

# ЯРОСЛАВЛЬ Улыбница

ЖУРНАЛ О ГОРОДЕ И ЕГО УЛЫБКАХ № 6 (22) 2021



Мы хотим,  
чтобы люди  
женятся красиво!



**СВАДЕБНЫЕ ПЛАТЬЯ | ОБУВЬ | АКСЕССУАРЫ  
БЕЛЬЕ ДЛЯ УТРА НЕВЕСТЫ | УСЛУГИ АТЕЛЬЕ**

СВАДЕБНЫЙ САЛОН «МЭРИ ТРЮФЕЛЬ» ул. Андропова, 27/19

Запись на примерку 8(901)052-52-08. @marytrufel\_yaroslavl. <https://yaroslavl.marytrufel.ru>



Фотограф: @photo\_juliabar | Стилист: @smorodinova\_an | Модели: @sigma\_yaroslavl | Визажист: @promakeup.dasha | Визажист: @ivanovskaya\_make\_up  
Прически: @masha\_image | Одежда: @lavetrina.store | Обувь и аксессуары: @studiodesign.shop | Свадебный салон @marytrufel\_yaroslavl



Мэри

Прюферль





СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ  
СТУДИЯ

◆ ДОКТОРА КОРОЛЁВА ◆

📍 Свердлова 87/12  
☎ тел: 33-87-99  
🌐 korolevdentalstudio.ru  
📷 drkorolev

# *Искусство идеальной улыбки*

Виниры, имплантация, отбеливание,  
лечение и протезирование зубов,  
аксессуары для ухода за полостью рта

*Индивидуальный подход  
Высокое качество работы  
Обновленный интерьер  
Только первоклассное оборудование*

## СОДЕРЖАНИЕ



### Слово главного редактора Стр. 6

Встречаем Новый год с нашим свежим выпуском. Готовимся к праздникам, загадываем желания и верим в лучшее!

### Полезности Стр. 7

Экзотические фрукты в период частично закрытых границ? Нет проблем с Exotic Fruits Yar. Доставят самые свежие сочные экземпляры прямо домой.

### Девушка с обложки Стр. 8

Создать мощную компанию, работать с Европой, и при этом являться судьей международного масштаба и самой участвовать в чемпионатах — это все о Екатерине Termish. Знакомимся поближе и перенимаем опыт.

### Ликбез Стр. 12

Рубрика «Ликбез» всегда полна новинок, свежих идей и актуальных новостей. Не пропустите!

### Экспертное мнение Стр. 13

Самые полезные советы и актуальные новости мира SMM рассказывает Вера Шаброва — профессионал с большим опытом.

### Интересный разговор Стр. 14

Эта хрупкая, привлекательная девушка чувствует себя как рыба в воде на бирже и знает, как преумножить ваш капитал.

### В гости к мастеру Стр. 16

Классные, современные и запоминающиеся дизайны экошопперов от Екатерины Борокиной никого не оставят равнодушным.

### Персона Стр. 18

Хореограф и руководитель студии танца на пилоне Pole Pride Яна Смурова рассказывает о своем пути и о чемпионате, который проходит уже седьмой год и приобрел статус международного.

### Красота заманчива Стр. 20

В этом выпуске мы беседуем с Викторией Владимировой, которая в своей студии Time Beauty имеет богатый арсенал аппаратов и средств, помогающих каждой женщине нравиться себе в зеркале.

### #выборулыбнись Стр. 22

Ну кто из нас не мечтает о здоровых зубах? А о белоснежной улыбке? Уверены, эта тема актуальна для большинства. Мы встретились с Валерией Алексеевой и расспросили о способах достижения желаемого.

### Party Стр. 24

Фотоотчеты с самых значимых мероприятий нашего города.

### Гороскоп Стр. 26

В наше время ни в чем нельзя быть уверенным. Это касается многих аспектов, но только не нашего гороскопа. Астролог Марина Скребкова неизменно попадает в точку со своими прогнозами.

### Адреса распространения журнала Стр. 28

Даем явки-пароли, где нас можно найти.



**Улыбнись**  
ЖУРНАЛ О ГОРОДЕ И ЕГО УЛЫБКАХ

16+

**Улыбнись, Ярославль,  
ноябрь/декабрь 2021 6(22)**

Главный редактор:

Королёв Андрей Игоревич

Выпускающий редактор:

Махова Екатерина

Дизайн и верстка: Сосновская Валентина

Корректор: Ледовская Олеся

Отдел рекламы:  
+7 (915) 960-02-19  
@ulibnis\_yaroslavl  
ulibnis.yar@mail.ru

Адрес редакции:  
150054, Ярославль, Свердлова, 87/12.  
Телефон редакции: (4852) 33-87-99.  
E-mail: [mag@drkorolev.ru](mailto:mag@drkorolev.ru)  
[www.korolevdentalstudio.ru](http://www.korolevdentalstudio.ru)

@drkorolev  
Информационный журнал  
«Улыбнись, Ярославль».

Адрес издателя: 150054, Ярославль, Свердлова, 87/12.  
Отпечатано: типография «РИММИНИ».  
Адрес типографии: Россия, г. Нижний Новгород, ул. Красновозвездная, 7а, офис 3.  
Тираж: 999 экз.  
Периодичность: ежемесячно.  
Распространение: бесплатно.  
Перепечатка материалов и использование их в любой форме, в том числе и в электронных СМИ, возможны только с письменного согласия редакции. За содержание и стилистику рекламных материалов редакция ответственности не несет.  
Дата выхода в свет: 15 ноября 2021 года



На обложке:  
**Екатерина Termish**  
@Termish  
Фотограф: **Серегина Ирина**  
@irina\_sereginaa  
Визажист, гримёр театра и кино: **Анастасия Киршина**  
@sia\_kirshina  
Студия: **Bestmemories, Moscow.**

GEL' BEAUTY BAR

# ВАШЕ ОСОБЕННОЕ МЕСТО



Маникюрная парикмахерская «Gel' Beauty Bar» — это не просто место, где делают маникюр и стрижки. Это новая студия, уникальное пространство для людей, которые хотят не только получить услугу, но и приятно провести время, насладиться невероятной атмосферой уюта, современным дизайном и высоким уровнем сервиса.

Для вас nail-барная стойка с 4 рабочими маникюрными местами, где всем будет удобно. Уютная зона педикюра, а также Brow и Hair мастерская.

Огненно красный или френч, овал или стильный квадрат, гель-лак или

вообще без покрытия, подстричь и покрасить волосы — легко!

Большим спросом пользуется услуга маникюра и педикюра в 4 руки: два часа вместо четырех. Это сильно экономит время. А время — это то, чего так не хватает в современном

мире. Всегда в наличии уходовая косметика для вашего тела и волос от профессиональных брендов.

В нашей студии всегда можно приобрести подарочные сертификаты на любую сумму или услугу.

**Запишись на маникюр и получи Спра-процедуру в ПОДАРОК\* по промокоду «Улыбнись»**

Рыбинск, ул. Кирова, 6  
8 (910) 973-19-36  
@gel.beauty.bar



Ярославль, ул. Лисицина, д. 57  
(ЖК «Династия»)  
8 (910) 973-04-91  
@gel.beauty.bar.yar

## СЛОВО ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА



**И**так, год подходит к концу, очередной акт пьесы закончен, аплодисменты, занавес, ждем начала следующего действия. Сложно прогнозировать, что нам приготовили в новом году, поэтому пока мы еще в этом, и давайте завершим его как следует. Под этим я предполагаю: полистать наш свеженький хрустящий (как первый снег) выпуск и найти для себя что-то по душе.

Может быть вы выберете студию Time Beauty, где помогут без уколов привести себя в порядок, а может быть запишетесь на первое занятие в студию танца на пилоне Pole Pride Яны Смуровой. А вдруг, прочитав интервью с Анной Александровой, захотите инвестировать в какой-нибудь перспективный стартап.

Кстати, подсказки о крутых подарках к праздникам мы тоже даем: что может быть лучше подарка ручной работы? Правильно, только подарок ручной работы по индивидуальному заказу. В этом сильна Екатерина Борокина, которая распишет экосумку тем рисунком, который захотите! А если вы любитель Азии и невыносимо по ней скучаете, заказывайте себе и близким фруктовые боксы у Exotic Fruit Yar — очень вкусно и прямиком из Таиланда.

Психологи говорят, что перед праздниками мы добрее по отношению к себе, разрешаем маленькие радости. Я желаю каждому, дорогой читатель, иметь эти маленькие радости, и в состоянии добра встретить грядущий год.

**К. М. Н., АНДРЕЙ КОРОЛЁВ**  
@drkorolev





## КАК В ЯРОСЛАВЛЕ ПОПРОБОВАТЬ 15 СОРТОВ МАНГО?



Мы с мужем 4 года назад впервые попробовали экзотические фрукты в Таиланде. И влюбились. Сначала в фруктовый тропический аромат, потом в такую неповторимую палитру вкусов — от медовой сладости манго, до нежной кислинки маракуйи и сладковатой свежести

питахайи. Впечатлились настолько, что ещё через год нам удалось спланировать авиапоставку фруктов из Таиланда в Ярославль, для себя и друзей. Результат нас поразил — это были фрукты, которые не сравнятся с экзотикой из сетевых магазинов, которая месяцами дозревает на полках. Кстати, мы первые, кто привез в Ярославль дуриан!

Сейчас мы доставляем в наш город и соседние регионы более 40 видов экзотики из Таиланда, Вьетнама и Колумбии. Наши фруктовые боксы более 1300 раз заказали в качестве подарка родным, коллегам и друзьям. Уверены, что такой сюрприз точно запомнят, ведь это не просто фрукты, а целая игра во вкусовые ощущения!

Сейчас рейсы из тропиков привозят фрукты несколько раз в неделю, поэтому они всегда спелые, свежие, не обработанные химией.

У нас огромный ассортимент. Мы всей командой попробовали уже более 15 сортов манго, и у Вас тоже есть такая возможность!

*Ваш фруктовый менеджер, Евгения*



+7-905-631-68-44

+7-905-631-68-44

@exotic\_fruits\_yar

@exotic\_fruits\_yar

Сотрудничаем с кафе, ресторанами,  
организаторами мероприятий.



# МИР TERMISH

Эта энергичная брюнетка в свои годы сделала столько, сколько некоторые люди за всю жизнь не успевают. Компания Екатерины носит статус международной, а продукция, которую она производит, сертифицирована не только в России, но и в Европе. Сама основательница, казалось бы, достигла всех мыслимых и немыслимых высот, но — нет, она полна идей и планов на будущее. Мы встретились с Екатериной, и все разузнали, итоги вы найдете в интервью.

**— Екатерина, рады встрече! Вы — владелица и руководитель международной компании Termish, которая занимается обучением мастеров маникюра, и создательница собственной линейки продукции в nail-индустрии.**

— Приветствую всех и рада знакомству! Да, все верно, наш проект представлен в 16 странах мира, таких как Италия, Испания, Португалия, Франция, Германия, Швеция и другие — это международная школа, которая дает знания своим ученикам и обеспечивает их продукцией. Нас хорошо знают и доверяют, как в гелевой системе и в блоке аэрографии, так и в моделировании ногтей. В Европе очень ценятся наши знания, а кто пробует работать на наших материалах — влюбляются навсегда. И вообще, наш русский маникюр не сравним ни с каким другим.

**— Расскажите, как зародилась ваша компания?**

— Я вышла замуж за ярославца и переехала сюда из Москвы. После получения профессии мастера маникюра, я практически сразу начала участвовать в чемпионатах, занимать призовые места, и на данный момент, побывала уже в 18 странах. Моя компания изначально держала курс на Европу, именно там были наши первые ученики и школы, и именно по их запросу мы начали делать свою продукцию. Мы создали свое производство гелевой продукции и краски для аэрографии в Ярославле. Честно, я до этого времени не знала, что Ярославль знаменит практически на весь мир своими лакокрасочными предприятиями.

**— Почему именно сейчас появилось желание рассказать о себе со страниц глянца?**

— Да, вы правы, раньше такой необходимости не было потому, что я была постоянно в командировках по обучению иностранцев. Нашу школу и продукцию полюбили тысячи мастеров по всему миру, а на родине о нас мало кто знает, поэтому с удовольствием будем знакомиться.

**— Что бы вы хотели предложить nail-мастерам?**

— На самом деле, за плечами многолетний опыт не только участия в чемпионатах, но также судейство и преподавание. Нам есть что рассказать и чем поделиться. Например, курс по аэрографии, экспресс моделирование ногтей, аппаратный маникюр без режущих инструментов. Курсы дадут возможность любому мастеру повысить свой средний чек за услугу и разнообразить спектр предложений интересными вариантами. А также возможность работать на материалах премиум-класса по доступной цене.

**— А что насчет вашей продукции?**

— Без ложной скромности, наша продукция продумана до мелочей, сделана с любовью к профессии, и с пониманием дела. Гель-лаки созданы исходя из личного опыта, учитывая предпочтения клиента, с соблюдением всех стандартов. Палитра подобрана таким образом, что они не пылятся на полках, а всегда востребованы и максимально удобны в применении. Моя команда технологов крайне скрупулезно подходит к той или иной задаче. Мы сделали нашу про-

дукцию гипоаллергенной, потому что думаем о здоровье мастеров. Гель-лаки равномерно наносятся без утолщения ногтевой пластины, при этом очень износостойкие.

Сейчас у нас вышло несколько новых линеек (это гели нового поколения): Gel System Termish, Poly Gel Strong Termish, Builder Gel Termish. Это прорыв в моделировании, выравнивании, укреплении, реконструкции, донорировании ногтей, аналогов которым нет. Мы не стоим на месте и постоянно совершенствуемся.

**— Знаем, что ваша продукция имеет сертификат качества Роспотребнадзора и европейский CPNP.**

— Все верно, наша продукция прошла сертификацию и отвечает всем необходимым стандартам, поэтому мы открыто работаем с Европой. Скажу больше — далеко не у всех компаний на рынке нашего сегмента есть эти сертификаты. Но наша компания данный контроль прошла успешно, без каких-либо нареканий, и по праву имеет возможность быть представленной на международном рынке.

**— У вас очень необычное, интересное название Termish, расскажите, как оно родилось?**

— На самом деле, это очень милая и дорогая моему сердцу история, которая напрямую связана... с моим мужем. Дело в том, что он — спортсмен, и за годы своих тренировок и участия в различных соревнованиях забрал все мыслимые и немыслимые награды (в этом мы с ним, кстати, похожи). Пришел тот



**Gel Polish**

**Termish<sup>®</sup>**  
PROFESSIONAL

10 ml

момент, когда многие начали считать его непобедимым и стали называть «Терминатор». А дальше пришло время давать имя нашей компании, так и родилось производное от «Терминатора» — Termish. Для меня название сочетает многие положительные качества, такие как сила духа, движение вперед, постоянное совершенствование. Вот такая история.

**— Екатерина, вы во главе такого серьезного игрока на рынке nail-индустрии. Termish — лауреат многих премий, в том числе вы два года подряд отмечены Ярославской областью как «Экспортер года». Как все это получилось?**

— В индустрии я уже порядка 19 лет, и за это время сталкивалась с разнообразными ситуациями. И, конечно, резюмируя все с нынешней позиции, могу сказать одно — если ты не любишь свое дело, если оно тебя не зажигает, то вырасти и масштабироваться не получится. Вся моя работа — это долгие изыскания лучшего, кропотливое вычленение самого необходимого для совершенных работ. На данный момент мы подали заявку на участие во «Всероссийском конкурсе экспортеров». Да, этот конкурс более масштабный и престижный, участников много, в том числе — крупные, солидные компании, но мы в себе уверены. Даже если не выиграем, то приобретем колоссальный опыт.

**— Вы, наверное, потеряли счет своим наградам. Лично мы не смогли сосчитать их количество. Вы — судья международного класса, действующий чемпион...**

— Да, и действующий судья и действующий чемпион...и действующий участник чемпионатов! Часто бывает, что уходя в судейство, мастер прекращает участие в соревнованиях, и это рано или поздно сказывается на его навыках. Я продолжаю и судить, и участвовать, мне это дает энергию, я не могу без этого.

**— Поделитесь планами на будущее.**

— В ближайшее время мы летим на выставку в Дубай. Впереди запланированы мероприятия в Риге и Брюсселе. А также

хотим посетить самую масштабную выставку бьюти-индустрии в Токио.

**— О чем вы мечтаете?**

— Стать самым востребованным брендом индустрии красоты в мире!

Хочу поделиться своими знаниями с мастерами Ярославля. Объединить всех под эгидой бренда Termish, чтобы и здесь нас ассоциировали с качеством и профессионализмом. Сейчас время доступной информации, стоит только протянуть руку, задать один вопрос и вот — ты уже знаешь, что делать. Мы будем очень рады презентовать наши знания, накопленные годами, всем желающим повысить свой уровень мастерства. Мы хотим, чтобы у наших учеников в Ярославле горели глаза также, как горят в Европе, и чтобы они работали на лучшей и безопасной продукции.

**— Есть ли какие-то проблемы в nail-индустрии, которые вы видите?**

— К сожалению, многих мастеров охватила болезнь под названием «полная запись». Что это под собой подразумевает? У мастера есть клиенты, которые формируют его доход, запрос большинства из них — это однотонный маникюр, и о большем они и не могут помыслить. А почему? Потому что мастер элементарно не может ничего больше предложить. Решение вопроса я вижу в следующем: для начала нужно для себя решить, что ты хочешь от своей работы? Хочешь ли ты работать как на конвейере и штамповать однотипные работы, однажды перегореть и возненавидеть то, чем занимаешься, или ты тот мастер, которому просто некогда, но желание развиваться дальше присутствует? Первый вариант проходит мимо, потому что никто кроме тебя самого не сможет захотеть развития, поэтому берем второй. Если хочешь расти — найди время для себя любимой, как находишь время на косметолога, например.

**— Что дают ваши курсы?**

Все знания, которые получают на наших курсах ученики, принесут свои плоды



незамедлительно. Как только вы начнете их применять, они начнут работать, и в том числе, окупят вложенные средства. К примеру, рисовать кисточкой 40 минут, или за 2 минуты сделать улетный дизайн аэрографом за те же деньги — про это, и не только, мы говорим на обучении. К сожалению, как показывает практика, далеко не все мастера владеют данной техникой, но наши знания способны восполнить эти пробелы, поэтому мы идем в Ярославль. Я давно преподаю, и воспитала уже не одно поколение профес-



сиональных преподавателей, в которых уверена, как в себе. Они способны вложить необходимые знания каждому желающему так, чтобы не осталось ни одного вопроса.

**— Екатерина, спасибо за интересный и продуктивный разговор. Желаем, чтобы все обязательно получилось! Несколько слов читателям от вас.**

— Благодарю, желаю быть здоровыми

и красивыми, а также найти любимое дело, которое будет давать вам нужную энергию, материальные блага, приносить удовольствие и радость в жизни! Всем желающим, кто хочет прийти к нам на курсы или приобрести продукцию, мы подготовили подарочные купоны на скидку по промокоду «Улыбнись».

Если вы заботитесь о своем здоровье, поинтересуйтесь у своего мастера, какой материал он выбрал для вас?

Дорогой читатель, начни любить себя. Выбираешь лучшее — выбирай Termish.



termish.eu | termish.ru  
 @termish | @termish.official  
 8(901)048-42-94  
 nail@termish.ru

## ЛИКБЕЗ

Свежая порция самых трендовых вещей, пиковых новостей и маст-хэв мероприятий в нашей осенней подборке. С нами вы будете в курсе всегда!



Ярославль теперь — территория тепла, ведь в городе появились крутые экземпляры шуб от бренда **Myagkov Furs**. Фабричное производство, широкий выбор моделей, изделия из куницы и соболя, и конечно, индивидуальный подход при каждом заказе — все это, и даже больше, вы найдете там. Оценить качество и стиль всегда можно в инстаграм-аккаунте компании [@myagkov\\_furs](#)

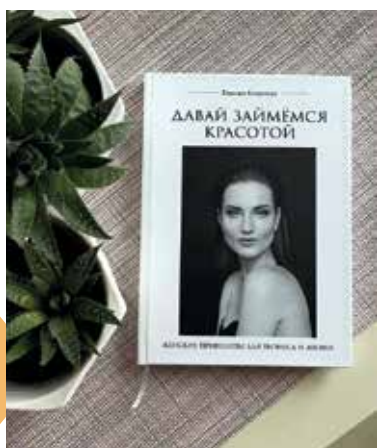


**MAGIC COVER** крем-камуфляж линии «STAGE» от Pro MakeUp Laboratory. Это что-то с чем-то... Поясняем — это средство удивит даже самого придирчивого пользователя. Это и не консилер, и не тональный крем, это что-то между, хранящееся в маленькой компактной баночке. Штука выбивает 100 из 100 не только из-за своей компактности (поместится в любую косметичку и женскую сумочку), но в первую очередь, благодаря своим свойствам. Ложится тонкой вуалью, не жирнит, скрывает все несовершенства, не забивается в поры и складочки, держится довольно долго. Перечислять дальше? Очень рекомендуем затестить.



Мы все постоянно в движении, что-то делаем, постоянно спешим, стараемся быть максимально эффективными... Современный ритм жизни отразила в своей новой коллекции браслетов французская ювелирная марка **Messika**. В этом году в семействе Mu Move стало на один браслет больше, точнее, на более трехсот его комбинаций. Это возможно за счет цветных кожаных ремешков и пряжек из золота и титана. Вот такое оно, современное движение вперед.

4



В весеннем выпуске журнала мы публиковали фотоотчет с презентации книги **Евгении Коньчевой «Давай займемся красотой»**. Сейчас пришло время познакомиться с ней поближе: книга однозначно заинтересует тех, кто также как Евгения, ведет свой бизнес в Ярославле. Написанное читается легко, автор располагает к себе своей искренностью и личными примерами. Если вам нужен свежий глоток в бизнесе — эта книга однозначно для вас!

5



Ну что тут скажешь, мы застали этот момент — продолжение культовой трилогии братьев Вачовски **«Матрица»**. Больше двадцати лет назад фильм стал новаторским и положил начало новой гипотезе о происхождении нашего мира. В конце 2021 выходит продолжение, в которое верили не все, но ждали точно. Много поменялось за это время, в том числе имя режиссера в титрах. Посмотрим, что на этот раз нам расскажут о матрице.



## ВЕРА ШАБРОВА

@shabrulina

Social Media Marketing или SMM давно вошел в профессиональную жизнь и помогает эффективно настраивать социальные сети для службы предприятию. В настоящий момент, грамотный SMM-специалист не только выделит вас в потоке многочисленных конкурентов, но и приведет новых клиентов. Сегодня мы беседуем с Верой Шабровой — профессионалом в этой области о том, что она умеет лучше всего.

**— Почему за SMM будущее, и почему вы бы рекомендовали прибегать к услугам SMM-специалиста?**

— Когда настал карантин, все бизнесы ушли в онлайн и показали неплохой результат! Повторюсь, что с помощью SMM-специалистов можно добиться больших успехов. Он выстроит индивидуальную стратегию для вашего аккаунта, укажет на ошибки, которые самостоятельно не увидеть.

**— Что для вас самое главное в работе?**

— Самое важное: упаковка, знание о продукте, грамотное планирование продвижения. Без этих 3 аспектов в работе нельзя, так как они между собой тесно связаны.

**— Вы вошли в топ-100 успешных женщин России и получили награду «Лучший специалист в сфере SMM» в 2021 году. Достойные награды, поделитесь секретом, как вам это удалось?**

— Все верно, благодарю! За этой наградой стоит большой труд и работа над собой. Многие привычки пришлось отодвинуть на второй план, ведь это работа далеко не из легких, как могло бы показаться. Сначала работа с маленькими блогами, на данный момент сотрудничаю с известными брендами и крупными блогерами.

**— Вера, поделитесь планами на будущее.**

— В планах запустить свой продукт по упаковке и продвижению аккаунтов, обучать этому новичков. В Ярославле хочу открыть академию интернет-профессий с лучшими специалистами в этой сфере.

**— Вера, приветствуем вас! Давайте познакомимся, вы из сферы SMM. Почему вы выбрали для себя именно это направление?**

— Добрый день! Все началось лет 7 назад, когда я оформляла странички ВКонтакте друзьям, потом перешла в Инстаграм — это было моим хобби. Больше года назад, я поняла, что хочу развиваться в этой сфере дальше. Купила первое обучение, затем второе, третье... На данный момент я прошла более 15 различных курсов! В сфере SMM постоянно происходят обновления, поэтому обучаться необходимо всегда.

**— Чем вы можете помочь тому, кто к вам обратился?**

— В первую очередь, помощь в делегировании. Невозможно управлять бизнесом самостоятельно, а Инстаграм — это бизнес. Во-вторых, помощь в упаковке и монетизации аккаунта.

# АННА АЛЕКСАНДРОВА: ваши финансы в надежных руках

@annafinance\_

Ох уж это слово «биржа»: одних оно пугает, у других замирает дыхание, но у всех одинаково оно вызывает интерес. Мы задались вопросом, почему так происходит уже более 10 лет, и это привело нас к Анне Александровой — эксперту в своем деле и финансисту с богатым опытом.

Все, о чем вы так желали узнать — в этом материале.

**— Анна, рады знакомству с вами и сразу вопрос: «Как такая прекрасная, хрупкая особа оказалась в мире «быков и медведей»?»**

— Добрый день, и я тоже рада познакомиться и пообщаться. Да, действительно, это один из топовых вопросов, которые задают мне при знакомстве. В инвестиции я пришла также из финансовой структуры: сначала после института около трех лет работала бухгалтером, но эта работа ни на грамм меня не вдохновляла, а только угнетала. Зато благодаря ей я поняла, что мое призвание по жизни — работать и общаться с людьми, и далее я устроилась в банк, где и воплотилось то, что я больше всего люблю. Первое время, как и все новички, я разбирала претензии, заявки и вопросы, поступающие и от бабушки-пенсионера, и от солидного мужчины-бизнесмена. Далее, спустя пару месяцев меня перевели в отдел продаж и так моя карьерная лестница стала очень быстро набирать обороты. Ведь когда работа в удовольствие ты отдаешься ей полностью. Я получила колоссальный опыт, и по истечении пяти лет работы меня пригласили в инвестиционную компанию.

**— И вы согласились. Почему?**

— Да, я дала свое согласие по нескольким причинам: во-первых, на тот момент в банке я работала с VIP-клиентами и работа с данным сегментом для меня была более чем комфортна, а во-вторых, уже какое-то время я сама торговала на бирже и меня очень заинтересовала возможность и дальше углублять свои знания в этом направлении. Самостоятельно, без помощи финансового советника, я, конечно же, набила шишек, но это неминуемо, если знать

материал поверхностно, и иногда переоценивать свои возможности. Поэтому сейчас, мне, как никому другому, понятны цели и задачи моей профессии.

**— Когда есть собственный опыт — это, конечно, сближает с клиентом, ведь ситуации, как и клиенты — все разные.**

— Вы правы, но я горжусь тем, что большинство моих клиентов — это люди, которые пришли ко мне либо по рекомендации (моих же клиентов), либо обратились ко мне на основе моего опыта. Конечно, ситуации бывают разные, от этого никому не убежать, но в моей профессии залог успеха — это доверительные отношения, их я и выстраиваю с каждым своим клиентом.

**— Тогда закономерен следующий вопрос: «А кто они, ваши клиенты?»**

— Мой клиент не из массового сегмента, это представитель определенной аудитории, который владеет собственным бизнесом (бывает и не одним) и не понаслышке знает, что такое финансы и как с ними нужно обращаться. Деньги, которые мы заводим на биржу — далеко не последний его капитал, а сам он имеет четкое представление о том, куда сумма будет направлена. Когда все всё понимают и оценивают возможные риски, повышается и градус доверия, и тем ценнее и прибыльнее получается сотрудничество.

**— Говоря про своих клиентов, вы говорите «он». Неужели женщин совсем нет на бирже?**

— Нет, такого не может быть, женщин инвесторов достаточно много, ведь женщины в современном мире нередко за-

нимают высокие должности и руководят отнюдь не женским бизнесом. Ну и, конечно, с ними немного другая специфика работы: опять же если есть свободные деньги, женщине проще делегировать мне заботу о них и их преумножение, чем самой вникать во все процессы. А у мужчин чаще всего, наоборот, просыпается интерес к самостоятельной торговле и они понемногу начинают погружаться в рынок, пробовать совершать сделки.

**— Итак, клиент обращается к вам за услугой, но как вы определяете куда вложить деньги, а куда не стоит? Ведь участников на бирже огромное количество, и нужно постоянно держать руку на пульсе.**

— Одна из наших сильных сторон — это аналитика. Глубоким изучением рынка занимается целый аналитический отдел, он предоставляет данные анализа в виде инвестицедей, которые уже мной транслируются клиенту для взвешенного принятия решений. Благодаря колоссальному опыту аналитиков удается закрывать немало хорошо доходных сделок.

И, конечно, я сама за время своей работы создала собственный watch-лист, который постоянно обновляю, исходя из конъюнктуры рынка в моменте. Он содержит топовые компании, и уже из него я выбираю, что предложить конкретному клиенту, опираясь на его риск-профиль и ранее выбранную стратегию.

**— Ох, этот страшный и одновременно интригующий вопрос: «Как вы пережили пандемию?» Конечно, с рабочей точки зрения.**

— Ровно также, как и все, с несколькими нюансами, которые характерны конкрет-



но для моего направления. Мы же прекрасно понимаем, что те финансовые объемы, которые используют мои клиенты на бирже — это весьма солидные суммы. И, безусловно, все мы люди, у которых есть эмоции, а когда такое происходит в мире даже самый уравновешенный человек начинает беспокоиться. Я скажу обобщенно: те, кто следовал моим советам и не совершал импульсивных действий, через три месяца после объявления локдауна компенсировали все потери и заработали в разы больше. Как говорит всем известный Уоррен Баффет: «Рынок — это механизм передачи денег от нетерпеливых к терпеливым».

**— Вау! А что насчет рисков в мирное, обычное время?**

— Присутствие на бирже клиента может быть разным, он сам определяет его исходя из некоторых параметров. Кто-то хочет вести более рисковую политику, но и шанс заработать при таком подходе выше, а кому-то достаточно режима «консервативный инвестор». Все это мы обсуждаем на первой встрече, и только после беседы с клиентом и определения его пожеланий, мы заходим на биржу.

Так как на фондовом рынке повышенная волатильность это нередкость, и стоимость акций за одну торговую сессию может колебаться от 5 до 30 процентов как в одну, так и в другую сторону. На эти случаи есть такие инструменты, как stop loss и take profit. Они позволяют экстренно реагировать на ту или иную ситуацию, и выходить из нее без каких-либо существенных потерь.

**— Анна, инвесткомпаний с каждым годом все больше. Чем отличается сотрудничество именно с вами?**

— Первое, о чем я уже сказала, это, конечно, мой опыт и здесь я говорю об этом без лишней скромности. Но также, если рассматривать меня, как представителя инвестиционной компании, стоит упомянуть следующее: мы имеем самый большой доступ к рынку IPO (с 2012 года). Что это такое IPO? — это первичный выход компании на рынок. Преимущество участия в IPO — это



возможность купить акции компании, которая выходит на биржу за два дня до официального ее выхода на торги. Это очень привлекательно, так как средняя доходность по таким сделкам за три месяца — 55-65%. По статистике 77% сделок в рамках IPO приносят прибыль инвесторам. Это солидное преимущество, ведь бывало и так, что мы закрывали сделки с профитом и в 300%.

**— Ничего себе, вот это цифры!**

— Да, это все более чем реально, если, как я уже говорила, вы прислушиваетесь к своему менеджеру и внимательны к его советам. Когда сотрудничество слаженное, и между мной и клиентом полное взаимопонимание, все получается в лучшем виде!

# ЭСТЕТИКА И ЭКОЛОГИЧНОСТЬ: СУМКИ И ШОППЕРЫ ОТ ЕКАТЕРИНЫ БОРОКИНОЙ

Наше время характеризует не только технический прогресс, но также все больший интерес к тому, как сделать, чтобы он не наносил столь сильный урон планете. Тостеры, машины, телефоны — это, конечно, хорошо, но зачем они нам, если будет нечем дышать? Мы беседуем с Екатериной Борокиной, которой тоже не все равно, и поэтому она связала свою работу с термином «экологичность». Как и в каком виде — узнаете из нашего интервью.



— Екатерина, мы рады приветствовать вас и давайте знакомиться!

— Добрый день! Меня зовут Екатерина Борокина, я художник-иллюстратор и основатель бренда экосумок @borokina.bags.

Сколько себя помню, всегда любила рисовать в самых разных техниках: карандашами и маркерами, маслом и акварелью, пастелью и акрилом... А однажды я попробовала сделать рисунок на ткани. У меня был простой льняной шоппер, который захотелось как-то украсить, и на нем появился цветок. Также довольно давно я изучаю принципы экологичности и «zero waste» — жизни с минимизацией отходов. Во время пандемии, когда каждый из нас оказался заперт в собственном доме, я задумалась, могу ли помочь планете минимизировать тот урон, который причиняет человечество. Так и появилась идея создавать сумки и шопперы с авторскими рисунками, которые бы заменили пластиковые пакеты.

— Получается, ваши изделия сочетают креатив и практичность?

— Совершенно верно. Я хотела совместить творчество, работу художника со своими жизненными убеждениями. Создать что-то, что будет практично, красиво, удобно и поддержит экологию. Все это воплотилось в моем бренде @borokina.bags — пошив и роспись экосумок.

— Здорово, что вы нашли дело по душе, которое полностью отражает ваши принципы. Екатерина, а что такое экосумки? Это шопперы?

— Не только. Шопперы — лишь одно из направлений моей деятельности. Кста-

ти, их у меня несколько видов: есть авторские, с рисунками, нанесенными вручную, есть шопперы с печатной иллюстрацией, произведенные небольшими партиями. Для них я создаю рисунок в формате digital (электронный), который затем наносится на ткань в специальной типографии. Каждый сезон выходит новая коллекция как печатных шопперов, так и авторских. Также у меня всегда в наличии шопперы без принтов и самые разные мешочки из хлопка и льна, для хранения чего-либо и упаковки подарков.

Помимо этого, я занимаюсь индивидуальным пошивом тканевых сумок.

**— Я не встречала такой услуги в нашем городе. Расскажите, пожалуйста, об этом подробнее.**

— Каждый человек любит в сумках определенные детали: кому-то нравится застежка-молния, кому-то — кнопка, кто-то хочет, чтобы внутри было много карманов и отделений, кому-то нравится минимализм. А, например, у визажистов или фотографов — особые требования к размерам и наполнению сумки, застежкам и креплениям. У меня есть базовые дизайны, которые можно по-разному трансформировать для конкретного заказа. Но можно и придумать что-то абсолютно новое, эксклюзивное — я всегда за эксперименты. Часто мои клиенты заказывают и индивидуальный рисунок для сумки: астрологу можно нарисовать звезды, специалисту по ароматам — флакон духов, стилисту — fashion-иллюстрацию и так далее. Также мы часто пишем логотип или название аккаунта, получается яркая дополнительная реклама.

**— С такой сумкой точно не останешься незамеченной. Это отдельное направление или здесь тоже каким-то образом реализуются принципы экологичности?**

— Во-первых, когда одна сумка полностью «закрывает» ваши ежедневные задачи и потребности, удобна и идеально подходит к гардеробу — вам не захочется иметь множество других. А во-вторых, я реализую экологичный подход в закупке тканей. У меня нет договоров с поставщиками оптовых партий — я покупаю остатки на производствах и в магазинах. Это небольшие отрезки, которых хватает всего на одну-две сумки. У крупных текстильных компаний всегда есть остатки и обрезки ткани, которые чаще все-



го становятся отходами. А я использую их и создаю красивые изделия, которые не повторяются.

**— Это своего рода благотворительность в отношении планеты — вы помогаете ее не засорять.**

— Да. Дома я уже давно сортирую вторсырье и приобщила к этому семью, ребенка. Мне кажется, это очень важно. А по поводу благотворительности — с самого основания бренда 10% от любой продажи я перечисляю в различные фонды. Не забываю и про братьев наших меньших — участвую в активностях по сбору средств и кормов для ярославского приюта «Вита».

**— У вас доброе сердце. А бывает ли так, что ваши клиенты хотят сами расписать сумку, порисовать на ткани?**

— Конечно. Мои заказчики — часто люди творческих профессий, им нравится себя проявлять таким образом. Но, на самом деле, рисование по ткани доступно каждому, поэтому я регулярно организую мастер-классы по росписи шопперов. У нас дружеская и теплая атмосфера, которая очень расслабляет и вдохновляет. В последнее время многие компании любят проводить так корпоративы — создавая что-то своими руками, и это здорово объединяет и сближает сотрудников.

**— Не могу не согласиться! Екатерина, пару слов о вашем уютном пространстве.**

— У меня небольшая мастерская в самом центре города, около филармонии — на улице Трефолева, дом 25 (второй этаж). Я назвала это пространство «Лавка добра» — здесь вы можете приобрести товары ручной работы для дома или в подарок, купить и заказать шопперы, посмотреть ткани. Также сюда можно принести крышечки и батарейки, передать корм для животных в приют. Приходите, я всегда рада знакомству и доброму общению.

**— Здорово! Очень рады были пообщаться, спасибо за увлекательное интервью! Хотелось бы услышать несколько слов от вас нашим читателям.**

— И вам спасибо за встречу. Я желаю читателям тепла в сердцах, ведь оно согревает и дарит спокойствие каждую минуту. Приближаются холода, но с ними придет и самый любимый праздник — Новый год. Пусть в вашей жизни всегда будет волшебство и творчество!

**BOROKINA**  
bags

ул. Трефолева, д. 25, 2-й этаж  
«Лавка добра»  
Инстаграм: @borokina.bags  
Тел.: 8(920)121-09-37

# ЯНА СМУРОВА

@yana.smurova

**Вот передо мной человек-танец, об этом говорит все: от грации и пластики повседневных движений до глубокого и проникновенного голоса. Яна в танцах всю жизнь, она с ними уже срослась, наверное, поэтому у нее так хорошо все получается. Студия работает с 2013 года, а ее чемпионат по pole dance в этом году выходит уже на международный уровень. Без бравады и ложной скромности скажем: разговор получился мотивирующим и вдохновляющим, захотелось к Яне на занятие!**

Фото: @valeryavros

**— Яна, приветствуем вас! Знаем, фраза «Вы — в танцах» точно про вас, расскажите с чего все началось.**

— Приветствую! Да, я всегда была в танцах, вы правы, так получилось, что эта любовь перекочевала из детства и стала моей профессией и призванием. Когда в 20 лет я пришла в танцы на пилоне, это был жесткий спорт, мы тренировались как спортсмены, были определенные требования к элементам, костюмам, внешнему виду. Далее пилон стал приобретать все большую популярность, и в программе обучения стали появляться танцевальные элементы. Это было продиктовано извне: мы стали доступнее для тех людей, у кого не было за спиной танцевального образования. Сами мы, ставшие преподавателями, немного подустали от трюков, поэтому в танцах на пилоне много танцевальных элементов, доступных всем.

**— И что было дальше?**

— А дальше я надела каблук... Это стало переломным моментом: он разделил спортивное прошлое с тяжелыми и сложными трюками и будущее, которое было связано с пластикой и грацией. Это сейчас я понимаю, что это значило, а тогда мне просто хотелось двигаться дальше и все больше и больше изучать пилон.

Танец на каблуках — это своеобразная терапия для нас, девочек. Он высвобождает женскую энергию, позволяет раскрепоститься и взглянуть на себя и свое тело с новой, неизвестной до этого момента стороны. Все мои ученицы работают, воспитывают детей, оберегают домашний очаг, спасают этот мир ежед-

невно, просто они однажды пришли ко мне в студию и кайфанули. А я, как проводник, показала им мир танца с самой его лучшей стороны.

**— Получается так создавалось направление exotic pole dance?**

— Да, это направление получило невероятную популярность и отделилось особняком из вселенной pole dance. Это все неспроста — exotic pole dance выполняет множество запросов современной женщины: желание расслабиться после трудового дня, раскрепоститься и забыть о повседневных проблемах; к тому же, все элементы доступны для выполнения, а в процессе вы учитесь понимать, чувствовать и любить свое тело.

**— Глядя на ваши номера, возникает ощущение невесомости, как будто вы парите в воздухе. Как это достигается?**

— Есть такой момент, вы правы. Иногда бывает, что мы в наших номерах даже на каблук не встаем — исключительно на скосы туфлей, как будто балерина на пуантах. Если вам кажется, что мы парим в танце, значит мы все делаем правильно, и номер максимально отработан. Это достигается долгими упорными тренировками, борьбой с самим собой и внутренними противоречиями. Но большинство выигрывает эту схватку.

**— С какими трудностями пришлось столкнуться на пути?**

— Скажу так: еще до недавнего времени танцы с пилоном ассоциировались со стриптизом. Это мы проходили и проходим до сих пор, к счастью, сейчас уже гораздо в меньшей степени, но все же. К сожалению, так устроен человек, что по-

рой он даже не удосуживается узнать, а прав ли он в своих суждениях. Сейчас уже понятно, что основа нашего танца — это, в первую очередь, грация, движения с элементами шоу, целое представление, в котором могут быть элементы с раздеванием, но это не основа. Я всегда говорю, что могу заигрывать и приковывать взгляды, используя лишь танец, ни в коем случае не уходя в пошлость. Чтобы номер жил, часто прилагаются сумасшедшие усилия и материальные затраты. Мы продумываем все до мелочей: от реквизита и пайеток на костюме до музыкального сопровождения, зато потом никто не остается равнодушным.

**— Тогда из этого вытекает закономерный вопрос: почему выбирают именно вас?**

— Хороший вопрос, и вы знаете, прошло время ответить на него в полной мере, сейчас поймете почему. Многого, что я делаю для учениц, я делаю по зову сердца и от души, у меня не стоит цели заработать на подопечных, устраивая для них, скажем, мастер-класс или встречу с психологом. Просто если я могу это сделать, я делаю: могу организовать фотопроjekt по минимальной цене — организовываю, могу позвать участницу шоу Гии Эрадзе с мастер-классом по растяжке — зову! Моя плата — это результат, который приводит всех в восторг, эмоции и слова благодарности. Этого достаточно, поверьте. Моя работа основана в первую очередь на общении и взаимности, а потом уже идет материальная составляющая.

**— Яна, как повился ваш чемпионат?**

— Мы с моими ученицами выступали на разных спортивных чемпионатах, много ездили и набрались опыта. Но, как я сказала выше, спорт меня не так прельщал, как направление «экзотик», и тогда я создала чемпионат в Ярославле именно по нему. Сначала это было сделано опять же, для моих подопечных, чтобы дать им возможность посоревноваться друг с другом в этом виде танца с пилоном. Получается, что все прошло удачно, ведь чемпионату в этом году будет уже 7 лет! И в этом году он приобрел статус международного: к нам едут выступать не только из России, но и из Белоруссии.

**— Какой его основной посыл?**

— Конечно, нельзя не сказать, что чемпионат по Exotic pole dance — это прекрасная возможность популяризировать нашу деятельность, нести в массы правильное восприятие танцев на пилоне. Ну и, безусловно, на практике продемонстрировать то, чему может научиться каждый.

За время моего преподавания было миллион историй и отзывов из разряда: «То, что вы делаете — невероятно!» или «Я думал, что вы просто вокруг шеста крутитесь». Видя работу наших учениц, вы на все 100% проникнитесь, и это поможет создать правильное понимание танца у каждого. На данный момент даже сформировался своеобразный круг ценителей и поклонников exotic pole dance, люди из которого не занимаются у нас, но не пропускают ни одного чемпионата, и всегда сразу же бронируют на него места.

**— Яна, так сказать: «А судьи кто?»**

— Стараюсь приглашать в судейскую коллегию топовых хореографов, которые многого добились в своей карьере. В этом году помимо звездного жюри, мы пригласили крутого оператора из Питера Юрия Ботэ, уж кто точно знает толк в крутых видео, так это он! Я прекрасно понимаю, насколько важен сейчас качественный контент, а в нашем деле он просто необходим. Все участницы могут быть спокойны, ведь каждая получит крутое видео и фотографии своего номера. Безусловно, и про призовой фонд мы не забыли, всем приготовлены приятные подарки. В этом году наша сцена — это сцена концерт-холла «Кино», там отличное оснащение для проведения подобных мероприятий и комфортные условия для зрителей.

**— Чего бы вам еще хотелось для своего чемпионата?**



— Я всегда повышаю планку, как в преподавании, так и в организации, по-другому не умею. Моя мечта, конечно, чтобы к нам приезжали участницы со всего мира, хочу добраться до уровня Москвы и Санкт-Петербурга. Ведь мы растем только тогда, когда соревнуемся и тренируемся с сильнейшими. Кроме того, чемпионат — всегда площадка для обмена опытом и получения новых знаний. Обычно после соревнований мы приходим на тренировки в тысячу раз более заряженными и мотивированными. Это как глоток свежего воздуха, который дает силы и вдохновение двигаться дальше, совершенствоваться, и добиваться все больших высот.

**— Круто! Мы желаем вам и всему вашему коллективу новых побед, а как это было, читатели смогут посмотреть в конце этого выпуска.**



Победы, 38, 4 этаж  
8(980)703-55-63  
@pole\_pride  
vk.com/poledanceyar

# ВРЕМЯ ДЛЯ КРАСОТЫ

@timebeauty\_yar

Так здорово, когда попадаешь в руки грамотного специалиста, да еще и по приятной цене. В наше время это бывает нечасто, но тем не менее это возможно! Мы провели специальное расследование и нашли такое место, где все мастера с медицинским образованием, да еще и цены не кусачие. Нас можно не благодарить, лучше сразу приступайте к чтению интервью с Викторией Владимировой, владелицей студии Time Beauty.

**— Виктория, приветствуем вас, и давайте знакомиться поближе с вами и вашей студией!**

— Здравствуйте! Рада знакомству! За четыре года я прошла путь от мастера депиляции на дому до руководителя студии аппаратной коррекции фигуры и косметологии Time Beauty. Моя студия находится в одном из популярных жилых комплексов Ярославля — ЖК «Династия».

**— На чем специализируется ваша студия?**

— В студии представлены аппаратная и все виды эстетической косметологии, все оборудование нового поколения, есть даже уникальные экземпляры для Ярославской области. Также мы предоставляем услуги по восковой депиляции:

как женской, так и мужской; работаем с беременными и подростками; с теми, кому строго противопоказана лазерная, фото- и электроэпиляция.

**— А что насчет уколов красоты?**

— Очень многие женщины, и я в том числе, очень боятся уколов, поэтому формат нашей студии — «без уколов продлить молодость и улучшить качество фигуры». Мы за естественную красоту и здоровье наших клиентов. Наши аппаратные методики хорошо сочетаются и с инъекционными процедурами, мои девочки — опытные косметологи с медицинским образованием всегда готовы проконсультировать по любому интересующему вопросу.

**— Тогда просим подробностей про аппараты, которые представлены в вашей студии.**



— Среди всего нашего арсенала хочу особое внимание уделить аппарату по ультразвуковому лифтингу Hifu Soundlift (его ещё называют 4d SMAS-лифтинг). Он многолинейный, и отличается от конкурентных моделей тем, что имеет до 12 линий воздействия за одно приложение (равномерное расположение термокоагуляционных линий, что исключает образование фиброза). Также имеется малая манипула для работы с областью вокруг глаз. Несмотря на то, что аппарат новый (он у нас в студии с сентября), отзывы потрясающие, а эффект виден сразу после процедуры. Главное преимущество процедуры в том, что выполняется однократно со стойким эффектом до 2-х лет.

**— А какая процедура ваша любимая?**

— Вы знаете, здесь мой ответ будет банальным: обожаю их все, потому что ка-

ждающая дает видимый и ощутимый эффект. Но не могу не похвалить волшебство рук моих косметологов, они — гуру массажа по лицу, владеют техниками миофасциального, буккального, скульптурного, лимфодренажного и расслабляющего массажа. Моя самая любимая процедура для лица — это комплексный уход Hydra Beauty с расслабляющим массажем. Кожа после него как у младенца!

#### — А что насчет тела?

— В нашей студии и лицу и телу будет одинаково хорошо. Почему? Потому что в нашем арсенале есть два крутых аппарата, которые дополняют друг друга: аппарат для криолиполиза и аппарат по коррекции тела Velashape 3 (пока единственный в Ярославле). Криолиполиз борется с жировыми клетками за счет холода, но происходит это не в момент непосредственного воздействия, а в течении 2-3 месяцев после процедуры. На протяжении 1,5-2,5 месяцев количество жировых клеток начинает снижаться, а толщина гиподермы уменьшается до 25%.

Velashape 3 отлично справляется с такими проблемами как: целлюлит, жировые отложения в проблемных местах, отечность, нарушение кровоснабжения.

Также для коррекции фигуры мы можем предложить бандажное обертывание: данная процедура выводит из тканей лишнюю жидкость, шлаки, а также уменьшает жировые отложения, в результате чего улучшается проницаемость кровеносных сосудов и вен, и, соответственно, состояние кожи в целом.

#### — Подходят ли процедуры, представленные в студии, мужчинам?

— Конечно! В наше время и мужчины подключаются к уходу за собой, внешний вид для многих играет значительную роль. Приходят и на процедуры для ухода за лицом, и часто на криолиполиз для похудения, даже на депиляцию, так как наши мастера работают не только с женщинами. Многие наши клиентки приводят в студию своих мужчин.

#### — Виктория, а в чем фишка именно вашей студии?

— Мы находимся в партнерстве со студией EMS-фитнеса Time Fit, и это делает



наш тандем еще сильнее и эффективнее. Можно сказать, наши клиенты общие, ведь миссия обеих студий — нести красоту. Клиенты Time Fit ходят к нам, а наши — к ним, и все повсеместно довольны, потому что получается своеобразный комплекс по уходу за собой.

**— Да, мы знакомы с Time Fit, мы сотрудничали в прошлом году. Очень экономичный подход к тренировкам — как по времени, так и по эффекту. Виктория, скажите, ведь вы специалист по депиляции, вы также работаете в своей студии?**

— Верно, в этой сфере я уже пять лет и специализируюсь как на женской, так и на мужской депиляции. Отдельного внимания заслуживает тот факт, что я работаю и с беременными. В такой деликатный период и специалист должен подходить к вопросу очень внимательно: иметь знания и опыт, тогда все будет отлично. Я за качество и профессионализм: советую обращаться только к проверенным мастерам, которые всегда узнают нет ли противопоказаний, и максимально аккуратно проведут процедуру.

#### — Полностью согласны! И вообще, у вас так уютно и комфортно в студии!

— Спасибо! Однажды помню, листала Инстаграм, и случайно наткнулась на аккаунт студии EMS-тренировок Time Fit и про себя помечтала: «Как было бы здорово работать вместе с ними в такой симпатичной студии!», и вуаля... Мечтайте, верьте в себя, и у вас обязательно все получится!



Свободы 62, к. 2, ЖК «Династия»  
 +7 (980) 744-45-01 (WhatsApp, Viber)  
 @timebeauty\_yar  
 vk.com/timebeauty76

# ТО, О ЧЕМ МЕЧТАЮТ ВСЕ

@dr\_alekseeva\_v

Здоровые и белоснежные зубы — мечта каждого с детства. Кому-то везет, и генетика дарит человеку от природы здоровые зубы, но большинству все-таки необходимо посещать стоматолога. Мы встретились с Валерией Алексеевой — специалистом «Стоматологической клиники доктора Королева» и узнали у нее секрет о том, что делать, чтобы зубы оставались здоровыми, и как сделать их белоснежными.

**— Валерия, рады приветствовать вас и пообщаться. Вы — один из ведущих врачей клиники доктора Королева. Расскажите, как вы пришли в профессию, и почему ваш выбор пал именно на эту клинику?**

— Здравствуйте, рада знакомству! На выбор моей профессии повлияли черты моего характера, и конечно, увлеченность гуманитарными науками. Сами того не замечая, мы уже с детства к чему-то тяготеем. И я не исключение. Биология была всегда моим самым любимым предметом. А мягкий выдержанный характер, целеустремленность и открытость к людям, определили мой выбор профессии. В студии доктора Королева я с самого открытия, чему очень рада. Наблюдать как клиника растет и развивается, и тем более с моим участием, это очень приятно.

**— На чем вы специализируетесь?**

— Моя сфера — профилактика стоматологических заболеваний, а также отбеливание зубов.

**— Валерия, на что бы вы посоветовали обращать внимание в первую очередь при уходе за полостью рта?**

— Здоровая полость рта — это здоровый организм в целом. Все мы знаем, что во рту множество бактерий, и если страдает домашняя гигиена или есть какие-то проблемы с зубами, то это неблагоприятно влияет на здоровье в целом. Вот почему нужно регулярно приходить на

профилактику и заботиться о чистоте зубов и десен. Ведь лучше предупредить проблему, чем потом бороться с ней.

**— Как проводится процедура и с какой частотой ее необходимо делать?**

— Профессиональная гигиеническая обработка полости рта — это целый комплекс процедур. Туда входит удаление зубных отложений и пигментированного налета с зубов, полировка и укрепление эмали специальными полезными гелями. Рекомендуется повторять ее каждые 6 месяцев.

**— От каких заболеваний полости рта может уберечь процедура?**

— Основные заболевания — это кариес и воспаление десен. Ведь если регулярно делать профилактический уход, о лечении зубов можно забыть. И это работает на 100%.

**— Есть ли какие-либо противопоказания к проведению процедуры?**

— Эта процедура совершенно безопасна, показана взрослым и детям.

**— Болезненна ли процедура и сколько длится по времени?**

— Длительность процедуры примерно час. Обычно проходит она безболезненно, но если есть повышенная чувствительность зубов, то возможно обезболивание.

**— Есть ли какие-либо рекомендации для пациентов после проведения процедуры?**

— Да, конечно. В течение часа после процедуры не рекомендуется прием пищи, воды и красящих продуктов.

**— Валерия, не можем не спросить про процедуру отбеливания, ведь иметь белоснежные, пышущие здоровьем зубы, хотят все. Какие варианты есть в вашей клинике?**

— О белоснежной улыбке мечтают многие пациенты! Ведь ухоженные белые зубы — это не только привлекательно, но и модно в наше время. Поэтому мы рады вам предложить эту процедуру у нас в студии в нескольких вариантах: это кабинетное отбеливание Zoom 4, самое современное и эффективное и отбеливание домашней системой под контролем стоматолога, для тех, кому нужен нежный результат. Какой вариант вам подходит, можно решить только после осмотра зубов.

**— Есть ли какая-то особенная подготовка перед процедурой?**

— Перед отбеливанием обязательно нужно провести профессиональную гигиену, а также вылечить зубы, которые нуждаются в этом.

**— Всех всегда интересует вопрос: «Сколько длится эффект?» и «Что нужно делать, чтобы максимально его продлить?».**





## СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ СТУДИЯ

◆ ДОКТОРА КОРОЛЁВА ◆

📍 **Свердлова 87/12**

☎ **тел: 33-87-99**

🌐 **korolevdentalstudio.ru**

📱 **drkorolev**

— Да, это самый популярный вопрос на консультации. Эффект в среднем длится около года и больше, и зависит от правильно выполняемых рекомендаций от доктора. Но главное, это максимально «белая» диета. Кофе и крепкий чай — враги белоснежных зубов.

### — Присутствуют ли какие-то неприятные ощущения во время процедуры?

— Во время отбеливания у некоторых пациентов возможна незначительная чувствительность зубов, но используя реминерализующую терапию, этого можно избежать.

### — Есть ли у данной процедуры какие-либо противопоказания?

— Да, не всем показано отбеливание. Например, беременным и кормящим мамам стоит отложить его. Реставрации и искусственные коронки не отбеливаются, это конечно нужно учитывать во время планирования этой процедуры. А также воспаление и кровоточивость десен — это та проблема, которую лучше сначала решить, а потом уже думать о белоснежных зубах.

### — Какие очевидные плюсы в отбеливании зубов вы бы выделили?

— Основной плюс — сияющая белоснежная и здоровая улыбка, которая притягивает взгляды всех вокруг. Когда ты улыбаешься и уверен, что у тебя с этим все в порядке. И еще я бы хотела заметить, что все современные отбеливаю-



щие системы содержат укрепляющие компоненты для зубов, а значит отбеливая, мы еще и заботимся о зубах, а это на мой взгляд, очень крутой бонус.

**— Спасибо за такие полные ответы на вопросы! Несколько советов от высококлассного специалиста всем нам.**

— Не забывайте ухаживать за своими зубами регулярно. Будьте уверены, что все, что вы вкладываете в здоровье улыбки, принесет пользу организму в целом, и вы непременно увидите результат. Обязательно найдите своего доктора и доверьте ему свою улыбку, ведь грамотный комплексный подход творит настоящие чудеса преображения.

# МЫ ХОТИМ, ЧТОБЫ ЛЮДИ ЖЕНИЛИСЬ КРАСИВО!

Под этим лозунгом, 8 октября в самом сердце нашего города открылся свадебный салон «Мэри Трюфель». Гости вечера смогли по достоинству оценить атмосферу и уют салона, с какой изыскан-

ностью и трепетом в нем продумана каждая деталь. Конечно, не обошлось без показа платьев, представленных в салоне, фуршета и музыкального сопровождения. Вечер искрился улыбками и оза-

рялся блеском в глазах каждой, кто видел платья: необычные и классические, лаконичные и расшитые — каждая найдет в «Мэри Трюфель» то, что будет по душе.



# MISS DESIRE-2021

Что они творят! Уже седьмой год в Ярославле под руководством хореографа и руководителя студии Pole Pride Яны Смуровой, проводится чемпионат по exotic pole dance «Miss Desire».

В этом году чемпионат приобрел статус международного — к нам в гости приехала участница из Белоруссии.

Звездное жюри представляли звезды танцевального мира: Анна Гротеск — прославленный хореограф и тан-

цор с огромным опытом, Юлия Батори — танцовщица, преподаватель и презентер мастер-классов по exotic pole dance и polesque, Татьяна Панева — победительница международных соревнований по role dance, артистка жанра бурлеск и хореограф. Фееричным шоу делал знойный и яркий ведущий чемпионата THE BEST RASSEL SHOW.

Вновь участницы были разделены по категориям и показали высокий уро-

вень подготовки. Зрители с замиранием сердца следили за каждым номером, ведь все они были продуманы до мелочей, и каждый был как отдельный праздник. Словом, если вы по каким-то причинам не были 23 октября в концерт-холл «Кино», смотрите наш фотототчет, и заряжайтесь сумасшедшей энергетикой!

Фото: Михаил Семенов  
[@photograf\\_msemenov](#)



## НОЯБРЬ

---

Ноябрь будет во власти энергии знака Скорпиона. Нам это поможет разобраться в себе или докопаться до сути вещей. Но некоторые могут «докапываться» и до окружающих людей, что будет приводить к конфликтам. Из-за чрезмерной активности и поспешности, возрастает количество аварийных ситуаций на дорогах, увеличивается травматичность в местах большого скопления людей. Проявите бдительность и осторожность. Берегите себя и своих близких.



**ОВЕН** Ноябрь не самый лучший месяц для решения сложных и важных задач. Лучше сделайте шаг назад и передохните, составьте финансовый план на конец года. Это хорошее время для избавления от вредных привычек.



**ЛЕВ** Большую часть времени вы посвятите семье и своему дому, вероятно приобретения для создания уюта. В ноябре вас могут навесить родители или вы поедете к ним в гости.



**СТРЕЛЕЦ** Вы попытаетесь скрыться от публичности и побыть вдали от городской суеты. Многие ваши действия или мысли вы не захотите афишировать, в том числе и благотворительность.



**ТЕЛЕЦ** Вам стоит сосредоточиться на своих личных взаимоотношениях с друзьями людьми. Хорошее время для работы над отношениями со второй половинкой, особенно, если существуют проблемы.



**ДЕВА** У вас проявится талант договариваться, что поможет решить многие проблемы. Значительно больше времени вы посвятите разговорам по телефону или общению в социальных сетях.



**КОЗЕРОГ** У вас могут появиться новые влиятельные знакомые. И вообще, вы будете склонны больше времени уделять друзьям или кругу единомышленников, из-за чего возможны недопонимания в личных отношениях.



**БЛИЗНЕЦЫ** Вам придется сосредоточиться на выполнении рабочих обязанностей, возможно получение хорошей премии. Также не стоит забывать и о здоровье.



**ВЕСЫ** Вам стоит сосредоточиться на своем финансовом положении. По возможности, верните долги. Если вы наоборот хотите выгодно вложить деньги, то помните, что сейчас образование и получение новой профессии тоже прибыльные инвестиции.



**ВОДОЛЕЙ** Вам стоит сосредоточиться на своих профессиональных обязанностях и взаимоотношениях с начальством. От ваших дел и слов будет зависеть ваша репутация.



**РАК** Как и в октябре, вы будете нацелены на создание отношений и очень любвеобильны. А кто-то из представителей этого знака станет родителем.



**СКОРПИОН** В этом месяце ваше внимание сосредоточится именно на вас самих. Прекрасное время, чтобы заняться спортом, привести в тонус тело или сменить имидж.



**РЫБЫ** Представители этого знака могут задуматься о получении новых знаний или опыта. Это можно реализовать и через поездки. Возможно общение с людьми другой религии или вероисповедания.

## ДЕКАБРЬ

---

Декабрь будет проходить под воздействием солнечного затмения в знаке Стрельца. Важно сохранять оптимизм и позитивный настрой, не поддаваясь негативным эмоциям, если вдруг что-то пойдет не по плану. Марс, который перейдет в знак Стрельца, подарит прилив энергии, ставьте цели и мыслите масштабно.



**ОВЕН** Вы будете стремиться уйти от повседневной рутины. Если есть возможность взять отпуск и уехать в другой город или страну, воспользуйтесь ей. Или просто смените обстановку.



**ЛЕВ** Вам захочется повеселиться и вспомнить детские годы. Но такое поведение может подтолкнуть на опасные авантюры. Если у вас есть дети, племянники или внуки, проводите с ними больше веселых выходных.



**СТРЕЛЕЦ** Представители этого знака будут чувствовать себя отлично, появится прилив жизненных сил. Вы сможете улучшить здоровье, а также укрепить свое положение в обществе и свой авторитет.



**ТЕЛЕЦ** Вы будете нацелены на изменения в жизни. Это время подходит для избавления от всего, что изжило себя. Избавляйтесь от страхов, вредных привычек, «больных» отношений.



**ДЕВА** Девы сосредоточат свое внимание на семье или месте жительства. Возможно кого-то из вас ждет переезд или поездка к родителям на малую родину. Также вы можете принимать гостей у себя.



**КОЗЕРОГ** Вы в декабре захотите сделать паузу и отдохнуть. Хорошее время для планирования отпусков и выездов за город по выходным. Также стоит завершить все незаконченные проекты и дела перед новым календарным годом.



**БЛИЗНЕЦЫ** В этом месяце вы будете сильно прислушиваться к мнению других людей, но не попадите в зависимость. Хороший месяц для свадеб и налаживания личных взаимоотношений.



**ВЕСЫ** Вы будете больше общаться, станете более коммуникабельными и сможете завязать новые знакомства. В этом месяце вы будете чаще куда-то выезжать, общаться по средствам связи с родственниками.



**ВОДОЛЕЙ** В каких-то вопросах вам может потребоваться помощь и поддержка друзей или единомышленников. И вообще, наибольшего успеха вы сможете добиться в коллективных проектах, нежели в одиночку.



**РАК** Вы сосредоточитесь на своих должностных обязанностях, и сможете зарекомендовать себя с лучшей стороны. Если вы в поисках, то обязательно найдете хорошее место работы. Также обратите внимание на здоровье.



**СКОРПИОН** Вы будете погружены в финансовые вопросы. Это темы доходов, долгов и покупки подарков. В это время вы будете нацелены на заработки, может появиться какое-то выгодное предложение.



**РЫБЫ** Вам стоит сосредоточиться на составлении списка целей на следующий год. Оглянитесь назад и посмотрите, что вы имеете на сегодняшний день, всем ли вы удовлетворены.

ТЕКСТ: Марина Скребкова, астролог.

Тел.: +7 (910) 662-80-32.  
<https://vk.com/club144543428>  
@marina.skrebkova

## АДРЕСА РАСПРОСТРАНЕНИЯ ЖУРНАЛА

### АВТОСАЛОНЫ



**АВТОСАЛОНЫ «СИМ-ЯРОСЛАВЛЬ»**,

Полушкина Роща, 11

**АВТОСАЛОН «ТОЙОТА ЯРОСЛАВЛЬ»**,

пос. Нагорный, Советская, 25

**АВТОСАЛОН «ЛЕКСУС ЯРОСЛАВЛЬ»**,

2-й км Московского шоссе

**АВТОСАЛОН «ЛЭНДРОВЕР, ЯГУАР,  
ВОЛЬВО»**,

пос. Нагорный, Советская, 25

### СПОРТ



**ФИТНЕС-КЛУБ «АВАНГАРД»**,

Титова, 9

**МАГАЗИН СПОРТИВНОГО ПИТАНИЯ**

**PROTEIN BOUTIQUE**,

Пушкина, 10а

**ФИТНЕС-КЛУБ «СТИЛЬ ЖИЗНИ»**,

Б. Октябрьская, 30а

**ФИТНЕС-КЛУБ GENESIS**,

Свободы, 46

**GRIZZLY FIGHT CLUB**,

Рыбинская, 46

**ФИТНЕС-КЛУБ «ГАРАЖ»**,

Б. Октябрьская, 45

### САЛОНЫ КРАСОТЫ И МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ

**ЦЕНТР ЛАЗЕРНОЙ  
И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ  
«АКТУАЛЬ»**,

Максимова, 14

**ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ «ТАИС»**,

Чкалова, 32а

**КЛУБ КРАСОТЫ EISMONT**,

пр-т Октября, 11

**СТУДИЯ КРАСОТЫ «КИСТЬ»**,

Слепнева, 13, корп. 1

**СТУДИЯ GUZHVA**,

Володарского, 52/55

**САЛОН ФЕЙСЛИФТИНГА IDOL FACE**,

Республиканская, 70



**СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ  
СТУДИЯ**

♦ ДОКТОРА КОРОЛЁВА ♦

**СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ СТУДИЯ**

**ДОКТОРА КОРОЛЁВА**,

Свердлова, 87/12

**ELENA KOCHNEVA STUDIO**,

Свободы, 60, ЖК «Династия»

**ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ**

**«ЛАНЖЕЛЬ»**,

Республиканская, 51/2,

Папанина, 13/2



**ЦЕНТР ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ**,

Салтыкова-Щедрина, 11

**САЛОН & БУТИК DEMI**,

Андропова, 14

**БАРБЕРШОП TOPGUN**,

Победы, 41, ТЦ «АУРА»

**БАРБЕРШОП INSIDE**,

пр-т Октября, 11

**БАРБЕРШОП ROACH**,

пр-т Ленина, 32/75

**МНОГОПРОФИЛЬНАЯ КЛИНИКА**

**«ДИНАСТИЯ»**,

Ушинского, 4в

**СТУДИЯ АППАРАТНОЙ КОРРЕКЦИИ ФИ-**

**ГУРЫ И КОСМЕТОЛОГИИ TIME BEAUTY**

Свободы 62, к. 2, ЖК «Династия»

**GEL BEAUTY BAR**

Лисицина, 57, ЖК «Династия»

### КАФЕ И РЕСТОРАНЫ

**ГАСТРОБАР DUDKI**,

Собинова, 33

**БАР JOHN GOTTI**,

Нахимсона, 16, 2-й этаж

**РЕСТОРАН «БУЛЬВАР»**,

Челюскинцев, 14

**РЕСТОРАН «БУРАТИНО»**,

Первомайская, 7

**БУРГЕРНАЯ & СТЕЙК-ХАУС «ЗАМЯСО»**,

Кирова, 10

**ПИЦЦЕРИЯ «ЛАПША НА УШАХ»**,

пр-т Ленина, 26

**ГАСТРОБАР FRIENDS**

**CRAFT & WINE**,

Богдановича, 16а



**КОФЕЙНЯ ORGANIC COFFEE**,

Кирова, 13, Свободы, 32а,

пр-т Октября, 2,

Победы, 41, ТЦ «АУРА»,

пр-т Толбухина, 58,

Московский пр-т, 147

**РЕСТОРАН ГРУЗИНСКОЙ КУХНИ VERIKO**,

Б. Октябрьская, 49

**РЕСТОРАН ГРУЗИНСКОЙ КУХНИ**

**«КУВШИН»**,

Первомайская, 53/18

**РЕСТОРАН IZI KITCHEN**,

пл. Труда, 1

### РАЗНОЕ



**ООО «ЗАВОД ПСМ»**,

Республиканская, 73

**БУТИК-ОТЕЛЬ MODERN**,

Пушкина, 5

**ОТЕЛЬ «РИНГ ПРЕМЬЕР ОТЕЛЬ»**,

Свободы, 55

**КЛИНИКА «ПРИМАМЕД»**,

Пушкина, 18

**ЮВЕЛИРНЫЙ БУТИК**

**«ЭПЛ ЯКУТСКИЕ БРИЛЛИАНТЫ»**,

Победы, 41, ТЦ «АУРА»

**МАГАЗИН ЖЕНСКОЙ ОДЕЖДЫ VEGER'S**,

Лисицина, 57

**САЛОН ЧАСОВ И СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР**

**«СТРЕЛКА»**,

Депутатская, 6/1

**ФОТОСТУДИЯ «ТРЕТИЙ ЭТАЖ»**,

Первомайская, 17а

**WSSECRET**,

Бижутерия, аксессуары,

одежда, консультация стилиста

Республиканская, 7

**СВАДЕБНЫЙ САЛОН «МЭРИ ТРЮФЕЛЬ»**

Андропова, 27/19

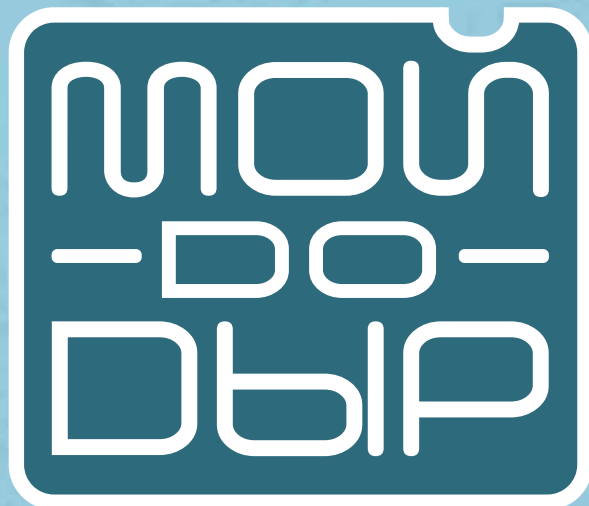
**СТУДИЯ ТАНЦА НА ПИЛОНЕ POLE PRIDE**

Победы, 38, 4 этаж

**МЕЖДУНАРОДНАЯ КОМПАНИЯ TERMISH**

пр-т Толбухина, 8/75

**Клининговая  
компания  
«МОЙДОДЫР»**



## **УБОРКА ДОМОВ И КВАРТИР**

▪ поддерживающая ▪ генеральная ▪ после ремонта

## **УБОРКА КОММЕРЧЕСКИХ ПОМЕЩЕНИЙ**

## **МЫТЬЕ ОКОН**

## **ХИМЧИСТКА МЕБЕЛИ И КОВРОВ**

**-10%**  
на первый  
заказ\*!

8 (901) 042-02-82 ▪ 8 (901) 047-07-71

**мойдодыр76.рф**

\*Сроки проведения акции с 30.10.2021 г. по 30.10.2022 года. Источник информации об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам мероприятия, месте и порядке их получения узнавайте по телефону 8 (901) 042-02-82.



**CLEANING.76**

# ЦЕНТР ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ

ПОД НАУЧНЫМ РУКОВОДСТВОМ ПРОФ. К.П. ПШЕНИСНОВА

ОСНОВАН В 1997 ГОДУ

ШОРМАНОВА ИРИНА  
ВРАЧ-КОСМЕТОЛОГ



ВСЕ ВИДЫ  
ЭСТЕТИЧЕСКИХ  
ОПЕРАЦИЙ

ВРАЧЕБНАЯ  
КОСМЕТОЛОГИЯ

САЛТЫКОВА-ЩЕДРИНА, 11

ТЕЛ. (4852) 32-00-11

73-02-55

E-MAIL: PSC007@MAIL.RU

@PLASTIC\_SURGERY\_CENTR

[WWW.PLASTICSURGEON.RU](http://WWW.PLASTICSURGEON.RU)

Лицензия: ЛО.76-01-002003 от 03 октября 2016 г.

В наступающем году желаем вам счастья,  
отличного настроения и много счастливых  
моментов с вашими близкими!

*Коллектив ЦПХ*

ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ СПЕЦИАЛИСТА ПО ОКАЗЫВАЕМЫМ  
УСЛУГАМ И ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ