много дал, я его вспоминаю, рассказываю о нём своим детям. А уж мою бабушку, свою прабабушку они знают, ходят в гости к ней несколько раз в неделю.

**– Что из детства может придать силы потом, в трудные моменты взрослой жизни?**

– Дети должны знать, что у них есть родители, у них есть тыл. У них есть люди, к которым они могут обратиться за советом. И эти люди им никогда не откажут в своей любви, в своём тепле. Это даёт силы и уверенность, поэтому это очень важно.

**– Что Вы стараетесь привить своим детям в первую очередь?**

– Навык любить ближнего человека. Это навык в определённой степени. Мне кажется, что это передаётся: наши родители научили нас любить ближнего. Это довольно сложная работа – быть внимательным к другому человеку. Дети должны с детства это видеть. И надеемся, что в их семьях в дальнейшем будут такие же отношения – внимательные, уважительные, как сейчас в нашей семье.

**– Любить ближнего – внутри своей семьи или вообще?**

– Внутри семьи, конечно. Я с иронией отношусь к таким фразам, как «любите всё человечество», «любите людей» и так да-

лее – это всё болтовня. Это невозможно! Надо любить свою семью, своих близких. Остальных надо уважать. Меня дочка спрашивает иногда о каком-то человеке: «Пап, ты его любишь?» Я говорю: «Нет, Даненька, я его уважаю». Или я говорю: «Я к нему хорошо отношусь». Или: «Я его принимаю. А люблю я – тебя, Данечку, Андрюшу и маму. Я люблю свою маму – вашу бабушку, родителей мамы, прабабушку вашу Люсю. Вот их я люблю. А всех остальных я уважаю».

**– То есть Вы стараетесь показать, что есть разница между отношениями людей?**

– Ну конечно!

**– А почему это так важно, чтобы дети чётко делили людей на ближний и дальний круг?**

– Потому что так устроена жизнь. Так устроены семьи. Любить всех – это значит не любить никого. Так не бывает... Можно любить нескольких человек. А к остальным можно хорошо относиться.

**– У Вас есть какие-то взгляды на воспитание?**

– Если я начинаю ругать детей, то Света, моя жена, говорит: «Всё, небеса разверзлись! Папа ругается!» Главное, за что мы ругаем – это за несоблюдение правил безопасности. Надо быть аккуратным на дороге, не играть с огнём, не шалить на высоте, не выходить в мороз без шапки, в публичных местах держаться около родителей. Вот если дети что-то из этих правил нарушают, мы можем и поругать. И ещё мы их объединяем: они же маленькие, у них небольшая разница в возрасте, и бывают споры, ссоры. Но всё равно они очень друг другу любят и понимают, что они – семья. Для них это очень важно. Дома могут поругаться, но в среде других детей друг за друга стоят горой. Это очень ценно, по-моему.

**– Если дети дома поссорились, Вы выступаете как судья?**

– Конечно! Мы пытаемся примирить, сказать: «Ты не прав, или ты не права, пожалуйста, поделись». Мы пытаемся понять. Иногда они нас поправляют, говорят, что-то мы не заметили, что-то прошло мимо нас. Дети есть дети. Я сам был сложный ребенок – единственный в семье, избалованный. Может быть, какие-то последствия этой избалованности и сейчас видны. Я был нарушитель спокойствия.

**– Что самое ужасное Вы сделали?**

– Мою маму часто вызывали в школу. Я был хулиган. Садик и школа полбеды, я нарушал дисциплину и в институте. Я очень не люблю скучоту. Когда вот скучно и рутинно, я начинаю всё вокруг себя взрывать и всё менять. Мы живём очень бурно. У нас происходят какие-то карнавалы, мы всё время путешествуем всей семьёй. Знакомые говорят, что у нас итальянская семья. Мы не скрываем своих эмоций и чувств.

**– А как дети воспринимают родителей? Безусловно ли для них то, что родители всегда правы?**

– Уже сейчас они взрослеют и уже сейчас начинают задумываться над этим. Но безусловной остаётся их любовь к нам. Наши друзья говорят, что их дети иногда больше привязаны к бабушкам или к няням. У нас дети – папины и мамини. Как только кто-то из нас пересекает порог дома, для них перестают существовать няни. Для них есть мама и папа.



**– То есть им не хватает общения с вами?**

– Хватает! Моя жена Света родила Дашу до поступления в институт, но поступила с годовалой Дашей на дневное отделение и, не боясь академического отпуска и не уходя в декрет, родила ещё двух мальчиков, учась на дневном отделении! Сейчас получает диплом, она будет дизайнером интерьеров. Но, тем не менее, Света проводит много времени дома, с детьми. Я, конечно, меньше. Моя профессия – колесить. Но мы друзья с детьми. Мы такие дружины, у нас команда. И это самое важное, потому что они будут взросльть. Нужно, чтобы они полностью нам доверяли, рассказывали свои секреты, раскрывали свои тайны. На сегодняшний день у нас так и есть. Дай Бог, чтобы так было и дальше.

**Став отцом, Вы узнали о себе что-то такое, чего не знали раньше?**

– Наверное, да... Чувства к детям несравнимы ни с чем, и любовь к детям – она исключительна. То, что я, несмотря на свою некоторую избалованность, оказался ради них готов на любые жертвы, для меня не было неожиданностью. Ради детей и ради жены чем-то жертвовать – это понятно. А вот такая преданность и ответственность... Когда я был один, кусок хлеба с маслом всегда мог себе добыть. А теперь я чувствую ответственность за них. Это нечто новое.





# дисконт-клуб

карта Почётного гостя

даёт возможность её владельцу

получать скидки и подарки

в дисконтной системе «Леди-клуб»

**Мастер-класс от Юлии Денисовой. Скидка 10%**  
скайп samdeju  
e-mail: samdeju@mail.ru  
facebook.com/samdeju  
vk.com/samdeju

**Архитектурная студия Юлии Быковой. Скидка от 10 до 25%**  
+7 987 944 02 96  
e-mail: jularch@yandex.ru  
Дом-самара.рф

**Елена Паршина**  
**Психологические и бизнес-консультации**  
**Скидка 10%**  
+7 964 979 77 58

**Дом декора «Фьюжн»**  
**Скидка 5%**  
+7 (846) 248 07 74  
e-mail: fusion\_frog@mail.ru

**Салон красоты Наталии Полуэктовой**  
**Подарки владельцам карт «Леди-клуба»**  
Самара, ул. Полевая, 71, оф. 204  
+7 927 296 29 88  
+7 963 911 64 54

**Английский обучающий театр**  
**Скидка 10%**  
+7 927 718 66 11

**Стоматологическая клиника «Сентябрь». Скидка 7%**  
Самара, ул. Мичурина, 4  
+7 (846) 200 33 44  
+7 937 075 14 14  
+7 917 150 51 44  
September-practic.ru

**Салон красоты N.Beketova's Salon. Скидка 10%**  
Самара, ул. Ленинская, 202  
+7 (846) 212 05 12  
vk.com/salon.beketova  
Beketova.Pro

**Ресторан «Жемчужина»**  
**Скидка 10%**  
Самара, ул. Максима Горького, 103  
+7 (846) 310 22 41  
+7 (846) 310 66 23

**Кабинет эстетической косметологии Татьяны Храмовой. Скидка 20%**  
+7 917 953 22 57  
vk.com/hramova\_tatiana

**Туристическая компания «Профцентр». Скидка 5%**  
Самара, ул. Садовая, 263а  
+7 (846) 337 0 888  
(многоканальный)  
e-mail: profcentre@sama.ru

**Клиника Гавриловой**  
**Компьютерная рефлексотерапия.**  
**Скидка 10%**  
Самара, ул. Фрунзе, 128  
+7 (846) 374 07 08  
(многоканальный)  
+7 (846) 374 07 50  
+7 (846) 374 07 09  
e-mail: info@k-reflex.ru

**Детский хореографический театр «Мини Па». Скидка 10%**  
Самара, ул. Зои Космодемьянской, 21  
+7 927 755 76 62  
+7(846) 952 09 84

**Театр ростовых кукол и игровой клоунады «Чунга-Чанга»**  
**Организация праздников**  
**Скидка 10%**  
+7 903 300 57 57

**Гостинично-ресторанный комплекс «Ветерок»**  
**Скидка в ресторане 10%**  
Самарская область, Волжский район, село Подъём-Михайловка, ул. Сухова, 2а  
+7 (846) 997 87 37  
+7 987 942 85 88

**Арт-студия «Страна Чудес»**  
**Скидка 15% на занятия**  
Самара, ул. Ленинская, 141  
**5% на товары в Лавке кукольника «Страна Чудес»**  
Самара, ул. Чапаевская, 126  
+7 927 695 48 58  
vk.com/strana\_chudes  
vk.com/str4udes  
instagram:@strana\_chudes\_lawka

**Арт-салон подарков «Вдруг»**  
**Скидка 15%**  
Самара, ул. Пушкина, 272  
+7 937 99 222 55  
vk.com/vdrug2015  
facebook.com/home.php

**Психологический центр «Профессионал+». Скидка 10%**  
Самара, ул. Комсомольская, 7 оф.12  
+7 927 208 18 52  
e-mail: professional-plus@mail.ru

**Рекламно-полиграфический центр. Скидка 20%**  
+7 917 820 66 55  
+7 929 703 06 41  
e-mail: sitosyzran@yandex.ru

**Ренессанс косметология.**  
**Клиника доктора Жирнова**  
**Скидка 10%**  
Самара, ул. Красноармейская, 34  
+7 (846) 244 08 77  
Самара, ул. Садовая, 199  
+7 (846) 270 87 01  
renessanssamara.ru

**Стиль&Имидж для бизнеса и личной жизни**  
**Скидка 10% на услуги создания персонального имиджа**  
+7 902 371 15 23  
e-mail: kamysheva@yandex.ru  
facebook.com/a.kamysheva  
vk.com/a.kamysheva  
vk.com/image\_style\_shoping

**Дизайнер одежды, головных уборов, аксессуаров и бижутерии Татьяна Мастерова**  
**Скидка 20% на создание индивидуального образа**  
+7 927 012 62 22  
e-mail: mastermoda@mail.ru  
vk.com/id65364835

**Салон-студия Марины Хальзовой. Скидка 10%**  
+7 (846) 990 29 85  
+7 (846) 242 42 95  
Halzova.ru

**Фотограф Ольга Усольцева**  
**Скидка 20%**  
(кроме партнёрских проектов)  
+7 937 989-13-31  
e-mail: usoltsevaphoto@gmail.com  
Usoltsevaou.ru

**Салон «Стильные штучки»**  
**Скидка 10%.**  
Галерея бутиков «Ладья», Лесная, 33  
Индивидуальное обслуживание по предварительному звонку.  
+7 927 263 53 94

**Стоматологическая клиника «Девять звёзд»**  
**Скидка 5% на все виды услуг**  
Самара, ул. Чкалова, 72  
+7(846) 277 69 69  
+7 902 378 69 69

**Садовый центр Веры Глуховой**  
**Скидка 7% на весь ассортимент**  
Офис компании:  
Самара, ул. Урицкого, 2/1, 1 этаж, позиция 36  
+7 (846) 212 04 42

**JEMINI**  
**Скидка 10%**  
Сеть магазинов белья, колготок, купальников  
Самара, ул. Ново-Садовая, 22

Сызрань, пр. 50 лет Октября, 54а,  
ТЦ «Монгора»  
Тольятти, ул. Баныкина, 74, секция 47  
vk.com/jemini\_samara

**Салон штор «Стиль»**  
**Скидка 5%**  
Самара, 9 просека,  
ул. Солнечная, 60/126  
Самара, ул. Ново-Вокзальная, 217  
Самара, п. Управленческий,  
ул. Сергея Лазо, 30  
+7 (846) 972 53 35  
9725335@mail.ru  
salon\_style\_samara  
vk.com/salon\_style

**Бутик «Belle femme»**  
**Скидка 10%**  
Самара, БЦ «7 Авеню»,  
ул. Ново-Садовая, 3а  
+7 937 072 20 72  
Самара, ТЦ «Айсберг»,  
ул. Дачная, 2  
+7 908 380 76 76  
vk.com/bellefemmeshop  
mybellefemme.com

**Учебный центр «Движение»**  
**Скидка 10%**  
Самара, ул. Пушкина, 227а  
+7 902 275 05 95  
driver63.su

**Учебный центр «Энергетик»**  
**Скидка 10%**  
Самара, ул. Садовая, 256  
+7 (846) 332 78 92  
+7 (846) 337 17 64  
+7 (846) 332 65 31 (факс)  
e-mail: energetik-1987@mail.ru

**СК «Биодент».**  
**Скидка 10%.**  
Самара,  
ул. Демократическая, 20/129  
+7 (846) 240 80 90  
+7 (846) 240 81 17  
e-mail: biudent63@mail.ru  
biudent-samara.ru

**Творческая мастерская «Моё стекло»**  
**Скидка 10%**  
на изделия из стекла  
+7 964 987 68 80  
+7 987 941 00 68  
vk.com/moyosteklo

**Студия VFT**  
**Скидка 10%**  
на аренду студии  
Самара, ул. Алексея Толстого, 75  
офис 237  
+7 (846) 991 90 01  
+7 927 208 08 09

**Светлана Рощупкина**  
**психолог,**  
**инструктор по йоге**  
**Скидка 10%**  
+7 927 747 38 41  
e-mail: chetvergovask.80@mail.ru

**Сеть соляных пещер «СОЛЕВЕД»**  
Первое посещение по карте – бесплатно  
Самара, ул. Ерошевского, 22, каб. 17  
+7 927 207 09 72  
Самара, ул. Ново-Садовая, 38  
+7 927 207 25 02  
Самара, ул. Мориса Тореза, 105а  
+7 937 989 12 15  
Самара, ул. Гастелло, 42  
+7 937 989 02 98  
vk.com/soleved  
instagram.com/soleved63  
soleved.ru

**Гостиница «Современник»**  
**Скидка 10%**  
на проживание  
в гостинице и аренду конференц-зала  
Самара, ул. Советской Армии, 238а  
строение 1  
+7 (846) 312 86 30  
+7 917 161 00 40  
e-mail: sovremennik63@mail.ru  
sovremenniksamara.ru

**Гузель Сабирова**  
врач-диетолог  
**Скидка 10%**  
на индивидуальную консультацию для взрослых  
+7 927 688 03 09  
e-mail: dietolog.63@yandex.ru

**Татьяна Храмова**  
бизнес-facilitator  
Специальные бонусы  
по карте  
+7 960 825 72 71  
empathy4business.ru  
facebook.com/t.khramova

**Туристическое агентство «ФБР»**  
**Скидка 3%**  
Самара, ул. Ново-Садовая, 44  
офис 101  
+7 (846) 263 04 04,  
263 06 63, 277 84 85, 334 08 22,  
334 68 02

**Татьяна Лукина.**  
Психолог-игротехник  
**Скидка 5%**  
на индивидуальные игры  
Запись на игры по телефонам:  
+7 (846) 972 75 35  
+7 927 695 75 85

**Ирина Корчагина.**  
Тренер по персональному  
стилю  
**Скидка 10%**  
на групповые  
и персональные тренинги по  
стилю  
Запись в группы и на  
индивидуальные консультации:  
+7 937 989 10 42

**Салон красоты «Волга Бьюти»**  
**Скидка 10%**  
на услуги салона (кроме тех,  
на которые действуют акции)  
Самара, ул. Вилоновская, 40  
+7 (846) 205 50 40  
+7 987 955 50 40  
[www.volgabeauty.ru](http://www.volgabeauty.ru)

**Туристическая компания**  
«Спутник-Гермес»  
**Скидка 3%**  
на зарубежные туры  
**Скидка 10%**  
на речные круизы на  
 теплоходы «Фёдор  
Достоевский», «Валерий  
Чкалов», «Ф.И. Панфёров»,  
«Хирург Разумовский»  
443041, г. Самара, ул. Ленинская,  
166  
тел. +7 (846) 270 40 40; 372 07 90  
факс +7 (846) 270 40 40  
[www.sputnik-germes.ru](http://www.sputnik-germes.ru)

**Петрова Татьяна Ивановна.**  
Клинический психолог,  
арт-терапевт  
**Скидка 5%**  
на групповые занятия  
арт-терапией  
**Скидка 10%**  
на индивидуальное  
консультирование  
+7 927 905 42 27

Продюсерский центр «LiMa»  
Представитель Всероссийского  
конкурса  
«МИССИС РОССИЯ МИРА»  
по Самарской области  
**Скидка 10%**  
на участие в конкурсах  
+7 (846) 221 00 06  
+7 903 301 00 06  
e-mail: missis\_samara@mail.ru  
[vk.com/konkurssamara](http://vk.com/konkurssamara)  
[mrsworld.ru](http://mrsworld.ru)

**Кулинарные классы**  
Kitchen for soul  
**Скидка 10%**  
на кулинарные мастер-классы  
+7 927 264 24 28  
[vk.com/kitchenforsoul](http://vk.com/kitchenforsoul)

**Гимнастика «Сила берегини»**  
Скидка 20%  
на индивидуальные занятия  
и составление гороскопа  
+7 903 300 57 57  
[vk.com/yuliya\\_turapina\\_bereginya](http://vk.com/yuliya_turapina_bereginya)

**Иностранные языки з**  
а чашкой чая  
**Скидка 20% на языковой**  
модуль (6 месяцев изучения)  
+7 927 752 68 36

**Ресторан-бар «Жигули»**  
Скидка 10% на меню  
Самара, ул. Стара-Загора, 1426  
тел. +7 846 927 08 28  
[www.Zhigulisamara.ru](http://www.Zhigulisamara.ru)  
[vk.com/zhilguli\\_samara](http://vk.com/zhilguli_samara)

**Кулинарная студия**  
«ArtCuisine»  
**Скидка 10%**  
на кулинарные мастер-классы  
ТРЦ Охотный ряд, офис 1.1  
Самара, Московское шоссе, 49  
тел. +7 927 705 50 09  
[vk.com/art\\_cuisine](http://vk.com/art_cuisine)

**Сервис доставки здорового**  
питания Smart Diet  
**Скидка 7%**  
на сервис доставки здорового  
питания  
[www.smart-diets.ru](http://www.smart-diets.ru)  
+7 967 722 22 84

**Салон стильной женской**  
одежды и имидж-студия  
DeLora  
**Скидка 10%**  
на одежду и аксессуары  
Самара, ул. Куйбышева, 83  
Самара, Молл «Аврора», 2 корпус,  
2 этаж

# дисконт.клуб



«Жемчужина» в центре Самары

Изысканная кухня  
и традиционное гостеприимство

Самые вкусные  
осетинские пироги  
с доставкой по всему городу

Бизнес-ланчи  
и музыкальные вечера

Большой ассортимент  
выпечки по-домашнему

И всё это  
с прекрасным видом на Волгу



-10%  
Для обладателей  
карт «Почётного гостя»  
журнала «Леди-клуб» – скидка 10%  
(кроме осетинских пирогов)

Самара, ул. М. Горького, 103  
+7 (846) 310 66 23  
+7 (846) 310 22 41

# УВЛЕКАТЕЛЬНОЕ КУЛИНАРНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ОТ ИРИНЫ МОКШИНОЙ



ТЕКСТ Юлия Галочкина  
ФОТО Эльвира Малтеева,  
Алена Худотеплова



**Н**аверное, у каждого человека было, когда счастливый случай приводил к какому-то новому интересному повороту в жизни. Так произошло и у нашей героини, врача по профессии, с большим стажем работы в фармацевтическом бизнесе – Ирины Мокшиной.

Однажды, немного заблудившись, она случайно оказалась в итальянском консульстве, где в это время проходил набор в кулинарную школу. И это оказалось очень знаковым моментом. Любовь к кулинарии в семье Ирины передавалась из поколения в поколение. До сих пор в укромном месте хранятся уже пожелтевшие от времени листки с записями рецептов, написанных рукой бабушки. Поэтому Ирина всегда хорошо готовила, но та случайная встреча очередной раз доказала ей, что кулинария – это высокое искусство, познавать и овладевать которым невероятно интересно! А ещё, давно была мечта – открыть своё дело, где будет править музу кулинарии.

Серия мастер-классов у одного из лучших маэстро итальянской кухни привела Ирину к пониманию, что знаний и умений накопилось много, и теперь необходимо ими поделиться с другими. Тем более, что эти знания позволят женщинам (прежде всего деловым и активным) значительно сэкономить время приготовления блюд. Ведь любимые рецепты Ирины Мокшиной очень просты в приготовлении и состоят из обычных, но качественных продуктов, доступных в самарских магазинах. Так родилась идея проводить собственные мастер-классы для прекрасных леди. А сами леди высказали пожелание приобщить к этому увлекательному процессу и джентльменов.

Особенностью мастер-классов Ирины является то, что каждый из них – это маленькое кулинарное путешествие. Путешествие в кухни разных стран, в мир вкусов и ароматов, в «секретные» лаборатории, где можно узнать о полезных свойствах того или иного блюда, разговоры о здоровом питании, мини-уроки по



этикету. Это смешение разных стилей, творческий и увлекательный процесс.

Одно из таких путешествий – путешествие в Италию – состоялось в самом конце апреля, и на него были приглашены члены «Леди-клуба».

Разнообразные кrostини, салат с гребешком, перья с лососем по традиционному итальянскому рецепту, – вот меню прошедшего кулинарного вечера в тёплой компании. Ирина не только делилась секретами приготовления блюд, но и подсказывала, где можно приобрести качественные продукты для каждого из них. Ещё одна приятная специфика мастер-классов Ирины Мокшиной – это достойный, не дегустационный размер порций, который позволяет превратить каждое занятие кулинарией в полноценный вкуснейший ужин. А бокал хорошего вина и приятная фоновая музыка снимут накопившуюся за день усталость.

«Леди-клуб» сердечно благодарит Ирину за удивительно приятный и полезный вечер! Очень ждём новых кулинарных путешествий!

Записаться на мастер-класс  
Ирины Мокшиной можно по телефону:  
+7 927 264 24 28  
И в группе Вконтакте:  
[vk.com/kitchenforsoul](http://vk.com/kitchenforsoul)



# СИЛА БЕРЕГИНИ



**ЛК В чём предназначение женщины?** Этим вопросом задаются многие. А ответ прост: её предназначение – быть Женщиной, наполненной радостью, удовольствием, любовью к себе, пространству и миру вокруг. Так считает Юлия Турапина, инструктор Школы славянских практик. А ключ, открывающий двери вдохновения и женской силы – это женская славянская гимнастика «Сила Берегини».

**ЛК Юлия, почему именно гимнастика «Сила Берегини» решает так много женских задач? Каким образом это происходит?**

**Юлия Турапина** Гимнастика «Сила Берегини» даёт осознание и ощущение женской внутренней силы через ключевые стойки и проработку точек на собственном теле. Во время выполнения упражнений происходит расслабление и проработка зажимов в теле, возвращение гибкости в позвоночнике, проработка суставов, мышц, связок, а также активизация гормональных процессов организма. При этом включаются и внутренние тонкие энергетические процессы: гармонизация эмоционального

**ТЕКСТ** Наталья Кутлина  
**ФОТО** Павел Минаев,  
из личного архива Ю.Турапиной

поля, осознанность, ориентация на позитивное мышление и создание ментального образа своей жизни.

**ЛК На чём основана эта практика?**

**Ю.Т.** «Сила Берегини» – это авторская методика Ксении Силаевой, она является синтезом наиболее эффективных техник женских славянских практик, объединённых стремлениями к осознанию себя, раскрытию своего женского предназначения, расширению своего пространства изобилия, процветания, целостности здоровья, любви, гармонии, вдохновения. Метод базируется на анализе и практическом исследовании восстановленных славянских гимнастик, опыта практикующих инструкторов похожих направлений, а также на личном опыте и навыках.

«Сила Берегини» – это 27 упражнений для женщин, которые пришли к нам от наших древнеславянских предков. Женщины в то время имели огромную силу и энергию, которую использовали для исцеления себя, других, для собственной красоты и благополучия. Освоив все 27 упражнений как 27 женских качеств, талантов, женщина создаёт свой сакральный танец.

**ЛК В чём суть практики «Сила Берегини»?**

**Ю.Т.** Это практика о Себе, о Семье, о Роде, о взаимоотношениях и тонких неуловимых энергетических связях в системе рода, о сотворении пространства вокруг себя. Это хороший инструмент для работы и с телом, и с мыслями, и с психологическими установками, которые мешают женщине быть счастливой.

Славяне воспринимали мир триединым: мир стихий, духов, рода земного (Навь), мир людей и живых существ (Явь), мир Богов (Правь). Практика «Сила Берегини» базируется на 27 символах – энергиях. Три мира в девяти кругах славянского мироздания в точках пересечения дают 27 видов энергии. Эти энергии – разные женские состояния; в разных ситуациях женщина нужна та или иная энергия, соответствующая определённому символу – берегини. Тридевять берегинь – это силы тридевятого царства, которые помогают женщине не только чувствовать себя защищённой в нашем мире, но и стать красивой, здоровой, гармоничной и счастливой.

Славянская гимнастика «Сила Берегини» предназначена для обретения семейного благополучия (не только женского!) Во время упражнений энергия направляется на исполнение же-

ланий, привлечение удачи, обретение здоровья. Мы учим не просто гимнастике: мы учим управлять своей родовой силой, использовать её на благо.

**ЛК Сколько времени необходимо, чтобы женщина получила ожидаемый результат от гимнастики?**

**Ю.Т.** Гимнастика начинает работать уже с первого занятия. И практикующая Берегиня может получать мелкие приятные результаты мгновенно: улучшается настроение, происходят радостные события, приходит умиротворение, спокойствие, нарабатывается состояние женственности; мужчины начинают оказывать знаки внимания.

Чтобы научиться чувствовать энергию потока женской силы, безусловно, необходимо время и упорство – ежедневная работа женщины над собой. Но, впрочем, занимает она не так много времени – от 10 до 60 минут в день. И при этом значительно облегчает бытие и делает женщину счастливой и радостной. Освоить практику глубоко можно за несколько месяцев: начать с изучения базовых элементов, потом базовых связок упражнений и далее переходить к сакральному танцу или, другими словами, к гимнастике в энергетическом потоке женской силы.

**ЛК Юлия, как лично Вы пришли к этому пути?**

**Ю.Т.** Меня всегда влекли различные эзотерические практики, но долгое время я не могла определиться, что мне ближе всего. И вот, находясь в состоянии ожидания чего-то, я уезжаю в Индию и там впервые узнаю о практике «Сила Берегини». И я поняла: хочу! Это то, что я искала! У меня было совсем мало информации, но так как запрос мой был очень сильный, вернувшись на родину, я решила обязательно всё разузнать. Придя на тренинг Арины Никитиной «Любомудрие», я знакомлюсь с инструктором гимнастики «Сила Берегини» Натальей. Она подробно рассказала мне о гимнастике в целом, познакомила со славянским гороскопом. Я поняла: это – мое; пришло желание освоить эту практику глубинно.

Я собрала тренинг и пригласила Ксению Силаеву его провести для инструкторов практики «Сила Берегини». Получив сертификат, начала сама обучать женщин, помогая им раскрывать свои возможности и, таким образом, создавать счастливую гармоничную жизнь для себя и своих близких.

Вот такой был мой внутренний запрос «хочу», и оно реализовалось таким образом: пришли и знания, и учителя, и силы.

**ЛК Откуда к вам приходят ученицы?**

**Ю.Т.** По-разному. Знакомые, «сарафанное радио»: узнают, записываются на индивидуальные консультации, приходят на групповые занятия. Знаете, всё складывается само по себе. Ведь многие видят те позитивные изменения в жизни у дево-

чек, с которыми мы уже занимаемся. Глядя на них, их подруги тоже хотят научиться раскрывать свои женские возможности. И тоже приходят к нам. Мы всем рады. У нас есть группа в ВКонтакте, где мы делимся информацией, таким образом находимся в информационном потоке.

**ЛК Где проходят ваши занятия?**

**Ю.Т.** Занимаемся мы в БЦ «Олимп». Также я провожу тренировки по «Силе Берегини» в «Ботеке-Фитнес». Знаете, и у девочек, с которыми мы там занимаемся, тоже начались позитивные изменения в жизни. Иногда проводим занятия и обряды на природе.



**ЛЕДИклуб**

· дисконтная система ·

**-20%**

на индивидуальные занятия  
и составление гороскопа

+7 903 300 57 57

[vk.com/yuliya\\_turapina\\_bereginya](http://vk.com/yuliya_turapina_bereginya)

**ЛК Что бы вы пожелали нашим женщинам?**

**Ю.Т.** Я хочу пожелать женщинам научиться ценить себя. Если мы себя не ценим, не любим, то почему ожидаем, что нас начнут ценить со стороны? Поэтому так важно научиться раскрывать свои женские возможности. На наших занятиях мы как раз и обучаем этому женщин. Гимнастику «Сила Берегини» можно называть «волшебной палочкой», уникальным инструментом для решения любых задач. Это проверено и опытом наших предков, и нашим личным опытом тоже.



# ЛЁГКОЕ ОБЩЕНИЕ НА НЕЛЁГКИЕ ТЕМЫ

БЕСЕДОВАЛА Ирина Киселенко  
ФОТО Аркадий Скворцов

Татьяна Петрова – арт-терапевт, клинический психолог с колоссальным практическим опытом, специализирующийся на разрешении внутриличностных конфликтов, семейных неурядиц, напряжённых взаимоотношений, запустила в Самаре новый психологический проект – Psychological Breakfast. Под девизом «Лёгкое общение на нелёгкие темы» в непринуждённой обстановке уютного ресторана за субботним завтраком проходят утренние разговоры с психологом. Здесь встречаются желающие разобраться в причинах затянувшихся разногласий, обсудить сложные темы и задать наболевшие вопросы специалисту.

**ЛК Татьяна, как вам пришла идея создания проекта?**

Татьяна Петрова Всё началось с небольшой группы в социальной сети, где я объединила людей с похожими запросами и интересами. Сначала это был родительский клуб, цель которого сводилась к профилактике всевозможных столкновений и трений родителей с детьми. Я как психолог помогала лучше понять источник проблем в отношениях взрослого и ребёнка. У меня у самой трое детей, они все разного возраста, поэтому кризисы трёх, семи и четырнадцати лет пройдены мной многоократно. В группе я делилась своим личным опытом, наработками из практики, объединяя схожие вопросы в темы, чтобы рассмотреть проблему в целом и найти оптимальное решение для каждого. Для обсуждения больших тем я предлагала собираться на площадках различных клубов или школы, но многие воспринимали формат встреч в стенах учебных заведений как нравоучительное родительское собрание. Поэтому в дальнейшем для своего проекта Psychological Breakfast я выбрала небольшой ресторан, располагающий к свободному общению. И сейчас темы встреч формируются совместно с участниками и анонсируются в сообществе Psychological Breakfast во Вконтакте.

**ЛК Давно ли существует проект и какие темы вы уже успели обсудить?**

Т.П. Мы встречаемся один раз в месяц с лета 2016 года и уже поднимали достаточно много непростых тем. Это и вопросы взаимодействия в семье, и вопросы личностного развития. Неоднократно разбирали темы воспитания, семейных приоритетов и ценностей, дружбы между родителями и детьми, темы детской лжи, прощения, чувства вины, конфликтов поколений и другие. Самое главное, здесь ведётся живая беседа, в процессе которой открываются причины затянувшихся споров, ссор, недопониманий. А в конце каждой дискуссии я добавляю небольшую технику арт-терапии, часто с использо-

ванием метафорических ассоциативных карт. Это похоже на игру и очень нравится всем участникам. В то же время карты отражают бессознательное и всегда точно указывают на существующие проблемы и пути их решений.

**ЛК Как проходят групповые занятия арт-терапией?**

Т.П. Работа со взрослыми строится на основе одного из направлений современной психоаналитически-ориентированной терапии – символдрамы, которая раскрывает глубинные, скрытые от сознания переживания. Смысл заключается в том, что на некий образ надо создать рисунок. На занятиях существует профессиональный художник, который помогает всем участникам наиболее точно передать задуманный образ. Затем этот образ трактуется, подсказывая не только суть проблемы, но и пути решения. Люди, пройдя данную группу, замечают, как меняется их отношение к себе.

**ЛК Расскажите, как Вы выбрали профессию психолога?**

Т.П. Я всегда хотела стать врачом – нейрохирургом. окончила школу в Жигулёвске, а поступать в Самарский медицинский университет сначала не хватило смелости, ещё и мама сказала: «Куда ты рвёшься из сельской школы?». Поэтому поступила в педагогический университет на факультет психологии. Получив диплом, поняла, что мне этого мало, да и мечта стать врачом оставалась. Я начала работать по специальности в психологическом центре при тольяттинской администрации – занималась исследованиями, тестированием, курировала школы. За время работы на этом месте я поняла, что мне нравится разговаривать с людьми, я чувствовала, что могу им помочь. Поэтому всеми силами старалась приблизиться к медицинской психологии, чтобы иметь возможность вести терапевтическую практику. Следующим моим местом работы стал Тольяттинский городской психоневрологический диспансер, куда меня взяли с условием получения второго высшего образования по медицинской специализации. Меня это настолько вдохновило, что я буквально за две недели поступила в Санкт-Петербургский государственный университет, экстерном сдала экзамены за первые курсы общей психологии и погрузилась в изучение клинического аспекта профессии. Проходя практику в учебном центре Санкт-Петербургского научно-исследовательского психоневрологического института имени В.М. Бехтерева, я наконец узнала, что такое нейропсихология. Главный врач Тольяттинского психоневрологического диспансера призналась, что не ожидала такого рвения от нового сотрудника. А спустя всего два месяца работы меня назначили заведующим психологического отделения.

**ЛК Как вы оказались в Самаре?**

Т.П. Мне предложили интересную высокооплачиваемую работу в Самаре. К тому же постоянный «интеллектуальный голод», интерес ко всему новому подтолкнул к получению ещё одной профессиональной специализации в сфере оценки персонала. Более пяти лет я проработала психологом в крупной самарской компании. После реорганизации компании вернулась к клинической практике, по которой успела соскучиться, только теперь уже в Самарский психоневрологический диспансер. Все эти годы я не переставала заниматься частной консультационной практикой. В 2009 году познакомилась с Натальей Стукаловой, которая пригласила в свою студию «Страна Чудес» вести группы по арт-терапии.

**ЛК Как проходят групповые занятия арт-терапией?**

Т.П. Работа со взрослыми строится на основе одного из направлений современной психоаналитически-ориентированной терапии – символдрамы, которая раскрывает глубинные, скрытые от сознания переживания. Смысл заключается в том, что на некий образ надо создать рисунок. На занятиях существует профессиональный художник, который помогает всем участникам наиболее точно передать задуманный образ. Затем этот образ трактуется, подсказывая не только суть проблемы, но и пути решения. Люди, пройдя данную группу, замечают, как меняется их отношение к себе.

**ЛК Корректно ли спрашивать о необходимом количестве таких занятий для выраженного терапевтического эффекта?**

Т.П. Групповые формы – это всегда законченный курс; одно занятие – это определённый этап. Есть люди, которым достаточно этого этапа для понимания дальнейшего движения, а есть те, которым нужны дополнительные встречи или интересна проработка других вопросов.

Что касается индивидуальных консультаций, то, как правило, трёх-пяти встреч достаточно для облегчения разрушающего действия накопившегося негатива. Конечно, каждый случай, как и каждый человек, уникален. У меня есть клиенты, которых я веду по несколько лет. Для них встречи с психологом часто носят профилактический характер, либо необходимы в кризисный момент. Цель любых встреч с психологом – лучше понять себя, а формат – это дело вкуса.

Запись в группы и на индивидуальные консультации:

⌚ +7 927 905 42 27

Psychological Breakfast [vk.com/psychological\\_breakfast](http://vk.com/psychological_breakfast)  
Арт-студия «Страна-чудес» [vk.com/strana\\_chudes](http://vk.com/strana_chudes)

**ЛЕДИКЛУБ**  
-5% на групповые занятия  
-10% на индивидуальные консультации





# ИНОСТРАННЫЕ ЯЗЫКИ ЗА ЧАШКОЙ ЧАЯ

БЕСЕДОВАЛА Ирина Киселенко

Мнение о том, что изучение иностранного языка – процесс сложный и длительный, распространено повсеместно. В этом есть доля правды, если придерживаться шаблонной схемы ежедневной зурбёжки и прослушивания скучных лекций, как многие привыкли ещё со школьной скамьи. Однако с каждым годом появляется всё больше интересных предложений от языковых школ, которые разрушают сложившиеся стереотипы и превращают занятия по изучению нового языка в увлекательную практику, открывающую новые возможности как профессионального, так и личностного роста.

**ЛК Татьяна, расскажите, над чем Вы сейчас работаете?**  
Татьяна Герасимова В настоящее время я погружена во множество различных интересных проектов. Готовлюсь к летней

волонтёрской смене, занимаюсь составлением образовательной и досуговой программы для ребят. Разрабатываю интенсивный курс «Для путешественников» по изучению различных иностранных языков, а также разрабатываю программу занятий для языкового лагеря для детей из социально незащищённых категорий.

На протяжении многих лет я работаю в сфере организации социально значимых мероприятий. Люблю проводить образовательные и творческие занятия с детьми, уже с университетской скамьи была трудоустроена в центр «Семья» Железнодорожного района, где и работаю до сих пор. Кроме этого, являюсь сотрудником детско-юношеского центра «Пилигрим», на базе этого учреждения курирую волонтёрский отряд «Пилигримовцы». Совместно с волонтёрами провела множество социальных мероприятий.

**ЛК Что побудило к открытию языковой школы?**

Т.Г. Идея создания собственной языковой школы пришла относительно недавно. В 2013 году я решила организовать бесплатные языковые курсы в связи с проведением Олимпийских игр в Сочи, чтобы помочь волонтёрам увереннее чувствовать себя при общении с иностранцами. Затем прошёл ряд бесплатных курсов для всех желающих. Проведя ряд успешных занятий, я поняла, что людей, которые хотят изучать иностранные языки, становится всё больше, и справиться своими силами становилось всё труднее. Именно тогда пришла идея создать языковую школу, но уже на платной основе, чтобы набрать действительно тех, кто заинтересован в изучении нового языка.

**ЛК Расскажите подробно о языковой школе «Иностранные языки за чашкой чая» – концепция, открывающиеся возможности для слушателей занятий, отзывы учащихся?**

Т.Г. Изначально я выбрала нестандартный формат занятий: они проходят, как правило, в антикафе, где можно не только погрузиться в изучение языков, но и выпить чашечку чая или кофе и пообщаться в непринуждённой обстановке. Самыми яркими и запоминающимися занятиями являются, конечно, занятия с носителями языка. Они не только общаются с учениками на изучаемом языке, но и рассказывают особенности своей культуры, поют песни, танцуют, готовят национальные блюда. В ближайшее время планирую открыть новые направления в школе, такие, как «Иностранные языки для самых маленьких» и «Бизнес-курс». Особенно приятно получать отзывы от учеников, которым уроки дали не только знания, но и уверенность в себе. Благодаря освоению нового языка некоторые из них смогли трудоустроиться на работу в Европу. Ну и, конечно же, полученные знания помогают с лёгкостью путешествовать и понимать носителей языка.

**ЛК Вы говорили, что и сами много путешествуете. Какими языками владеете и где приходилось применять знания на профессиональном уровне?**

Т.Г. Я говорю на французском, английском, испанском и итальянском языках. Из крупных проектов, на которых удалось поработать, особенно запомнился чемпионат Европы и чемпионат мира по дзюдо, где была в качестве волонтёра по работе с иностранными СМИ. Также работала переводчиком сборной команды Марокко по футболу на Moscow Games 2015, 2016 гг. в городе Москве. В 2015 году в Чебоксарах выступила атташе сборной команды Франции по лёгкой атлетике на командном чемпионате Европы.



**ЛК Что вдохновляет и помогает Вам двигаться вперёд?**

Т.Г. В каждом из нас есть сила, которая нас вдохновляет и направляет наши действия, помогает преодолевать препятствия и испытания. Для меня этой силой являются близкие люди, а также благодарные отзывы учеников. Я безумно люблю свою работу и ещё ни одной секунды ни пожалела о выбранном мною жизненном пути.

**ЛК Кто Вас поддерживает в Ваших начинаниях?**

Т.Г. В моих начинаниях меня поддерживают семья, друзья, коллеги по работе.

📞 +7 927 752 68 36  
✉ tatyana\_gerasimova\_92@mail.ru

ЛЕДИклуб  
· дисконтная система ·

**-20%**  
скидка  
на 1 языковой модуль  
(6 месяцев обучения)



# ЛЮБИМОЕ ДЕЛО НА ПОЛЬЗУ ЛЮДЯМ



ТЕКСТ Наталья Кутлина  
ФОТО Эльвира Мальтеева,  
из архива Кати и Романа

## ЖИГУЛИ

РЕСТОРАН-БАР

Самое главное, наверное, в семейной жизни – когда у близких людей совпадают жизненные ценности. Тогда им легко достичь любой цели. В семье Екатерины и Романа Потиченко всё гармонично: у каждого есть своё любимое занятие, но эти занятия направлены на развитие общего семейного бизнеса. Он – курирует ресторан-бар «Жигули», она – руководит кулинарной студией «ArtCuisine». Катя и Роман понимают, что правильное питание – это основа нашего здоровья и долголетия. Поэтому для них стал также интересен совместный проект с Егором Пыхаловым, который предлагает сервис доставки здорового питания.

**ЛК Катя и Роман, как давно вы занимаетесь семейным бизнесом?**

**Катя** Наш семейный бизнес начался в 2011 году с небольшого кафе в Куйбышевском районе г. Самары. За 2 года существования этого заведения нам удалось завоевать определённый авторитет и среди клиентов, и среди администрации данного района. Это был наш первый опыт в ресторанном бизнесе: начали было положено, нам всё удалось. Тогда мы и решили, что надо двигаться дальше и открыли ресторан-бар «Жигули» на ул. Стара-Загора, 142б. И уже на более серьёзном уровне стали развивать своё дело. В связи с тем, что в данном заведении нет каких-либо увеселительных мероприятий, мы делаем особый акцент на качество кухни и обслуживания в нашем ресторане. Кухня в ресторан-баре «Жигули» европейская, чешская: это сытные закуски, рульки, стейки, колбаски, пиво. Еда ориентирована, скорее, на мужскую аудиторию.

**Роман** По поводу качества кухни: мы стараемся «держать её на высоте», начиная от закупки продуктов и сырья, которые мы используем для приготовления пищи. Мы не используем



импортное мясо, работаем только с проверенными фермерскими хозяйствами, в чём качестве сырья и вкуса мы уверены на 100%. Мы ничего не замораживаем, мы не работаем на заготовках, то есть у нас всегда свежий отечественный продукт.

**Катя** Вообще история нашего пребывания в общественном питании начинается издалека. Моя мама всю свою сознательную жизнь работала в общепите на руководящих должностях, и я всё детство и юность наблюдала всю систему «от» и «до». При этом маме удалось привить мне любовь к кулинарии. Может быть, поэтому я и решила связать свою жизнь с ресторанным бизнесом. Начиная с нашего супругом высшего образования в сфере ресторанных бизнеса, мы намеренно шли по этому пути. Стажировались в своё время и у отечественных, и у зарубежных гурманов кулинарии. Мы и сейчас не останавливаемся, постоянно совершенствуем свои знания и умения.

На данный момент мы имеем ресторан-бар «Жигули», пекарню (массовое производство выпечки и поставка в буфеты образовательных и медицинских учреждений города). Не так давно открыли кулинарную студию «ArtCuisine», где стараемся

передать те кулинарные знания и опыт, которые имеем. Я провожу кулинарные мастер-классы для взрослых и детей. Мне очень нравится этим заниматься.

**ЛК Есть ли какие-то предпочтения, с кем больше нравится работать на мастер-классах: со взрослыми или с детьми?**

**Катя** Мне нравится работать и с детьми, и со взрослыми. Так как в разных случаях решаются разные задачи: с детскими интересно, с ними получаешь всегда положительные эмоции, тем более что у нас у самих маленькая дочка, и мне это близко. Со взрослыми – это уже интерес в самом процессе приготовления. Сейчас многие люди хотят научиться готовить дома профессионально (например, уметь правильно прожарить стейки, сделать именно ту степень прожарки, которая нравится супругу), и я с удовольствием делаюсь с ними своими знаниями. Это сейчас интересно и актуально. Что касается детей, то мы также проводим детские праздники (дни рождения) в формате кулинарных мастер-классов: сначала готовим с ними не очень сложное блюдо (обычно это десерты), затем красиво сервируем, и именинник с гостями с удовольствием и с гордостью съедают приготовленные собственными руками блюда. Ну и, конечно, обязательное шоу для детей.

**ЛК Катя, Роман, я знаю, у вас есть ещё одно интересное направление бизнеса. Расскажите об этом, пожалуйста.**

**Роман** Да, действительно, это наш совместный проект, одно из направлений, которым занимается наш партнёр Егор Пыхалов – это сервис доставки здорового питания.

**Егор** Всё началось с того, что я, будучи профессиональным спортсменом, часто сталкивался с проблемой питания: постоянно в делах, не успевал нормально поесть. Вот и решил заняться сервисом доставки здорового питания. Это интересно людям, у которых мало свободного времени, которые все в работе, очень заняты, но следят за своим здоровьем, весом: хотят похудеть или наоборот набрать вес (мышечную массу), либо это люди с какими-то аллергическими реакциями. Также это очень удобно для семей с маленькими детьми на руках.

**ЛК Егор, как можно сделать заказ?**

**Егор** У нас есть сайт, где можно посмотреть меню, выбрать программу питания и заказать. Данные программы разработаны врачами-диетологами, где учитывается оптимальное количество калорий, белков, жиров и углеводов. Представляется рацион для конкретного человека по запросу. «Меню на следующий день» доставляют каждый вечер. Много рационов для поддержания веса, похудения, набора мышечной массы, есть даже программа для будущих мам, где используются гипоаллергенные продукты. Это всё обобщённые программы. Кроме этого у нас есть индивидуальные программы питания. То есть врач-диетолог составляет индивидуальную программу питания для человека по запросу с учётом его вкусовых предпочтений и аллергических ограничений.

Если же человек уже достиг своих целей по питанию, он может перейти на другую программу, например, на поддержание результата, питаться также ежедневно здоровой пищей. Можно заказывать и как постоянное питание, так и для какого-то случая (день рождения, банкет) и просто для душа. Есть стартовые программы, пробный день. Рацион представлен на неделю, но можно попробовать на день (пробное меню), чтобы составить представление об этой услуге.

**ЛК Насколько это доступно по стоимости?**

**Егор** Да, это достаточно доступно. В среднем от 800 рублей за дневной рацион. На первый взгляд кажется, что недёшево, но если разобраться, то для приготовления того же меню необходимо потратить своё время, чтобы сходить в магазин, приготовить еду, потратить деньги на бензин. Мы упрощаем людям жизнь, когда привозим готовую еду; им остаётся только поесть с пользой для здоровья. Правило здорового питания – это 5-разовый приём пищи в день. Мы предлагаем полноценное меню: мясо, курица, рыба, овощи.

**ЛК Не теряются ли полезные свойства у приготовленных продуктов, ведь их привозят за день до приёма пищи?**

**Егор** Учитывая, что мы дома тоже готовим не на раз, то, в принципе, если еда приготовлена с вечера, а съедена на следующий день, питательные свойства пищи мало теряются. Еду доставляем каждый день, всегда свежий рацион на целый день. Доставка у нас по Самаре бесплатная.



**Ресторан-бар «Жигули»**

Самара, ул.Стара-Загора, 142б

📞 +7 846 927 08 28

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

[vk.com/zhilguli\\_samara](http://vk.com/zhilguli_samara)

✉ [@zhiguli\\_samara](https://www.instagram.com/@zhiguli_samara)



**Кулинарная студия «ArtCuisine»**

ТРЦ Охотный ряд, офис 1.1

Самара, Московское шоссе, 49

📞 +7 927 705 50 09

[vk.com/art\\_cuisine](http://vk.com/art_cuisine)

✉ [@art\\_cuisine](https://www.instagram.com/@art_cuisine)



**Сервис доставки здорового питания Smart Diet**

[www.smart-diets.ru](http://www.smart-diets.ru)

📞 +7 967 722 22 84

✉ [@smartdietetrus](https://www.instagram.com/@smartdietetrus)

**-10%**

- на меню в ресторане-баре «Жигули»
- на мастер-классы от «ArtCuisine»

**-7%**

- на сервис доставки здорового питания

**ЛЕДИклуб**

· дисконтная система ·



# ФОРМАТ, КОТОРОГО ЖДАЛИ



4 апреля 2017 г. состоялось торжественное открытие салона стильной женской одежды и имидж-студии DeLora fashion club по адресу: г. Самара, ул. Куйбышева, 83.

5 мая в Молле «АВРОРА» открылся второй мультибрендовый салон DeLora.

ТЕКСТ Наталья Кутлина  
ФОТО Юлия Максимова

Фэшн-клуб «Делора» – это новый формат: имидж под ключ, совмещающий мультибрендовый салон женской одежды и имидж-студию. Прекрасный ассортимент одежды, вдохновляющее многоцветие, стильные удобные фасоны – вот что нужно каждой женщине!

Отличительная особенность фэшн-клуба – это то, что женщина может прийти в один салон и создать свой образ, стиль, гардероб с нуля. В этом ей поможет команда настоящих профессионалов, имиджмейкеров, стилистов, консультантов. «Быть стильной – просто!» – лозунг и философия DeLora.

В Фэшн-клубе «Делора» представлен весь размерный ряд одежды (от 42-го до 62-го), причём на дам с роскошными формами и элегантными размерами делается особый акцент! В салоне представлены всевозможные стили на любой вкус, от делового до романтического. Вся одежда из натуральных и современных смесовых тканей, очень комфортные модели, отлично садятся на любой тип фигуры. Интересный крой, высокое качество ткани, актуальное цветовое решение костюма можно дополнить акцентными аксессуарами, большой выбор которых также имеется в Фэшн-клубе «Делора». В наличии также шейные платки и сумки (модные принты, интересные оттенки делают их невероятно красивыми).

Лариса Логинова-Васёкина, совладелец сети салонов «Делора», представила гостям праздника директора Фэшн-клуба «Делора» Ирину Новикову и её команду профессиональных консультантов и стилистов-имиджмейкеров. Среди партнёров клуба: Елена Шахова, стилист-колорист-технолог, визажист, (академия «Лайм люкс», Москва); Ольга Гаранина, профессиональный визажист, дипломированный специалист американской академии визажа и стиля; Лилия Исакова, бьюти-тренер; Анна Назарова, стилист-имиджмейкер; Анастасия Камышева, стилист-имиджмейкер.

В день открытия гостей праздника ждала интересная программа: дефиле-показ новой коллекции весна-лето 2017, презентация команды DeLora fashion club, музыкальный подарок от RAZAR, изысканный фуршет, розыгрыши призов, специальная скидка на новую коллекцию.

Все гости и партнёры с удовольствием окунулись в атмосферу праздника красоты, моды и стиля!



Калачанова Елена Викторовна, руководитель аппарата Думы городского округа Самы:

– На модной карте Самары открылось потрясающее место, где любая самарчанка может почувствовать себя королевой. Я глубоко убеждена, что женщина, независимо от возраста и статуса, всегда хочет быть красивой, быть в тренде. Сегодня появилась такая уникальная возможность, благодаря вашему клубу. Хочу пожелать вам удачи, исполнения всех задуманных целей, которые вы перед собой поставили, процветания и дальнейшего продвижения!

Анастасия Камышева, стилист-имиджмейкер, руководитель студии «Стиль и имидж для бизнеса и личной жизни»:

– Хочу поздравить Лару и Ирину с открытием салона. На самом деле такого формата нам действительно не хватает в городе, так как ощущается недостаток информации об имидже и стиле, модных тенденциях, и эту информацию женщины смогут почерпнуть здесь, и это здорово. Прекрасный ассортимент, столько цвета, которого мне как стилисту тоже всегда не хватает! В преддверии настоящей весны действительно хочется цвета! Спасибо, что у вас он есть! Хочется пожелать салону успехов, много лет развития и процветания!

Ирина Сергеевна Михайловская, руководитель проекта Молле «АВРОРА»:

– Хочу выразить своё восхищение вам и вашей команде! Вы действительно не боитесь пробовать что-то новое, создаёте для города новый формат. Я желаю вам всяческих успехов, чтобы проект процветал, радовал, развивался, чтобы все идеи, которые в вашей команде рождались, воплощались в жизнь и были востребованы.

Ждём Вас в Фэшн-клубе DeLora:  
на ул. Куйбышева, 83  
и в Молле «АВРОРА», 2 корпус, 2 этаж.



ЛЕДИклуб  
· дисконтная система ·

-10%  
на одежду  
и аксессуары



## НОВЫЙ УРОВЕНЬ самарских конкурсов красоты

БЕСЕДОВАЛА Ирина Киселенко  
ФОТО Аркадий Скворцов

**К**онкурс красоты для замужних женщин на титул «Миссис Мира» проводится уже 30 лет. Самарским красавицам попасть на него было крайне сложно, пока эту возможность не открыл в 2016 году продюсерский центр «LiMa», единственный представитель «Миссис России Мира» по Самарской области, обладатель эксклюзивной лицензии на проведение конкурса красоты такого высокого уровня. Вот уже второй год центр организовывает конкурс красоты и таланта «Миссис Самара», который является официальным отборочным этапом на Всероссийский конкурс красоты «Миссис России Мира». Мы встретились с учредителем продюсерского центра «LiMa» Лилией Манаевой, чтобы узнать, кто может претендовать на титул «Миссис Самара», а в дальнейшем и на «Миссис Мира», и чем обязывает этот титул его обладательницу.

**ЛК** Лилия, вы уже второй год организовываете конкурс красоты и таланта для замужних женщин Самарской области. Как воспринимают этот конкурс жительницы нашего региона?

**Лилия Манаева** Не скрою, к конкурсам красоты многие до сих пор относятся скептически, особенно в тех регионах, где никогда не проводились мероприятия действительно высокого уровня. Однако меня они привлекают достаточно давно, я с 18 лет участвовала в различных конкурсах красоты. В родном городе Магнитогорске была ведущей моделью агентства «Краса Магнитки», где меня часто приглашали на модные показы и съёмки, которые дали мне в профессиональном плане очень многое, в том числе большие возмож-

ности для самореализации. Хочу отметить, что конкурсы красоты повышают самооценку, дают возможность раскрыть таланты, придают уверенность в себе. В Самару я переехала в 2012 году и здесь вновь решила участвовать в конкурсе красоты, но уже в новом для себя статусе, а именно в статусе замужней женщины, имеющей ребёнка. Я попала на Всероссийский конкурс красоты в Москву, одержала победу, а затем отправилась на финал международного конкурса во Вьетнам, где получила титул «Mrs Universe Beauty 2015». После получения такого титула мне захотелось сделать что-то невероятное, я долго решалась и всё-таки взялась за организацию конкурса красоты «Миссис Самара», который за всю историю региональных конкурсов ещё никогда не проводился в Самаре. Я очень вдохновилась идеей проведения конкурса для женщин, которые с появлением собственной семьи продолжают интересную, насыщенную жизнь, остаются настоящими леди и показывают свою красоту, уверенность, обретённые ценности на свой город, Россию и весь мир. Занявшись организацией, я сразу решила сравнять уровень местных конкурсов красоты со всероссийскими, чтобы поднять их значимость, престиж и доверие, поэтому сотрудничаю только с крупнейшими национальными конкурсами, такими как «Mrs. Russia World», «Supermodel Universe.Russia» и «Юная Российская Красавица».

**ЛК** Помимо конкурса красоты «Миссис Самара» в арсенале продюсерского центра «LiMa» есть несколько интересных проектов. Расскажите о них.

**Л.М.** Мы организовываем ежегодный конкурс красоты среди будущих мам «Я в положении» – красивый, трогательный и, как показал опыт, очень нужный для будущих мамочек конкурс. Также мы проводим детский конкурс красоты и таланта «Юная Мисс Самара». В нашей программе на 2017 год запланирован новый проект «Supermodel».

**ЛК** В чём преимущества ваших конкурсов?

**Л.М.** Мои конкурсы очень отличаются от других. Я акцентирую внимание на сильной подготовке участниц, которая ведётся по разным направлениям. У нас проходят стабильные репетиции (в том числе постановка выходов на финал конкурса), уроки хореографии, несколько циклов фотосессий. Помимо красивой походки мы работаем над тем, чтобы женщины комфортно чувствовали себя на сцене, поэтому каждую неделю в рамках подготовки проводим всевозможные мастер-классы (искусство самопрезентации, актёрское мастерство, ораторское искусство, управление стрессом, стилистика и др.). Всё это помогает в дальнейшем более ярко проявить себя на конкурсе и показать свою индивидуальность. На протяжении всего проекта с участниками работает психолог, который учит справляться с волнением перед большой аудиторией, консультирует по возникающим вопросам. Также моя команда занимается созданием полного законченного образа каждой конкурсантки: подбором платья, макияжа и причесок как для фотосессий, так и для выходов на сцену, чтобы каждая женщина могла по-настоящему раскрыться и блестеть.

**Л.М.** Для участия в конкурсе красоты необходимо быть замужней женщиной с ребёнком в возрасте от 3 до 12 лет. Конкурс проводится в два тура: кастинг и финал.

**Л.М.** В финале конкурса красоты «Миссис Самара» будут выбраны победительница, 1-я Вице-Миссис Самара, 2-я Вице-Миссис Самара, а также победительницы в номинациях «Миссис Талант», «Миссис Стиль», «Миссис Доброта».

**Л.М.** В финале конкурса красоты «Юная Мисс Самара» будут выбраны победительница, 1-я Вице-Мисс Самара, 2-я Вице-Мисс Самара, а также победительницы в номинациях «Юная Мисс Талант», «Юная Мисс Стиль», «Юная Мисс Доброта».

-100%  
Скидка 10% на участие в конкурсах  
Продюсерский центр «LiMa»  
+7 (846) 221-000-6  
<https://vk.com/konkursSamara>  
[queen-samara@mail.ru](mailto:queen-samara@mail.ru)

# «МИССИС САМАРА 2017»

18 марта в ДК «Заря» состоялся финал II ежегодного конкурса красоты и таланта «Миссис Самара 2017».

Организатор конкурса – Лилия Манаева, директор продюсерского центра «LiMa», победительница всероссийских и международных конкурсов красоты, обладательница титула «Миссис Вселенная 2015», модель, хореограф.

Подготовка к финалу длилась на протяжении почти трёх месяцев: еженедельные репетиции, увлекательные тренинги и мастер-классы, творческий конкурс, три фотосессии – красавицы упорно готовились, проявляя все свои лучшие качества и умения.

Финал конкурса прошёл в торжественной обстановке в большом зале ДК «Заря».

Настоящий праздник красоты и женственности наблюдали те, кому посчастливилось попасть на это яркое, красивое мероприятие.

Победительницей и обладательницей звания «Миссис Самара 2017» стала Ксения Петрова.  
1-я Вице-Миссис Самара 2017 – Елена Тарасова.  
2-я Вице-Миссис Самара 2017 – Ольга Старыгина.



**ЕЛЕНА ТАРАСОВА**

**«Миссис Талант 2017» и «Первая Вице-Миссис Самара 2017»**

Мы с сестрой близняшки. И хотя факт нашего рождения записан одним днём, я – ещё Дева, а она – уже Весы. Я оказалась старше на 15 минут. Так и пошло по жизни: я с детства бери ответственность за младших и тех, кто рядом. Спустя три года родилась ещё одна сестра; нас стало трое, и забот у меня тоже прибавилось. Наша мама, Надежда Васильевна, работала врачом на скорой помощи, иногда сутками, а я отвечала за сестёр: воспитывала, готовила еду, помогала делать уроки, убиралась в доме, а ещё – до школы – ухаживала за больной бабушкой, делала ей уколы.

Я никогда не жалела себя, не боялась трудностей. В три с половиной года научилась читать; мама записала меня в библиотеку и я много и с удовольствием читала. В 5 лет мы с сестрой пошли в школу. Одновременно я стала заниматься народными танцами, пела в хоре и училась в музыкальной школе по классу фортепиано. Как и всем маленьким девочкам, мне очень нравилось играть в куклы, которым я с детства шила и вязала одежду (этому меня научила моя бабушка Анна Ивановна).

С 3-го класса посещала студию театра кукол, в которой мы сами изготавливали кукол и выступали в других школах со спектаклями. Здесь же я получила бесценные уроки актёрского мастерства и правильного произношения.

В старших классах занималась бальными танцами. Тогда же стала интересоваться биологией. Записалась в кружок при университете. Всё это не мешало мне учиться, а, наоборот, дисциплинировало. Я мечтала стать врачом, как моя мама. Я знала, что это тяжёлый труд, и очень много надо знать, ведь на враче лежит ответственность за жизнь и здоровье людей. Поэтому в школе нужно было учиться очень хорошо. Я старалась, участвовала в олимпиадах, была активисткой, комсомолкой и закончила школу с золотой медалью. И вот я – студентка Куйбышевского мединститута. Было непросто: учёба, дежурства...

Вышла замуж. В 1988 году родилась старшая дочь – Ольга. В институте мамам скидок не делали, а то и наоборот, спрашивали вдвойне: «Вы же пришли учиться...» И я старалась, труждалась. В итоге – закончила институт с красным дипломом, а потом и ординатуру с отличием. В 1994 году родилась вторая дочь – Полина. Я «училась» в школе со старшей, и растила младшую дочь. Естественно, водила детей на дополнительные занятия: художественная школа с Ольгой, музыкальная школа с Полиной. Но мне это доставляло только радость. И когда в 2006 году родился Алексей – мой сынишка, старшие дети мне очень помогалиправляться и с ним, и с домашними хлопотами. Дочь Ольга закончила политехнический институт с красным дипломом, уехала в Москву, работает экономистом в крупной компании. Полина тоже переехала в Москву, закончила вуз; сейчас работает в банке. Они уже «московские» миссис: обе замужем, а у меня два прекрасных зятя, которые любят моих дочерей и прекрасно относятся ко мне, с удовольствием приезжают в гости и ждут, когда приеду в Москву я. А в 2015 году я стала бабушкой, чему очень рада. Алексей учится в 41-й школе, отличник. Тоже есть планы покорения Москвы.

У меня прекрасная семья, и немалая заслуга в этом моего мужа Бориса. Он заботливый, любящий муж и отец, трудолюбивый, порядочный руководитель самарской фирмы. Мы стараемся проводить свободное время вместе: бассейн, дача, лыжи, фитнес.

Про конкурс я узнала случайно. Дочь увидела объявление о кастинге в Интернете и, как бы в шутку, предложила поуча-

ствовать. Тем более, что по возрасту это была бы моя крайняя попытка. Я уже участвовала в конкурсе «Самарская Красавица 2002», стала «Миссис «Телесемь». Все близкие и родные поддержали меня, и я решила попробовать! Работы и труда вложено немало: помогали все – и сёстры, и мама, и, конечно, моя семья и дети. И вот я – «Миссис Талант 2017» и «1-я Вице-Миссис Самара 2017».

Конечно, сначала были сомнения: зачем мне это? Но за два месяца произошли только позитивные перемены. Благодаря тренингам и репетициям я активнее занялась собой, стала более уверенно себя чувствовать, несмотря на свой возраст. Но самое главное, семья объединилась, хоть мы и в разных городах. Для конкурса «Миссис Талант 2017» мы с мужем выбирали музыку, сестра ставила танец, дети монтировали видеоряд, сестра моего мужа сочинила стихи в мой адрес, я пекла ватрушки и пирожные. На финале конкурса вся семья (за исключением старшего зятя: не смог приехать) вышла на сцену единым фронтом в жёлтой одежде (моего любимого цвета солнца). Для сына – это прекрасная возможность понять, как важно иметь крепкую семью и как много можно добиться всем вместе! Борис и Алёша стали по-другому смотреть на меня, больше ценить и чаще благодарить. Меня поддерживали родственники, одноклассники, друзья, родные и близкие по всей России, Узбекистану, Белоруссии. Многие волновались и внимательно следили за результатами голосования по Интернету. Это удивительно и приятно. Конкурс оказался хорошим поводом для заочного знакомства с дальными родственниками, которые отметили моё жизнерадостное и оптимистичное отношение к жизни.

Я благодарна всем, кто в меня верил. Это меня поддерживало, вдохновляло; хотелось никого не подвести. Сам конкурс как-то быстро закончился. Казалось бы, два месяца, но они были очень активными и быстро пролетели: репетиции, поиски платьев, примерки, фотосессии, мастер-классы... Участие в конкурсе для меня оказалось необыкновенным приключением, я представила себя Алисой в стране чудес, красоты и стиля. Теперь в нашей семье есть корона, которая станет нашей семейной реликвией. Я решила сохранить свои эмоции и впечатления от этого события и оформить фотоальбом, чтобы потом воскресить в памяти детали и ещё не раз пережить восторг, радость и волнения тех дней. Возможно, что-то могло случиться по-другому, но, к счастью, помогали организаторы. Им виднее, у них есть опыт проведения таких конкурсов, это их любимая работа. Хочется сказать огромное спасибо всем, а особенно членам жюри за теплые слова и комплименты. Каждой женщине хочется слышать их чаще, и не только от мужа.

Я счастлива, ведь мое приключение продолжается: впереди – конкурс «Миссис Россия Мира»!

*Работы и труда вложено немало: помогали все – и сёстры, и мама, и, конечно, моя семья и дети. И вот я – «Миссис Талант 2017» и «Первая Вице-Миссис Самара 2017»*

# МОДЕЛИНГ: ВЗГЛЯД ИЗНУТРИ

ТЕКСТ Дарья Галочкина

**М**ногим из нас, представительницам слабого пола, хотелось бы хоть разок заглянуть в закулисье модного мира: побывать на известном показе, почувствовать себя в роли модели, примерив платье «от кутюр» из последней коллекции, или познакомиться с настоящими законодателями моды, на которых равняется весь мир.

Чтобы приоткрыть дверцу в сердца дизайнерских домов, мы пообщались с нашими соотечественницами, юными, но уже опытными и востребованными моделями, которые рассказали нам о своих эмоциях, впечатлениях от главных показов модного мира, в которых им довелось участвовать.



**Светлана  
Матюнина, 19 лет**

Своей нестандартной внешностью и бесконечной длиной ног Света покоряет модные дома Лос-Анджелеса, Парижа, Токио, Сиднея. Этот список можно продолжать очень долго, но мы остановимся на неделях моды в Нью-Йорке и Милане.

В рамках Fashion Week в главном мегаполисе Штатов 2017 года прошёл показ молодёжного уличного бренда, которым буквально заполнены все модные новости и страницы «New York Times». Именно этот показ был самым запоминающимся для нашей восходящей звезды.

– На этом шоу была непередаваемая атмосфера. Каждое типичное шоу на неделе моды проходит в атмосфере стресса: все бегают, репетируют, ругаются, торопятся. НВА – единственное шоу в моей жизни, после которого я вышла не как «выжатый лимон», а с новой силой и энергией!

Мы танцевали за кулисами на репетиции, у всех было отличное настроение! Линию выхода выстроили за несколько

секунд до начала шоу (хотя дизайнеры всегда это делают заранее, продумывают, кто будет закрывать, кто открывать шоу), а Hood By Air сделали это прямо за кулисами. Мне очень повезло, что меня на последней секунде поставили в конец, и я закрывала лучшее шоу в моей жизни.

А в целом у меня, наверное, нет чувства, что я часть грандиозного события. Ко всему нужно пропасть, это всего лишь работа.

– Какой твой самый запоминающийся показ в рамках Milan Fashion Week?

– О Милане у меня нет хороших воспоминаний и впечатлений. Я не люблю Милан... и Милан, наверное, в ответ не любит меня.

– Есть ли у тебя мечты, связанные с карьерой?

– У меня нет мечты, у меня есть цели. Я стараюсь работать и со временем реализовать их.



**Дарья  
Плотникова, 21 год**

За её спиной десятки известных показов, рекламных кампаний и журналов; своей идеальной фигурой она украшает по-диумы модных столиц.

– Самый запоминающийся показ – Philipp Plein 2016 года. Один из самых эпатажных дизайнеров нашего времени возвиг необычные декорации – целый маленький город, который был пронизан необыкновенной атмосферой. На самом показе было множество звёзд, сам Philipp Plein дружелюбно общался со всеми моделями, давал нам разные наставления. Главная задача и концепция шоу – независимость и красота женской натуры. На

завершающей стадии показа всех моделей вознесла над зрителями огромная карусель, это было невероятно захватывающее!

– Есть ли у тебя мечты, которые ещё предстоит осуществить?

– Наверное, главная мечта уже осуществлена. В детстве я очень часто слышала от людей, что у меня есть данные для того, чтобы стать моделью. Поэтому когда я начала свой путь в этой сфере, уверенности у меня было достаточно. Но со временем я поняла, что внешность – это только половина успеха и важно каждый день работать над собой. Сейчас мне нравится моя жизнь: я путешествую по миру, знакомлюсь со многими интересными людьми. Но с опытом работы детское представление об этой профессии в корне изменилось, теперь я понимаю, что это не только внешние данные: прежде всего, это работа над самой собой.



**Алёна  
Нургалиева, 21 год**  
Уфа, агентство YES models

Известные рекламные кампании, яркие обложки и знаменитые показы – обычные рабочие дни Алёны. Восходящая звезда моделинга поделилась с нами впечатлениями о работе с законодателями моды XX–XXI веков – Dolce Gabbana.

– Каковы были эмоции, когда ты узнала, что примешь участие в показе Dolce Gabbana?

– Эмоции просто не передать словами! Для меня всегда это шоу ассоциировалось с чем-то волшебным и прекрасным. Я была приятно удивлена. На бэкстейдже потрясающая атмосфера, там ты чувствуешь себя настоящей принцессой: всё для тебя! Это очень редко для показов.

– Как проходил кастинг, много ли было девочек?

– Кастинга у меня не было, поставили сразу примерку, предварительно выбрав по фото. Я помню этот день, как будто это было вчера: просидела я в модном доме десять часов, после чего меня отправили домой и попросили вернуться в день показа. На самом деле, для меня важно каждое шоу, но особенно нравятся итальянские бренды, они вдохновляют и с ними безумно приятно работать! А что касается дальнейших планов, моя профессия совершенно непредсказуема! Сегодня я в Нью-Йорке, завтра в Париже, даже не успеваешь следить за событиями!



**Полина  
Журова, 19 лет**

Несмотря на самое начало карьеры, своим необыкновенным лицом Полина уже сумела пленить сердце модного дома Gucci, в рамках которого прошёл её первый грандиозный показ.

– Какие чувства тебя окутывали, когда ты узнала, что тебя подтвердили на участие в показе Gucci?

– Они непередаваемы, честно. Я не верила до последнего. У меня уже были ситуации с хорошими работами, когда меня снимали с них в последний момент, так что старалась сильно не радоваться и не распространяться на этот случай. Самые сильные эмоции радости я испытала уже после показа, что-то в духе: «Я наконец-то это сделала!». С дизайнером пообщаться не удалось, к сожалению; единственное, о чём мы с ним говорили – это на примерке он спросил у меня, комфортно ли мне в этой одежде. Восхищает, что он собирает каждый образ сам; один из немногих дизайнеров, которые сидят на примерке и подбирают украшения для каждой модели: обычно этим занимаются ассистенты. Этот показ Gucci проходил в рамках коллекции осень-зима 2016–2017, тогда меня впечатлило потрясающее буйство красок и сочетание несочетаемого.

– Что ты считаешь самым интересным в работе?

– Путешествия. Знакомства. Испытание себя, своей воли, силы. Моделинг – это возможность посмотреть множество стран, изучить их изнутри: культуру, традиции, особенности менталитета, и попробуй за полтора месяца не проникнуться всей этой атмосферой! Ты приобретаешь новые точки зрения, смотришь на явные для тебя вещи под другим углом, и это здорово.

– Что для тебя моделинг: хобби или испытание?

– Это проверка на самостоятельность. Когда совсем ёшё ребёнок оказывается в другой стране на целых два месяца, когда никто вокруг не говорит по-русски, да и мало кто по-английски – попробуй справься! Также это огромное испытание для родителей, которые отправляют на свой страх и риск ребёнка на другой конец света одного. Берёшь себя в руки и идёшь дальше. Сразу после поездки могут позвонить и сказать: «Полин, тебе билеты купили в Милан на послезавтра, обратных не брали, но ты же говорила, что проблем не будет», и ты бежишь в понедельник по всем преподавателям, закупаешь гречку, меняешь деньги и улетаешь на долгое-долгое время. Если ты решила работать моделью – будь готова ко всему. Вот такие «интересности» со мной происходят.

# ДЕНЬ МОДЫ И КРАСОТЫ



ФОТО Анастасия Бажина

**В** финальный день весенних каникул Центр «Возрождённые традиции» совместно с журналом «Леди-клуб» организовал семейный праздник для прекрасных мам и их очаровательных дочек: «День Моды и Красоты» в «Школе благородных девиц».

Гостей приветствовали руководитель Центра «Возрождённые традиции» Эльвира Архипова и издатель журнала «Леди-клуб» Юлия Галочкина. Затем мамы отправились в зал для творческих занятий, где под руководством педагога «Дамского клуба» Центра Елены Кузуб приступили к изготовлению стильных украшений для своих дочек.

А девочки попали в настоящий мир Моды и Красоты, который создали для них большие профессионалы, мастера своего дела.

Салон красоты Натальи Бекетовой «N. Beketova's Salon» для каждой юной леди создал свой неповторимый образ, который подчёркивал её индивидуальность, красоту и непосредственность. Бутики одежды «Кенгуру» и «UNIQUE» помогли завершить этот образ, предоставив стильную и модную одежду, а роскошные ободки дизайнера украшений Дарьи Арутчевой превратили девочек в настоящих принцесс. Прелестные леди прошли мастер-класс по дефиле, который провела для них владелица модельного агентства «HELLO, ДЕТКИ» Алла Романова.

После очень профессионального и интересного мастер-класса каждую участницу праздника ждала фотосессия от замечательного семейного фотографа Анастасии Бажиной. А кульминацией мероприятия стало невероятно трогательное дефиле, когда девочки продемонстрировали шикарные наряды перед самым благодарным зрителем — своими родителями. Наградой за труд девочкам стал розыгрыш призов, предоставленных щедрыми партнёрами.

По традиции каждое мероприятие в Центре «Возрождённые традиции» заканчивается душевным чаепитием. Такое по-настоящему семейное чаепитие состоялось и в завершении «Дня Моды и Красоты», особенно порадовав маленьких гостей праздника.

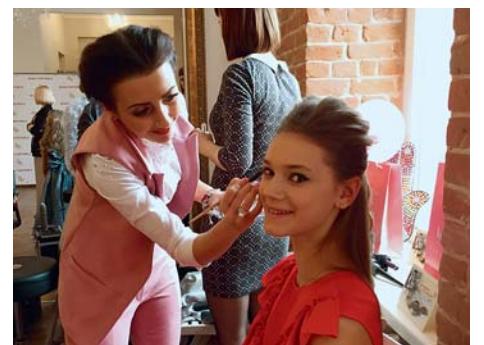






Фото Анастасия Бажина

## Ярослава Степанова, 8 лет

**Хобби:** танцевать, рисовать, петь; очень любит лошадей  
**Мечта:** иметь свою конюшню

Одежда: бутик «Кенгуру»  
Образ: N. Beketova's Salon



Фото Анастасия Бажина

## Мария Никитина, 11 лет

**Хобби:** танцы, чтение, рукоделие  
**Мечта:** побывать в разных странах мира

Одежда: бутик «Unique»  
Образ: N. Beketova's Salon

## Ирина Бережная, 9 лет

**Хобби:** фортепиано, хореография, рисование, верховая езда  
**Мечта:** открыть свою арт-студию и заниматься с детьми

Одежда: бутик «Unique»  
Образ: N. Beketova's Salon



Фото Анастасия Бажина



Фото Анастасия Бажина

## Аксинья Стукалова, 7 лет

**Хобби:** очень любит рисовать и танцевать  
**Мечта:** стать Пинки Пай или волшебницей  
Одежда: бутик «Кенгуру» Образ: N. Beketova's Salon



Фото Анастасия Бажина

## Маленькие Lady



Фото Анастасия Бажина

## Мария Наринская, 8 лет

**Хобби:** хореография, театральная студия, детское модельное агентство «Hello, детки»  
**Мечта:** стать ветеринаром, чтобы помочь животным; открыть свой ресторан для папы и для души; сняться в фильмах  
Одежда: бутик «Кенгуру»  
Образ: N. Beketova's Salon

## Аделина Мустафина, 6 лет

**Хобби:** спортивная гимнастика, участие в конкурсах «Юная модель»  
**Мечта:** побывать в Париже и в Диснейленде  
Одежда: бутик «Кенгуру»  
Образ: N. Beketova's Salon



Фото Анастасия Бажина

## Ева Астрелина, 11 лет

**Хобби:** живопись; писать рассказы, организовывать мероприятия; делать спектакли, проводить конкурсы и квесты  
**Мечта:** летать как птица и победить в проекте «Голос-Дети»  
Одежда: бутик «Unique»  
Образ: N. Beketova's Salon



Фото Анастасия Бажина

## Мария Корчагина, 6 лет

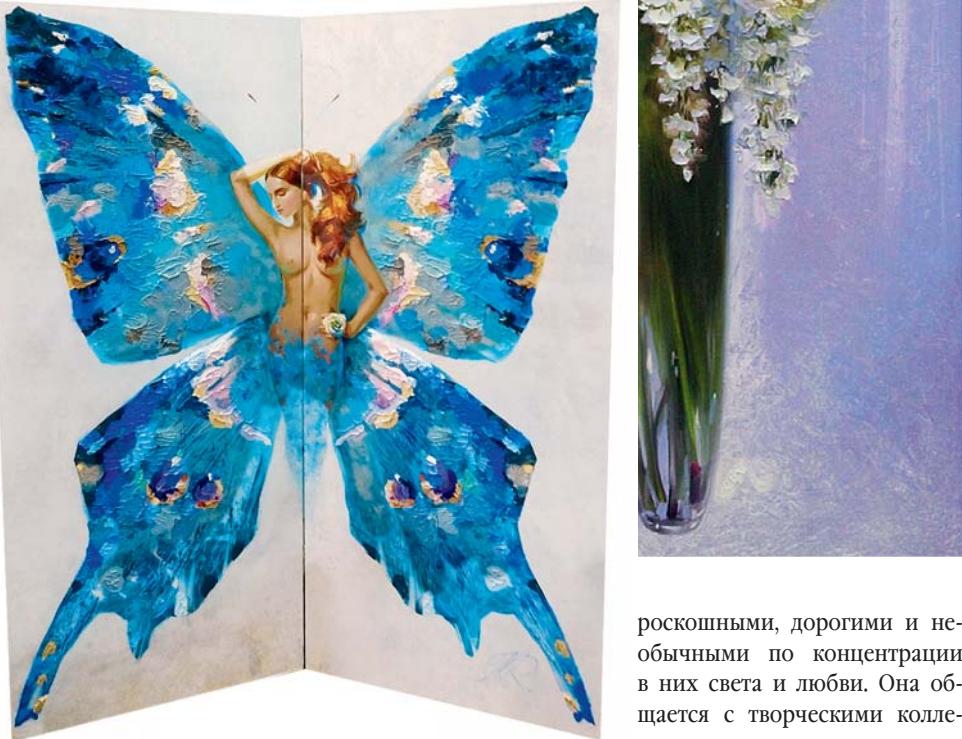
**Хобби:** рисование и рукоделие  
**Мечта:** путешествовать и стать художником  
Одежда: бутик «Unique» Образ: N. Beketova's Salon

# ХУДОЖНИК ПО ИМЕНИ СОЛНЦЕ



⌚ +7 917 953 58 52  
+7 927 770 98 18

У самарского художника Натальи Чибриковой есть ещё одно имя, творческий псевдоним – Рави, на санскрите означающее «Солнце». И если вам посчастливилось видеть произведения, созданные Натальей Рави, а тем более – встречаться, общаться с нею самой, тогда вы точно знаете, почему – «Солнце»! Потому что в глазах её – солнце, в сердце – солнце, в посланиях жизни – солнце! Художник Наталья Чибрикова – участница многих выставок. Ноябрь 2015 года в Самаре был расцвечен персональной выставкой Натальи Чибриковой – «Romantic» в Cloud Cafe. Ноябрь 2016 года осветила её выставка в Доме культуры «Луч». А летом розы на её полотнах цветли в коллективной выставке «Прекрасная садовница» в самарском Доме культуры «Чайка». Знатоки живописи считают картины Натальи Чибриковой



роскошными, дорогими и необычными по концентрации в них света и любви. Она общается с творческими коллегами на пленэрах и проводит мастер-классы для студентов, к примеру, сызранского колледжа культуры и искусств. Для своей 17-летней дочери, для себя и для тех, кто уже специально обращается к ней, она разрабатывает модели одежды, а избранные ею швеи их воплощают в реальности. Она с удовольствием ходит в театры, путешествует по миру. Программы о ней и с её участием выходят на телеканалах «Губерния» и «Самара-ГИС». Её творения настолько хороши, что любой человек, способный воспринимать прекрасное, однажды познакомившись с Натальей Рави, будет всегда знать и помнить, что она – художник по имени Солнце.

## МЕСТО СИЛЫ

Соцсети всё активнее входят в нашу жизнь. В огромном количестве информации, которую можно там почерпнуть, порой встречаются настоящие шедевры. В этой рубрике – самое интересное, что нам удалось прочесть в соцсетях. Сегодня, по мнению редакции, лучшее произведение принадлежит «перу» Тани Ройз, опубликованное в Инстаграмм (печатается с разрешения автора).

ТЕКСТ Таня Ройз  
ИЛЛЮСТРАЦИЯ Таня Ройз

Будучи бедными студентами Я и мой второй муж (звукит, а?) обитали тогда в старой однушке, доставшейся от моей бабушки. Это было настоящее логово художников! Эх, какие там собирались богемные тусовки! Голодные и непризнанные таланты всех мастей! Поэты, художники, писатели и дизайнеры. Сейчас, вспоминая то время, я диву даюсь: как мы помещались там все? И как я могла писать в такой обстановке? В углу всегда стояло два мольберта: мой и мужа. И вот, некурящая я утопала в сизых клубах дыма, слушала одним ухом беседы о высоком, забивалась себе в уголок и писала! Под гитарные аккорды, под горячие споры, под оглушительный смех и шуршащий шёпот. Писала я с одинаковой охотой и картины, и литературные опусы в дневник. При этом кто-нибудь не сильно трезвый обязательно норовил вмешаться в процесс. Разворачивал холст к толпе или даже вырывал из рук листок и начинал разбирать по косточкам всё нарисованное/написанное с хохмами и колкими замечаниями. Мы все, конечно, тогда считали себя чертовски гениальными. Юные, худые, немного злые и всегда с огнём в глазах. Эти худсоветы местного разлива часто были суровы, но при этом конструктивны и заставляли двигаться вперёд. ...Я пишу этот текст в бирюзовой кофейне. Но моё место силы всегда со мной – алая стена, зажатые в уголочек кресла ощущение невыносимой лёгкости бытия и собственной гениальности.



# ПЕРЕДОВАЯ ТЕХНОЛОГИЯ ЛАЗЕРНОЙ ЭПИЛЯЦИИ *теперь доступна для пациентов Самарской области*

На что только ни готовы современные женщины, чтобы избавиться от нежелательных волосков на теле, добиваясь ощущения безупречно гладкой и нежной кожи. До поры до времени представительницы прекрасного пола использовали бритвенные станки, крем для депиляции и воск. Сегодня им на смену пришла лазерная эпиляция.

О первых аппаратах для лазерной эпиляции заговорили в 1990-х годах, хотя впервые этот метод был открыт ещё в 1970-х во время исследований по физике. Во время эпиляции энергия лазера попадает на корни волос, разогревая и уничтожая волосяной фолликул. Через некоторое время волос ослабевает и выпадает. Но действие лазера распространяется не на все фолликулы. Некоторые из них, неактивные или дремлющие, остаются невидимыми. Поэтому требуется повторить процедуру через определённое время. Лазерная эпиляция эффективна для удаления волос как в области тела (зона глубокого бикини, на груди, на шее, руках, ногах, ягодицах, в подмышках, животе, спине) так и на лице (усики над верхней губой, на подбородке). Её используют не только женщины, но и мужчины.

В настоящее время с целью эпиляции используются следующие лазеры: неодимовый, александритовый и диодный. Недостатками неодимового лазера являются – болезненность, невозможность удаления тонких волос. Александритовым лазером удаляют даже тонкие волосы, но при проведении процедуры на смуглой и загорелой коже высок риск развития ожогов; процедура болезненна и требует предварительного обезболивания.

Всех этих недостатков лишён диодный лазер. Его называют «золотым стандартом» лазерного удаления волос. Диодный лазер позволяет избавиться от ненужных волос быстро и эффективно. Это связано с универсальностью и значительной мощностью диодного луча, длина волны которого 808 нм, что даёт возможность лазерному излучению попадать в глубокие слои кожи, не травмируя её.

Мы предлагаем эффективную, безопасную и безболезненную лазерную эпиляцию на диодном лазере **MAGMA** от компании FORMATK SYSTEMS (Израиль).

## *Что отличает диодный лазер MAGMA от остальных систем по удалению волос:*

❖ **Это эффективная эпиляция.** Диодный лазер удаляет волосы любого цвета и толщины на коже любого цвета (даже тёмной и загорелой).

❖ **Это самая безопасная процедура лазерной эпиляции,** т. к. аппарат MAGMA снабжён уникальным сканером для измерения пигментации кожи со шкалой от 1 до 100. Значение сканера вводится в аппарат и происходит автоматическая настройка параметров, что позволяет избежать ожогов кожи. Лазерная эпиляция на этом аппарате позволяет с первой же процедуры устранить проблему вросших волос!

❖ **Это безболезненная эпиляция, не требующая обезболивания** за счёт современной системы охлаждения кожи и сапфирового наконечника, а также шести режимов подачи импульса, гарантирующие комфорт и безопасность.

❖ **Это высокоскоростная эпиляция.** Сокращение времени процедуры происходит за счёт увеличенной площади сапфирового наконечника и высокой частоты следования импульсов, в отличие от других лазерных систем, что позволяет быстро обрабатывать большие области и экономить ваше время. Диодный лазер MAGMA позволяет удалить волосы на любом участке лица и тела и в любое время года.

Лицензия ЛО-63-01-004156

О наличии противопоказаний необходимо проконсультироваться со специалистом

# Мировые стандарты в лазерной эпиляции

## диодный лазер



**VBeauty**  
Волга Бьюти клиника

**г. Самара, ул. Вилоновская, 40**  
**205 50 40,**  
**+7 987 955 50 40**  
**[www.volgabeauty.ru](http://www.volgabeauty.ru)**



Врач-косметолог, кандидат медицинских наук  
Золотовицкая Наталья Николаевна

- **многолетний опыт**
- **передовые технологии**
- **высококачественное оборудование**

Приобретая Чёрную икру «ВОЛЖСКИЙ ОСЁТР»  
Вы приобретаете не только Роскошный продукт  
Вы приобретаете Здоровье!!!



# ВОЛЖСКИЙ ОСЁТР

ИКРА ИЗ ОСЕТРОВЫХ РЫБ АКВАКУЛЬТУРЫ  
С ЦАРСКОЙ РЫБОЙ – СТОЛ ЦАРСКИЙ!

Тел: +79277625209

Сайт: [volzhskyosetr.ru](http://volzhskyosetr.ru)

Группа вконтакте: Волжский осётр

Группа в Facebook: Волжский осётр

Бесплатная доставка по г. Самара