

ЯРОСЛАВЛЬ Улыбнища

ЖУРНАЛ О ГОРОДЕ И ЕГО УЛЫБКАХ № 3 (30) 2023





Нам 5 лет!

Студия лазерной эпиляции Esthetica

8 (962) 211-33-77

Ярославль, ул. Свободы, д.46 (здание бывших казарм)

@esthetica_yaroslavl

esthetica-yaroslavl.ru

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВ ПОКАЗАНИЯ. ПРОВОДИТЬ СЛЕДУЮЩИЕ

Вся правда о лазерной эпиляции

У студии лазерной эпиляции Esthetica первый юбилей. В связи с этим знаменательным событием мы пообщались с основателем студии Анной Беляевой, совместно подвели промежуточные итоги и, конечно, обсудили одни из самых нелепых мифов о лазерной эпиляции.

— Анна, рады вновь видеть вас и вашу студию на страницах нашего журнала! В этом году у студии солидный юбилей — 5 лет. Поделитесь ощущениями и впечатлениями от первой пятилетки?

— Приветствую читателей журнала! Да, 5 лет — это солидная цифра и за это время было очень много сделано. Начиная с маленького кабинета, мы доросли до большой студии, провели более 20 000 процедур лазерной эпиляции и получили сотни положительных отзывов от наших гостей.

— Вас, безусловно, можно назвать экспертами в области лазерной эпиляции. Поделитесь секретом, как повышаете скилы и прокачиваете свои знания?

— Мы с косметологами регулярно проходим обучения, посещаем различные семинары как офлайн, так и в онлайн-режиме, обмениваемся опытом с врачами из ведущих клиник России. И, конечно, собственный опыт дает нам возможность быть уверенными в своем деле.

— Вокруг столько студий-однодневок, расскажите, что отличает профессионалов в вашей сфере?

— Пожалуй, я лучше расскажу о том, на что стоит обратить внимание при выборе студии/салона/центра для проведения лазерной эпиляции.

В первую очередь, это — квалификация специалистов и опыт работы. Лазерная эпиляция — медицинская услуга, а это значит, что выполнять ее может исключительно специалист с медицинским образованием. Данная процедура имеет ряд противопоказаний, в том числе прием лекарственных препаратов, поэтому человек, не имеющий должного образования, не сможет грамотно собрать анамнез и не имеет права принять решение о возможности ее проведения.

Далее идет оборудование — аппараты должны иметь регистрационное удостоверение. Его всегда можно запросить у администратора, так же как и убедиться в квалификации специалистов.

Ну и такой немаловажный аспект, как медицинская лицензия, имеет место быть в этом списке. Повторюсь, лазерная эпиляция — медицинская услуга и проводить ее необходимо в процедурном кабинете, который соответствует всем нормам.

— Вокруг лазерной эпиляции ходит множество мифов. Большинство из них не имеют под собой никакой основы. Какие на ваш взгляд самые абсурдные?

— Да, согласна. Чего мы только не слышали за пять лет своей работы. Вот, например, такое мнение: лазерная эпиляция вызывает бесплодие.

Мы работаем уже 5 лет и постоянно общаемся с нашими гостями, получаем от них обратную связь по результатам, и вы не представляете, какое количество девушек за это время стали мамами, в том числе и в нашем коллективе.

— Мы знаем, что вы совместно с акушером-гинекологом «Частной клиники на Некрасова» Якушевой Ольгой Юрьевной приняли участие в программе городского те-



Якушева Ольга Юрьевна, основатель и врач-акушер-гинеколог ООО «ЧАСТНАЯ КЛИНИКА», специалист в сфере гормональных нарушений, бесплодия и невынашивания беременности.

леканала, посвященной лазерной эпиляции. О чем говорили, какие вопросы поднимали?

— Да, все верно. Это был отличный опыт и прокачка собственных знаний. Конечно же, обсуждали мифы, связанные с лазерной эпиляцией. Затронули один из самых популярных — лазерная эпиляция опасна, она вызывает онкологию. Отвечу словами Ольги Юрьевны: «Давайте начнем с того, что перед тем как какая-то методика начинает использоваться врачами, ее долго и тщательно проверяют, в том числе и с точки зрения долгосрочных побочных эффектов, лазерная эпиляция — это медицинская услуга. Аппараты лазерной эпиляции регистрируются как медицинские изделия, студии лазерной эпиляции получают медицинские лицензии на проведение лазерной эпиляции. Нет ни одного научно доказанного факта о побочном эффекте в виде онкологии».

— Анна, оглядываясь на пять лет назад, какие промежуточные итоги можете подвести?

— За 5 лет мне удалось собрать настоящую команду профессионалов, которые любят свою работу, и что очень важно, любят и ценят людей. Мы увеличили количество аппаратов, что позволяет принять еще больше желающих. И на сегодняшний день больше половины новых пациентов к нам приходят по рекомендации, что для меня очень ценно.

В настоящий момент благодаря регулярному обучению и опыту, мы можем дать гарантию на удаление волос.

— Поделитесь планами на будущее?

— Все планы/секреты раскрывать сегодня не буду, но, конечно же, мы планируем развиваться и дальше, повышать свою квалификацию и превращать мечты о гладкой здоровой коже в реальность.

«Частная клиника»

Ярославль, ул. Некрасова, г. 37а • 8 (4852) 58-01-30
@ch.clinic76 • ch-clinic.ru



Rare Paris Trésor Solaire

Открытка из Парижа и мультиактивная маска в одном продукте! Обязательна после солнечного дня или прогулки в горах. Помогает коже успокоиться, вернуть баланс и снять воспаление. Маска действительно спасает, поэтому я бы её внесла во все списки «что нужно взять в отпуск».

Joëlle Ciocco Oxyclear

Мощный 100% концентрат натуральных активных ингредиентов. Косметолог в кармане, не иначе. Наносите под любимый крем, чтобы сыворотка стерла следы возраста, пигментные пятна и неровности.



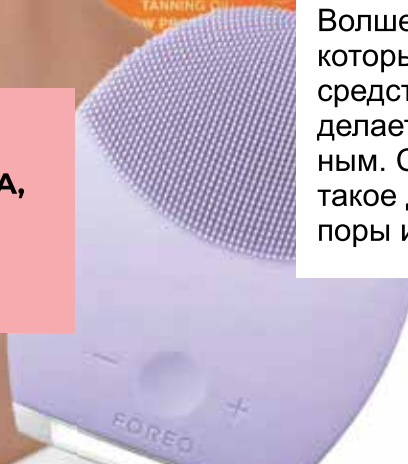
Ligne St.Barth Roucou Tanning Oil

Масло помадного дерева с легкой защитой от солнца, морской воды и укусов насекомых. Но главное — для соблазнительного бронзового оттенка и загара без пятен. С ним кожа выглядит как с обложки.



Foreo Luna

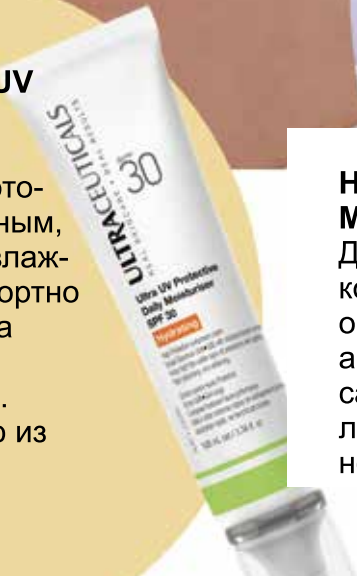
Моя любовь навсегда! Волшебный помощник, который усиливает любое средство в несколько раз и делает умывание безупречным. С Luna вы узнаете, что такое действительно чистые поры и дышащая кожа.



ЗВЕЗДНЫЕ БЬЮТИ-РЕКОМЕНДАЦИИ НА ЛЕТО ОТ ЮЛИИ ЭЙСМОНТ — ЭКСПЕРТА, ОСНОВАТЕЛЬНИЦЫ КЛУБА EISMONT И СТУДИИ КРАСОТЫ КИСТЬ.

Ultracuticals Ultra UV Protective Daily Moisturiser


Идеальный SPF, с которым загар будет ровным, а кожа здоровой и увлажненной. Очень комфортно ложится без эффекта маски. Держится без скатываний и блеска. Обожаю и использую из года в год!




Hempz Herbal Body Moisturizer

Для увлажненной и подтянутой кожи чудесный нелипкий лосьон. Сладкий, но ненавязчивый аромат медовой дыни и ананаса отлично вписывается в любой летний образ. Собственно, как и ухоженная кожа!






Shimmer.Shine от **Kevin.Murphy** — это сияющий финиш для волос и тела. В нём миллионы мерцающих блесток и не меньше витаминов. Легкий лечебный эффект и невероятное настроение на каждый день!



Волшебная увлажняющая серия **Hydrate.Me** от **Kevin.Murphy**, которая помогает локонам сохранить и накопить влагу. А значит, выглядеть живыми, гибкими, сияющими и упругими, несмотря на жаркие лучи и сухой воздух. Применение этой серии сокращает потребность отстригать длину к осени, проверено стилистами моих клубов.


13 летних ХИТОВ

Ultra Replenishing Mask



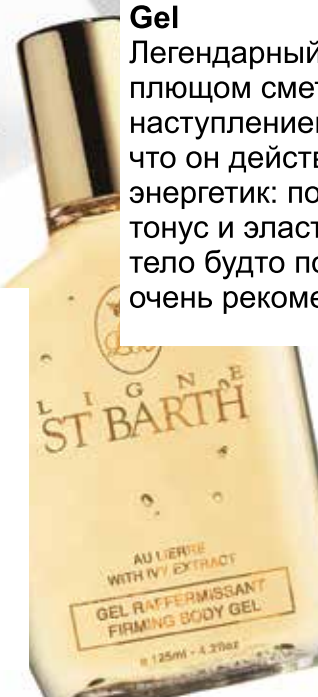
Насыщенная нежирная маска моментально пробуждает утомленную, сухую, обезвоженную и даже атопичную кожу. Всегда беру с собой в поездки в качестве SOS-помощи в цели выглядеть свежей и отдохнувшей.

Ultra Brightening Foaming Cleanser от Ultraceuticals




Нежное средство, которое не только удаляет макияж и загрязнения, но ещё освежает цвет и является профилактикой пигментации и следов постакне. Что для лета must have!

Ligne St.Barth Firming Body Gel




Легендарный! Этот гель с плюсом сметают с полок с наступлением лета. Потому что он действует на кожу как энергетик: подтягивает, дарит тонус и эластичность. С ним тело будто под фильтрами, очень рекомендую.

Joëlle Ciocco Eyelisse



Активное средство из экстрактов цветов для нежной кожи вокруг глаз и губ. Быстро и заметно разглаживает морщинки. А ещё уменьшает мешки и тёмные круги за счет запуска микроциркуляции.

Joëlle Ciocco Masque Thermal



Термальная детокс-маска для SPA-ритуала в домашнем уходе. Чистая роскошь с потрясающим эффектом. Кожа сияет и светится юностью и свежестью!



Beverly Hills Polo Club — американский модный бренд, основанный в 1981 году. Логотип марки — это всадник, играющий в поло, подчеркивает спортивную ориентацию и приверженность к люксу. Сегодня БНРС выпускает повседневную одежду, сумки, обувь, парфюм и большую коллекцию наручных часов. Именно модные часы этого бренда появились в салоне часов и сервисном центре «Стрелка».

На фото стильная женская модель, браслет и корпус которой выполнены из высокотехнологичной керамики, что делает часы намного легче стальных. Кроме этого, часы всегда выглядят как новые, ведь керамика не царапается! Минеральное стекло тоже защищено от царапин специальным сапфировым напылением, а внутри часов — надежный японский кварцевый механизм.

Цена 12 330 р.

СТРЕЛКА

**Салон часов и сервисный центр
«СТРЕЛКА»**

Ярославль, ул. Депутатская 6/1А,
тел. +7(4852)725145
www.strelka.store

СОДЕРЖАНИЕ

Слово главного редактора

Стр. 6

Самая любимая пора года начинается! Мы настолько воодушевились ею, что этот выпуск стал толще, чем обычно.

Девушки с обложки

Стр. 8

Косметологи Татьяна Князюк и Мария Фещук рассказали о процедурах-бестселлерах клуба Eismont.

Интересный разговор

Стр. 12

Алевтина Базина затронула очень интересную и актуальную тему на страницах этого выпуска. Предпринимателям обязательно к прочтению!

#выборулыбнись

Стр. 14

Создавать не только комфортное времяпрепровождение, но и заботиться о здоровье своих жителей — кредо жилого квартала «Норские резиденции».

Полезности

Стр. 16

Александрия Винцевич — человек 3 в 1, она помогает людям обрести форму мечты за счет трех компонентов: образования тренера, нутрициолога и психолога.

Стилиссимо

Стр. 18

Татьяна Зайцева о такой благородной и нужной концепции своего детища BURÓ RESALE.

В гости к мастеру

Стр. 20

Оксана Короткова — это одна из тех счастливиц, кто нашел свое призвание еще в детстве.

Персона

Стр. 22

Лечить зубы детям, да еще и любить это дело — возможно! Перед вами яркий пример: детский врач-стоматолог центра «Кит» — Дарья Николаевна Баранова.

Экспертное мнение

Стр. 24

Боремся с выгоранием и истощением ресурсов с помощью Магдалины Головчак.

Гороскоп

Стр. 25

Долгожданные для многих советы звезд на все лето-2023.

Адреса распространения журнала

Стр. 24

Даем явки-пароли, где нас можно найти.



НАС ЦЕНЯТ ЗА УМЕНИЕ
СПРАВЛЯТЬСЯ
СО СЛОЖНЫМИ ЗАДАЧАМИ



Проектирование зданий
и комплексов:

ЖИЛЫХ

ОБЩЕСТВЕННЫХ

ПРОИЗВОДСТВЕННЫХ



INTPROEKT76@MAIL.RU

 [INTPROEKT76](https://www.instagram.com/INTPROEKT76)

СЛОВО ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА



Приветствую, друзья! С легким сердцем мы с редакцией уходим в небольшой отпуск и представляем наш летний выпуск. Первое, что хочу заметить, номер в этот раз несколько объемнее, чем обычно. А второе: таким, как сейчас, вы видите «Улыбнись» в последний раз, готовим к сентябрю мощный рестайл. Всех подробностей раскрывать не будем, да и зачем, пусть будет сюрпризом. Однозначно приятным.

Итак, перед вами вновь сборник полезностей на любой запрос: в нем есть мегаактуальная информация

для предпринимателей, не обошлось без спорта, а также затронута важная тема здоровья детских зубов. Конечно, мы не могли пройти мимо такой острой темы, как восстановления ресурсов и энергии, а еще — мы узнали о крутом подходе в мире моды — концепции resale.

Я желаю всем прекрасного и вдохновляющего лета, а мы как всегда продолжим быть для вас максимально полезными.

к. м. н., АНДРЕЙ КОРОЛЁВ

@drkorolev

Ярославль
Улыбнись
ЖУРНАЛ О ГОРОДЕ И ЕГО УЛЫБКАХ

16+

**Улыбнись, Ярославль,
июль/август 2023 3(30)**

Главный редактор:
Королёв Андрей Игоревич
Выпускающий редактор:
Махова Екатерина
Дизайн и верстка:
Сосновская Валентина
Корректор:
Ледовская Олеся

Отдел рекламы
8 (915) 960-02-19
ulibnis.yar@mail.ru

Адрес редакции
150001, Ярославль, Малый Московский переулок, 1/17
Телефон редакции 8 (915) 960-02-19
E-mail mag@drkorolev.ru
www.korolevdentalstudio.ru

Информационный журнал «Улыбнись, Ярославль»

Адрес издателя: 150001, Ярославль, Малый Московский переулок, 1/17

Отпечатано: типография «РИММИНИ».

Адрес типографии: Россия, г. Нижний Новгород, ул. Красновозвездная, 7А, офис 3.

Тираж: 999 экз.

Периодичность: один раз в два месяца

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.

10 июня 2023 года



НА ОБЛОЖКЕ:
Князюк Татьяна Александровна
Фещюк Мария Андреевна

НОВОЕ МЕСТО ПРИТЯЖЕНИЯ В ЯРОСЛАВЛЕ



ВАС ЖДУТ:

Мы в ВК



Авторские роллы
от шефа



Классика паназиатской
кухни



Заказать с доставкой



Яркие и аппетитные
интерпретации
европейского меню

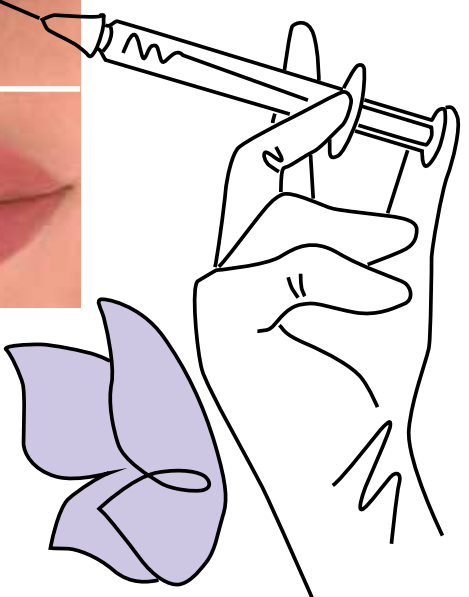
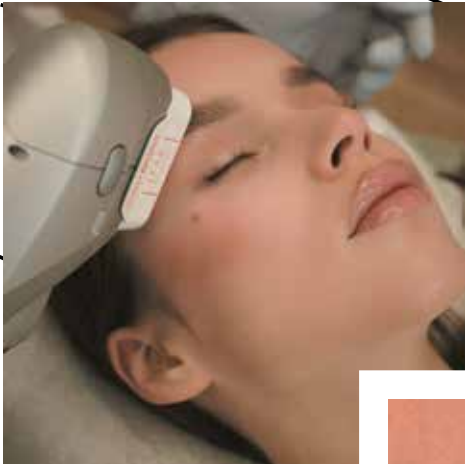


Ждем вас по адресу:

ул. Республиканская, 61 А

+7 965 726 20 99

HEISM ONT



РЕЗУЛЬТАТ НА ЛИЦО.

Поговорили с Марией Андреевной Фешук и Татьяной Александровной Князюк, врачами-косметологами Eismónt, о процедурах-бестселлерах клуба.

– Давайте сразу начнём с козырей! Мы с нетерпением ждали, когда сможем узнать у вас тот самый вопрос, который будоражит умы красавиц – что за магию вы используете при коррекции губ?

Татьяна Александровна:

– Никакой магии в классическом виде. Качественные ингредиенты, лучшее оснащение и всё. И, пожалуй, самое важное: мы с коллегой разработали авторскую технику, которая помогает добиться любой желаемой формы и объёма с первого раза. И сделать это так мягко и натурально, чтобы никто даже не понял, что была коррекция. Наверное, эта техника и есть та самая магия и особый секрет клуба!

– С уважением относимся к такому секрету, но скажите, а эта техника распространяется на другие инъекционные процедуры? И, раз уж спросили, какая из процедур пользуется особым спросом среди девушек?

Мария Андреевна:

– Да, распространяется. Вся работа с тонкими линиями и скульптурой лица – мы довели эту технику до совершенства. И даже чуточку выше! Мы уважаем врачебную тайну и не делимся фотографиями работ, когда пациенты просят остаться инкогнито, но признаюсь, я сама с удовольствием пересматри-

ваю папку «до-после» в своем ноутбуке. Черпаю вдохновение из наших работ. А особым спросом сейчас среди девушек пользуется Radiesse. Он плотный и активный, он может «приподнять» поплывший овал, очертить углы молодости или исправить форму подбородка. Radiesse добавляет лицу четкости, стирает годы и делает образ ярким и выразительным.

Препарат безопасен, биоразлагаем и прошел все проверки, но я не могу не напомнить, что даже прививка от гриппа в непрофессиональных руках может привести к ужасным последствиям. А такую работу, как скульптура лица точно нужно доверять только дипломированным врачам с лицензией.

– Скажите, а есть что-то для тех, кто уже заметил первые признаки увядание, но боится любых уколов?

Татьяна Александровна:

– Без сомнений – Ultraformer III. Наш хит! Эффект как после круговой пластической подтяжки. То, что вы увидите сразу после процедуры вас, конечно, порадует. Но это только начало, ведь аппарат запускает процессы выработки коллагена, и еще в течение двух месяцев кожа будет наращивать новые каркасные волокна. Такой удивительный способ заставить время идти вспять. Пожалуй, одно из самых впечатляющих открытий в области косметологии за последние годы. И мы очень рады, что можем представить его нашим прекрасным резидентам.

Рисуя желанные линии...

EISMONT

Уверенность в себе строится из миллиона мелочей. Успеха на работе, достижений в социальной жизни, даже из того, как именно сегодня сидит на вас любимое платье. А от уверенности в себе зависит результат многих начинаний.

Мы с симпатией относимся к идее принятия себя в любом виде, но точно знаем, что иногда (а летом особенно!) хочется, чтобы состояние было приближено к идеалу. Не к журнальным картинкам, а к идеалу именно вашего тела: более упругая кожа, более ровный рельеф и чётче контуры.

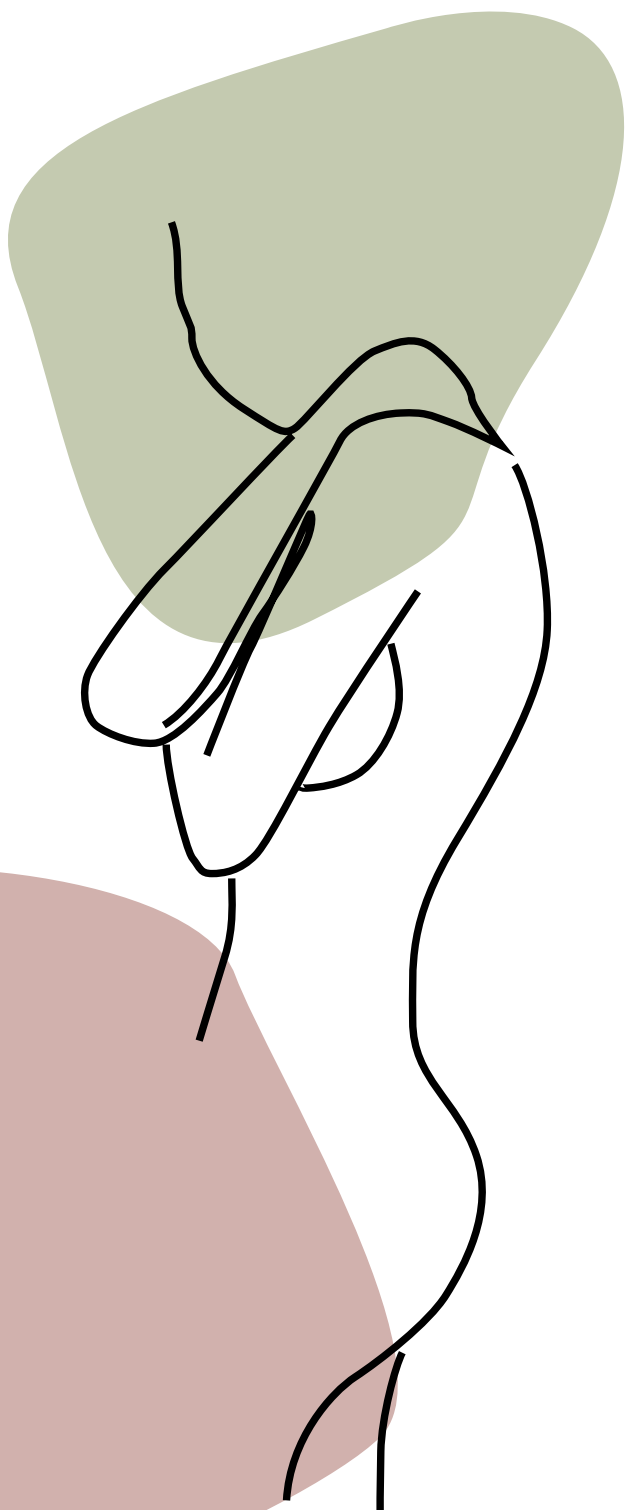
И у нас есть решения, которые помогут добиться видимого эффекта, отражаясь на ощущении и отражении в зеркале. Несколько любимых нами процедур для изящных линий:

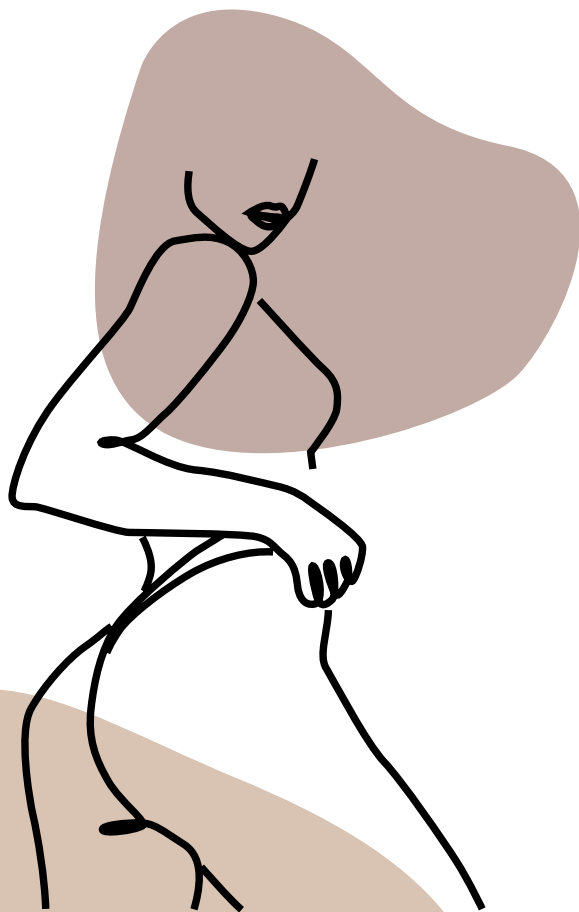
Ultraformer III

Аппарат, который заставил нервничать пластических хирургов!

Без инъекций, без единой травмы он дарит лифтинг-эффект, позволяя производить коррекцию не только овала лица, но и сложных участков тела. Тех самых, которые дольше всего уходят даже при ежедневных тренировках: внутренняя сторона бедра, дряблость на руках, колени и область живота.

Процедура проходит максимально комфортно, вы буквально лежите и худеете. Работает Ultraformer, активизируя ультразвуком выработку нового коллагена и эластина, и этим обеспечивая подтяжку. Эффект видно сразу — кожа выравнивается, растяжки и целлюлит становятся менее заметными, весь силуэт словно наполняется энергией.





Но основная прелесть процедуры в том, что вы уже выйдете из кабинета врача-косметолога и пойдете по своим делам, а организм будет по-прежнему отматывать часы назад и подтягивать кожу. Нарастание эффекта происходит ещё в течение двух месяцев после сеанса.

Мы видим результаты после Ultraformer и не можем сдержать восторг, но обязательно должны вас предупредить: аппарат дорогостоящий и желанный, поэтому появилось очень много подделок. Мы уверены за услугу, предоставленную в клубе Eismont, но гарантировать заявленный эффект в других салонах мы не можем.

Мезотерапия липолитиками.

Ещё одна процедура под звёздочкой. Выполнять её должны специалисты с медицинским образованием в лицензированном заведении.

Липолитики — это специальный коктейль на основе натуральных компонентов, который инъекционно вводится под кожу в проблемных зонах.

Состав запускает активный процесс сжигания жира, улучшает микроциркуляцию крови и выводит продукты распада из организма.

Благодаря им накопившийся жир превращается в жирные кислоты. И в этом виде выводится из организма с помощью кровеносной и лимфатической системы.

Зоны, которые неподвластны диетам и физическим нагрузкам, тают под действием липолитиков и, согласитесь, иногда это настоящее спасение! Процедура безопасна, но, повторим, только в руках квалифицированного доктора.

Ещё один элемент красивого тела — соблазнительный загар. В клубе Eismont за него отвечает коллатэнарий. Космически красивый аппарат, который не только покрывает кожу янтарным оттенком, но и продлевает молодость. Одна процедура запускает синтез витамина D, оказывает антивозрастной эффект, эффективное увлажнение, усиление циркуляции крови и, как следствие, сокращение целлюлита. Больше не верьте в байки о вреде загара, его можно приобрести с пользой!

Пусть новое лето случится невероятным, с жарким песком и прохладными волнами. И каждый день будет наполнен волнением, как в юности, когда вы трепетно влюблены в кого-то, но в этот раз кто-то — это сама жизнь и вы, непосредственно.



Как работать с самозанятыми и не нарваться на штрафы

Сейчас не самое простое время для малого бизнеса и, откровенно говоря, если предприниматели будут выполнять все нормы налогового законодательства, то 90% из них будут работать себе в убыток. Например, в информационных источниках промелькнула новость о том, что в 2024 году государство планирует повысить МРОТ более чем на 18%, а это значит, что налоговая нагрузка на предпринимателей значительно увеличится. Для того чтобы снизить ее, многие прибегают к сотрудничеству с самозанятыми. Но не все делают это правильно!

Чем грозит выявление подмены трудовых отношений гражданско-правовыми, нам рассказала Алевтина Базина.



Алевтина Базина — владелица бухгалтерской компании «Монетный Двор», предприниматель, практикующий бухгалтер и финансовый консультант.

— Алевтина, расскажите, почему предпринимателям выгоднее работать с самозанятыми, чем нанимать сотрудников в штат?

— Это выгодно за счет снижения расходов. С самозанятыми не надо вести кадровый учет, не надо предоставлять отпуск, нет обязательных платежей в бюджет, как в случае с сотрудниками по трудовому договору.

— Но все же оформлять сотрудничество с самозанятыми необходимо?

— Конечно! Договор с самозанятым заключается по нормам гражданского законодательства. Берите за основу обычный договор гражданско-правового характера (подряда или возмездного оказания услуг) и адаптируйте его под свою ситуацию. А лучше обратитесь к бухгалтеру, который учтет все нюансы.

— Судя по всему, налоговой не очень выгодна ситуация с переходом на работу с самозанятыми?

— Безусловно, ведь в бюджет не поступают те налоги, которые предприниматель платит при найме сотрудников по трудовому договору. Поэтому мы все чаще видим внеплановые проверки со стороны налоговой и трудовой инспекции — они пытаются найти признаки реальных трудовых отношений в сотрудничестве с самозанятыми.

— А какие это признаки?

— К таким признакам можно отнести следующее: предприниматель — единственный заказчик у самозанятого или он обеспечивает самозанятого инвентарем, материалами, поставляет клиентов; самозанятый работает по тому же графику, что и штатные работники компании, да еще и на той же территории; компания регулярно платит самозанятому одни и те же суммы, причем не за конкретный результат работы, а за выполнение трудовой функции. Все вышеперечисленное является поводом для обвинения предпринимателя в подмене трудовых отношений гражданско-правовыми.

— Что грозит предпринимателю, если налоговая докажет, что он уволил своего сотрудника и продолжает с ним работать в прежнем режиме, но как с самозанятым?

— Предприниматель заплатит несколько крупных штрафов. Ему доначислят налоги и страховые взносы за сотрудников, которые он не платил и обяжут перейти на трудовой договор. Но и оформить взаимоотношения с уволенным сотрудником как с самозанятым, у предпринимателя сразу не получится, для этого должно пройти два года с момента увольнения.

— Какой совет вы можете дать предпринимателям, которые хотят сэкономить на налогах таким образом?

— Обращайтесь к специалистам. В моей компании много клиентов, которые решили пойти этим путем, и у каждого ситуация уникальна. Поэтому и подход к решению должен быть индивидуальным и профессиональным — «Ok, Google» тут не сработает. Не пускайте этот вопрос на самотек. Всех, кому нужна помощь, приглашаю на консультацию, мы поможем найти безопасное решение для экономики на налогах.

8 (920) 129-67-29

buh.company@mail.ru



@ALEVTINA.BAZINA



@ALEVTINA.BAZINA

29 лет экономлю деньги малого бизнеса





ГОРОДСКОЙ КВАРТАЛ «НОРСКИЕ РЕЗИДЕНЦИИ» - С ЛЮБОВЬЮ К СПОРТУ

Современный человек все время куда-то спешит, в жизни то и дело появляются все новые и новые задачи, а времени на их решение не прибавляется. Чтобы решить все вопросы, порой приходится отодвигать на второй план отдых или занятия спортом. Логичным становится вопрос: как же все успеть и при этом оставаться в ресурсе, не жертвуя тем, чем жертвовать не хочется? Правильно — оптимизировать!



В городском квартале «Норские резиденции» думали об этом еще на этапе создания, поэтому в нем есть все для комфортной жизни. На территории находится детский сад, отвечающий всем современным требованиям. Для жителей организована рекреационная зона с лавочками и детским городком — это место притяжения и общения. В теплое время года для жителей организуют кинотеатр под открытым небом, да по территории квартала просто прогуляться уже приятно: тротуары и дорожки в отличном состоянии, много зелени, все ухожено и радует глаз! В скором времени здесь появится еще и большой парк.

Ну а что насчет здоровья? Об этом застройщик «ГудГрад Недвижимость» тоже позаботился: первым этапом была организована спортивная площадка под открытым небом. На ней в свободном доступе для спортсменов все самые необходимые тренажеры, а покрытие площадки делает тренировки максимально безопасными. Кстати, в пандемию помимо жителей квартала, на спортплощадке занимались спортсмены и из других районов города.

Похоже, это успех, но застройщик не собирался на этом останавливаться. Следующим этапом стало открытие пол-



ноценного фитнес-клуба «Будь круче» с реально крутыми профессиональными тренажерами, залом групповых программ и соларием. Вишенкой на торте стала обитаемая крыша: на ней в хорошую погоду проводятся тренировки, а любой клиент клуба может подняться наверх и, лежа на шезлонге, попить протеиновый коктейль. Просто представьте: вы на йоге, закрываете глаза, солнце согревает, ветерок обдувает тело, все невзгоды и проблемы уходят на второй план... Это просто, вау! Преимущества очевидны: жителям квартала теперь не нужно тратить много времени на дорогу до ближайшего спортза-

ла, вы просто собираете сумку и идете до клуба пешком (можно и пробежаться). У клуба удобные часы работы: с 6.00 до 24.00, а это значит, что можно позаниматься до работы, и даже если вас на ней задержали, вы точно не пропустите тренировку. Куда уж круче!

«ГудГрад Недвижимость» и здесь не собирается останавливаться и планирует кое-что крутое в своих следующих проектах — на очереди квартал «Волга-Life резиденции». А что будет там — скоро узнаем...


**НОРСКИЕ
РЕЗИДЕНЦИИ**
ГОРОДСКОЙ КВАРТАЛ

GOODGRAD
НЕДВИЖИМОСТЬ


**ВОЛГА LIFE
РЕЗИДЕНЦИИ**



Офис продаж:
Ярославль, ул. Республиканская 3к6,
700-555, goodgrad.ru

Александрия Винцевич

Эта девушка с необычным именем и образованием психолога несет добро и счастье повсеместно. Она делает так, чтобы в жизни каждого вырабатывался серотонин — один из гормонов счастья. А как ей это удается — Александрия рассказывает в нашем интервью.

— Александрия, рады приветствовать! Давайте познакомимся поближе, несколько слов о вас.

— Добрый день всем! Меня зовут Александрия Винцевич, я психолог пищевого поведения, фитнес-тренер международной квалификации и нутрициолог. Я являюсь членом Ассоциации нутрициологов России, а также у меня есть свой спортивно-психологический центр «Серотонин». На сегодняшний день я запатентовала этот бренд и являюсь его основательницей.

— Как пришла идея соединить воедино ваши направления деятельности?

— Вы знаете, я убеждена, что три мои специализации в совокупности дают максимальный профит моим клиентам. Происходит это потому, что в борьбе с лишними килограммами, необходимо не только включать в свой режим тренировки, но и обязательно разобраться почему вес не уходит и какие причины набора веса. Как правило, это проблемы психологического характера, здесь на помощь приходит моя квалификация психолога.

— С какими проблемами у своих клиентов вы сталкиваетесь чаще всего и как помогаете их решить?

— Наверное, назову эту проблему «дефицит эмоций». Что это значит: скажем, у человека не очень насыщенная жизнь, дом-работа-дом. Позитивных и ярких моментов не хватает и он ищет их в еде. С едой, которая дает кратковременный позитивный эффект, зачастую приходят и лишние килограммы. Далее круг замыкается: лишний вес привносит в жизнь негатив, а еда со своим кратковременным эффектом, лишь добавляет килограммы на весах. Моя миссия: вывести человека из этого «дня сурка», научить радоваться мелочам и не заедать стресс.

— У вас есть авторский курс по преобразению тела и души #серотонинкастройнит. На что он направлен?

— Все верно, он направлен не только на тело, но и на внутренний мир человека. Сейчас в изобилии разнообразные руководства по правильному питанию, в свободном доступе всевозможные тренировки, но что парадоксально, человек может этим пользоваться, знать правила питания, но не применять их.

Задача моего курса — объяснить и помочь разобраться с проблемами пищевого поведения, замотивировать на соблюдение простых правил питания. Я разработала его именно для того, чтобы каждому было легко в достижении своей цели в первую очередь психологически.

— Сколько готовили этот курс и для кого он подойдет?

— Я разрабатывала свой курс в течение двух лет, постоянно что-то добавляя и убирая, получая обратную связь от моих клиентов. Подходит он абсолютно каждому, кто хочет избавиться от лишнего веса, проработать этот вопрос максимально эффективно, чтобы проблема не вернулась. Также курс будет полезен тем людям, у которых есть обратная проблема: они не могут набрать вес, отказываются от еды, это также считается расстройством пищевого поведения. Со всеми подопечными мы работаем на долгосрочный эффект.

— В чем плюсы вашего курса?

— Один из самых главных плюсов этого курса — то, что он имеет огромную психологическую наполняемость и индивидуальность. Это не одна универсальная инструкция по применению, с каждым участником мы прорабатываем проблему индивидуально, ведь у всех свои причины переживания.

— Какие методы вы используете, чтобы ваши подопечные не теряли мотивацию к преобразению?

— Я придерживаюсь мнения, что человеку нужен человек. Потеря веса — психологически сложный процесс, иногда вес стоит и очень важно, чтобы рядом был человек, который объяснит почему это происходит, подберет нужные слова ободрения и поддержки. А самое главное, я рассказываю как не изнурять себя многочисленными диетами и не набирать лишнего, я верю в каждого и пытаюсь донести то, что любой может достигнуть своей цели.

— Расскажите о самых крутых достижениях у участников вашего курса.

— На самом деле для меня каждый клиент уникален, каждым горжусь, за каждого переживаю. Недавно радовалась потрясающему результату одной из участниц: она пришла ко мне с весом 130 килограммов, вместе мы достигли отметки в 95. Сейчас она продолжает занятия самостоятельно, но именно мой курс дал толчок к преобразованиям, научил правильному отношению к еде, дал мотивацию. Еще в процессе своей трансформации она встретила мужчину и сейчас кайфует от достижения каждой своей цели. Мы остаемся на связи, следим друг за другом в социальных сетях.

— У вас есть свой фитнес-центр «Серотонин». Почему выбрали именно это название для своего детища?

— Серотонин — это гормон, который вырабатывается, когда ты чувствуешь социальную значимость, когда ты помогаешь людям. Это слово как нельзя лучше подходит к моему проекту, ведь я несу пользу моим подопечным. Также серотонин вырабатывается при физических нагрузках и при приеме пищи, словом, это название отражает мою деятельность и

цели. Название так сроднилось со мной, что клиенты клуба стали называть меня «Серотонинка».

— Наше время стремительно бежит вперед. Как удается не отставать от трендов и повышать свои скилы?

— Я постоянно учусь, без этого в современном мире никак. Я хочу давать своим клиентам свежую, актуальную информацию, поэтому всегда ищу ее интересные источники. Люблю этот процесс, в том числе из-за общения — оно дает возможность обмена опытом: ты можешь помочь в каких-то вопросах, и с тобой тоже поделятся своими знаниями.

— Вы много читаете. Поделитесь, какая книга из недавних более всего впечатлила?

— Да, вы правы, я обожаю читать. Более того, люблю читать в разных местах, я, можно сказать, коллекционирую места для чтения. Всегда говорю: «Читайте все, каждая книга приходит в нужное время и не просто так». Одна из моих любимых — это книга Вадима Зеланда «Транссерфинг реальности», уже зачитана до дыр, но я каждый раз нахожу в ней что-то новое и актуальное. Она о том, как нужно мыслить в современном мире, чтобы не уйти в негатив.

— Александра, спасибо за интересное интервью. Желаем процветания вашему проекту! Несколько слов читателям для поднятия их уровня серотонина)

— Спасибо большое, взаимно! Мое кредо — быть полезной каждый день моей жизни, поэтому хочу сказать читателям: «Будьте полезны!». Это такое счастье — приносить что-то важное и хорошее, видеть как от ваших действий или слов улыбается другой человек. А если рядом с вами счастливые люди, то счастливы и вы сами.



8(909)555-87-98
VK serotoninka321



BURÓ RESALE

Интервью с основательницей первого комиссионного бутика Татьяной Зайцевой

Тот факт, что фешен-индустрия в настоящее время стоит на втором месте по загрязнению окружающей среды после нефти и нефтепродуктов, вызывает глубокое сожаление. Неутешительная статистика подтолкнула неравнодушных рассмотреть новые подходы к покупке и утилизации одежды. Один из них — resale* не подошедшей по каким-либо причинам вещи, у которой тем самым продлевается срок жизни. Героиня нашего интервью Татьяна Зайцева как раз приверженец такого эко-подхода, о чем ярко заявляет ее проект BURÓ* RESALE.



— Татьяна, добрый день, хотим начать наше интервью, как и полагается, со знакомства.

— Приветствую всех читателей «Улыбнись, Ярославль!». Очень рада возможности рассказать о моем новом проекте BURÓ RESALE на страницах вашего журнала. Ярославль — город, где я родилась, училась, вышла замуж, здесь же родились мои дети: старший сын и младшая дочь. Я люблю путешествовать всей семьей и проводить время с друзьями.

— Расскажите немного о вашей профессиональной и творческой реализации?

— По образованию я юрист. Достаточно долго я проработала в этой сфере, но в один момент решила все изменить и получила дополнительное образование — педагогическое, и следующие 4 года работала репетитором по английскому языку с детьми начальных классов. Так я реализовала детскую мечту стать учителем. Параллельно получила сертификат педагога по этикету для детей и проводила мастер-классы для них — это был очень интересный опыт.

— Мы знаем, что вы стали победительницей конкурса красоты в Ярославле, изменилось ли что-то в вашей жизни после этого проекта?

— Да, это был один из интереснейших этапов моей жизни. Я часто принимаю решения спонтанно, так получилось и с конкурсом — сделала шаг и назад пути уже не было. Если я что-то начала, то стараюсь делать это до конца и с полной отдачей.

Конкурс — это масса впечатлений, знакомств и возможность реализации всех



*Перепродажа, *бюро

идей. Для меня лично, он стал отправной точкой в открытии новых направлений моей деятельности.

— Не так давно вы открыли первый в Ярославле магазин resale, поздравляем! Нашим читателям было бы интересно и полезно узнать более подробно о его концепции.

— У каждой из нас в гардеробе можно найти забытые или неподходящие по разным причинам вещи. Посмотрев однажды на свой гардероб, я поняла — избавляться от «лишнего» необходимо наиболее современным и экологичным способом. Так появилась идея заняться resale, и 25 февраля этого года комиссионный бутик BURÓ открыл свои двери для комитентов и покупателей.

— Кто такие комитенты и из чего состоит ассортимент бутика?

— Комитенты — это те, кто приносит на реализацию свои вещи, из которых как раз и состоит ассортимент BURÓ. Нашим клиентом может стать абсолютно каждый, кто принимает нашу концепцию и условия. После продажи вещи в BURÓ, комитент получает свое денежное вознаграждение, о котором мы договариваемся заранее.

— Какие вещи вы принимаете и на каких условиях?

— Как минимум — это вещи в идеальном состоянии или новые, предпочтение отдаем одежде и обуви люкс-сегмента. Мы внимательно следим за качеством каждой позиции. Нам важно, чтобы покупатель был доволен представленным ассортиментом и ценой.



Запрещенная в РФ социальная сеть

— Что вы можете сказать о том, как приняли эту концепцию ярославны?

— На сегодняшний день, к BURÓ присоединилось более 150 комитентов, у нас есть постоянные покупатели и активные подписчики в социальных сетях, где мы ежедневно знакомим с нашими новинками. Нас рекомендуют своим знакомым и мы рады, что нашли поддержку среди большого количества людей.

— Благодарим вас, Татьяна, за интервью и отдельное большое спасибо за концепцию, которая несомненно должна привлечь всех, кто за экологичное и разумное потребление. Успехов и процветания!

— Спасибо, «Улыбнись, Ярославль»! Ждем всех в нашем пространстве BURÓ.



BURÓ.RESALE.YAR

Ул. Республиканская, 7
ТЦ «ФЛАГМАН» 2 этаж
8 (980) 660-48-32
@buro.resale.yar
vk.com/buroresaleyar

Оксана Короткова

Кто такой художник? Бесспорно — это тот, кто видит во всем прекрасное и желает поделиться им как можно с большим числом людей. Вряд ли существует более яркая и творческая сфера деятельности, ведь с помощью простых инструментов художник создает чудо. У каждого мастера оно свое, давайте познакомимся с Оксаной Коротковой, которая еще в детстве выбрала свой путь.

— Оксана Алексеевна, рады знакомству! Вы профессиональный художник, рисуете всю жизнь. Расскажите, пожалуйста, когда почувствовали, что нашли свое призвание?

— Добрый день, и я рада знакомству! Я поняла, что рисование — это моя радость еще с подготовительной группы детского сада. Тогда я увидела, как моя воспитательница рисовала красками животных на стене веранды. Это меня одновременно и удивило, и покорило, именно с этого момента и начался мой творческий путь.

— Помните первый свой успех на этом поприще?

— Конечно, первый мой успех — это участие в городском конкурсе «Рисунок на асфальте», где я заняла первое место.



— Чем больше нравится писать?

— Я много что пробовала, и у меня было время для экспериментов: любила писать акварелью и маслом. Масляная жи-

вопись очень понравилась тем, что картина остается в первозданном виде на долгие годы.

— Как сформировался ваш собственный почерк?

— В этом мне помогла акварель. В работе с ней очень важна чистота красок и первое ощущение. Поэтому и маслом я стараюсь писать с такой же легкостью, не загружая работу. Я пробовала себя в разных направлениях пока обучалась, но свое направление нашла, когда попробовала писать с натуры натюрморты.

— Какие темы и мотивы наиболее интересны для вас?

— Так как я жила в стране, которая богата солнцем, фруктами, национальными коврами и украшениями, мне не нужно было долго думать о направлении в своих работах. Со студенческих времен я влюбилась в гранаты, в богатство переливов света их зерен, сверкающих словно драгоценные камни.

— Что для вас ваши картины?

— Для меня мои картины — это наследие, которое я могу продемонстрировать всему миру и оставить частичку себя, своей души и любви.

— Как думаете, кому понравятся ваши произведения?

— Сейчас я наблюдаю такую тенденцию: молодое поколение тоже интересуется живописью, что конечно, не может меня не радовать. Раньше мои картины в основном покупали люди примерно моего возраста. Мои работы интересны будут как мужчинам в качестве подарка, так и женщинам. Это не просто натюрморты, которые можно повесить только на кухне (как многие считают). Натюрморт — это целая история, эпоха, богат-





ство твоей души.

— Как вы считаете: «Живопись — это свобода?»

— Мое мнение: однозначно, да! Потому что когда перед тобой чистый холст, ты ощущаешь себя волшебником, способным показать красоту обычных предметов через свое видение.

— Есть ли художники, которые вас вдохновляют и восхищают?

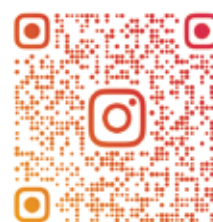
— Я всегда восхищаюсь И. Левитаном и А. Серовым. Но я также многому научилась у художника Яна Вермеера.

— Каким достижением в живописи вы гордитесь более всего?

— Для художника важно найти то, что будет его отличать от всех, как например у Ван Гога его «Подсолнухи» — он открыл миру их красоту. Вот и я нашла свое — это гранаты.

— Что бы вы сказали себе в начале своего пути, если бы была возможность вернуться назад?

— Хороший вопрос. Наверное: «Будь увереннее в себе, ты видишь этот мир через краски так, как не видит никто. Верь в свой талант, у тебя все получится!»



8(915)982-50-88

Дарья Баранова

Есть такая профессия детский врач-стоматолог. Профессия эта непростая, но очень важная. Именно детский врач-стоматолог формирует отношение ребенка к стоматологии в целом, помогает предупредить многие заболевания полости рта и учит качественно ухаживать за зубками. В стоматологическом центре «КИТ» за это отвечает Дарья Николаевна Баранова или «доктор Даша», как любят называть ее маленькие пациенты и их родители. О важности ухода за зубами с самого рождения мы поговорили в этом интервью.



— Дарья, приветствуем вас и рады знакомству!

— Добрый день, взаимно!

— Дарья, вы — детский врач-стоматолог. Расскажите, пожалуйста, почему решили стать стоматологом и почему именно детским?

— Предпосылки стать доктором были еще с детства. Конечно, тогда это был неосознанный выбор, но помню, что я очень ответственно относилась к здоровью зубов и сама просила маму отвести меня к стоматологу. Я сама себе проводила «осмотр» и находила кариес! А вот детским специалистом я становиться ну никак не планировала... наоборот, всегда удивлялась, как люди осознанно выбирают профессию, связанную с работой с детьми (учителя, воспитатели в детском саду). Я смотрела на них и думала: «Я бы никогда не смогла так! Это же такая ответственность и очень непросто!» Но как говорится: «Никогда не говори "никогда"».

— Вы — детский врач-стоматолог центра «КИТ», расскажите про детское отделение. Мы знаем, что оно занимает целый этаж! Какие преимущества у вашего детского отделения?

— Прекрасное место! Мы стараемся делать все, чтобы детям было у нас комфортно, безопасно и интересно. Например, после визита ребенок получает жетон и отправляется к игровому автомату за наградой. Еще у нас есть интерактивный экран в зоне ожидания, полезные леденцы, уникальный и яркий дизайн самого детского отделения. Перед приемом родители заполняют специальную анкету, в ней можно оставить отзыв или совет, что бы им хотелось привнести или улучшить. Безусловно, нашим самым главным преимуществом я, как доктор, считаю безопасное и грамотное лечение по мировым стандартам и протоколам. Мы не калечим детские зубки «безмышьяковистыми» пастами, не «резорциним» зубы,

не используем «пульпотек» и не работаем с другими токсичными препаратами, а проводим лечение с изоляцией (коффердам), делаем качественную и безопасную диагностику (снимки), подбираем индивидуальный план профилактики в соответствии с исходной ситуацией в полости рта и многое другое. Мы не останавливаемся на достигнутом: впереди очень много планов, которые потихоньку реализуются. Самые актуальные новости можно узнать из наших социальных сетей, но лучше все увидеть своими глазами!

— Почему выбрали именно «КИТ»?

— Мне просто сразу показался близким по духу наш «самый главный Кит» Андрей Игоревич. Импонировал его подход к делу, легкость, позитивное мышление (наверняка, как и многим). Постепенно я познакомилась с остальными коллегами и тогда поняла, что не ошиблась с выбором.

— У вас богатый опыт, более 16 лет — это внушает уважение. Интересно знать ваше мнение: как родителю понять, что перед ним профессионал, которому можно доверить здоровье своего ребенка?

— Да никак... даже профессионал может не оправдать завышенных ожиданий пациента и наоборот, доктор с небольшим опытом уделит внимания и заботы больше. Скорее, тут важно полное доверие и понимание, что это твой человек. Каждый пациент найдет «своего» доктора, а каждый доктор — «своего» пациента, но иногда на это требуется немного времени.

— Работать с детьми — особое искусство, нужны стальные нервы и тонны терпения. Поделитесь секретом, как находите подход к детям, ведь каждый из них — уникальный случай?

— Да, вы совершенно правы насчет уникальности, следовательно, каждый маленький пациент — особенный, а значит невозможно подобрать «волшебный рецепт», который бы работал с каждым.

— А в чем отличия между лечением взрослых и детей?

— Они принципиально разные! Но если не вдаваться в медицинские термины и методы лечения, то одно из главных от-

личий — это время, которое маленький пациент может провести в кресле. Поэтому надо стараться делать все максимально быстро, при этом не теряя в качестве. Бывает так, что работу, которую у взрослого человека врач может выполнить за одно посещение, у ребенка приходится растягивать на несколько визитов.



нок проходит еще в первые месяцы жизни. Это нужно для оценки состояния полости рта, уздечек, слизистой, профилактики болезней полости рта и планирования дальнейших посещений врача. Стоматолог проконсультирует по вопросу правильной гигиены и подберет средства ухода за полостью рта еще до появления зубов, а следовательно и проблем с ними. Самое главное тут — это работа на опережение, важно подготовить и научить родителей правильно ухаживать за полостью рта малыша и дать советы по питанию.

— Какие советы вы бы дали родителям, чтобы подготовиться к приему у стоматолога?

— Я бы хотела обратиться ко всем родителям наших маленьких пациентов и напомнить про то, что детский доктор — прежде всего специалист, обладающий навыками общения с детьми, знающий все методы и особенности лечения зубочелюстной системы, а не аниматор, который должен развлекать ребенка в кресле во время приема. Лечение детей — это огромный труд и ответственность.

В том случае, если у ребенка есть страх перед посещением стоматолога, негативный опыт или вы хотите чтобы первое знакомство с доктором оставило только хорошие впечатления, стоит обязательно посетить наш адаптационный центр «Китенок», миссия которого — подготовить ребенка к посещению врача и избавить его от стресса, а еще научить правильной гигиене полости рта.

— С какого возраста нужно начинать посещать стоматолога?

— Осмотр у детского стоматолога ребе-

— Дарья, а можно несколько советов от вас родителям как сохранить здоровье зубов их детей как можно дольше?

— Здесь все просто: необходимо соблюдать режим питания, исключать «вредные перекусы», сладкие и газированные напитки, пить больше воды, чистить зубы не менее 2 раз в день, использовать для этого не только щетку с пастой, но и как минимум: ополаскиватель, зубную нить или флосстик. Регулярное посещение специалистов нашего центра для проведения профилактических осмотров и профессиональной гигиены поможет решить проблему на ранних стадиях, либо и вовсе избежать дальнейшего лечения зубов.

**Стоматологический центр «КИТ»
Малый московский переулочек, 1/17**



КАК ПОБОРОТЬ АПАТИЮ или откуда мы черпаем ресурсы?

Довольно часто мы слышим фразу: «Я устал, я больше не могу». Но куда страшнее, если мы сами ее произносим. Что же в этот момент происходит с человеком? От чего устал? Вагон бревен разгрузил? Три гектара целины вспахал? Решил-таки уравнение Навье-Стокса? Речь идет совсем не о физической усталости, на самом деле у человека просто иссякают ресурсы, и он не имеет возможности, а чаще всего желания их восполнить. О жизненной энергии и ее источниках — расскажет Магдалина Головчак в своей постоянной рубрике.

Откуда мы берем жизненную энергию? Что дает нам силы двигаться вперед и достигать все более глобальных целей? Что является источником вдохновения и подпитывает нас энергией? У разных людей — разные источники энергетических ресурсов.

Для одних — это общение с друзьями, для других — увлечения (искусство, музыка, спорт) или путешествия, а кого-то мотивируют чужие достижения: «Чем я хуже?». Есть люди, которых заряжает энергией результат собственных действий, а есть счастливики, для которых неиссякаемым источником энергии является собственная семья.

Давно ли вы задумывались о том, что действительно доставляет вам удовольствие, вдохновляет на подвиги, окрыляет? А давно ли вы делали то, что вам действительно дает стимул двигаться вперед? Давно? Тогда чему же удивляться?

Если вы молоды и здоровы, и при этом спите все выходные, и все равно не высыпаетесь — это тревожный знак! Это значит, что энергии расходуется больше, чем генерируется. А возобновляется энергия не сном и питанием — этими способами пополняются запасы физической силы. Психическая энергия черпается из смысла жизни, призвания, вдохновения, целей. Эту особенность первостепенности психической энергии заметил еще Виктор Франкл — известнейший психолог, который убедился лично, что когда человеку есть ради чего жить, то он может выжить с наименьшими потерями в любой ситуации. Если раскопать в пустыне колодец, вокруг него образуется прекрасный оазис. Нужно только его найти, прочистить и дать возможность питать и преобразовать все вокруг. А он там в любом случае есть, вопрос только в том — как глубоко копать.

Где ваш источник ресурсов? Вы его нашли? Открыли для себя? Если нет, то я с удовольствием вам в этом помогу.

Приглашаю к себе на сеанс
в уютный кабинет
по адресу: ул. Чайковского,
д.40, каб.9
8 (910) 965-44-94



ИЮНЬ

Июнь разделится на два периода: первая половина будет благоприятной, а вот вторая принесет хаос и смятение. Аккуратно и без резких движений нужно дождаться конца месяца, когда Меркурий войдет в размеренный знак Рака. После 26 июня начнется спокойный период, который можно посвятить своим планам, развитию карьеры и расширению бизнеса.



ОВЕН В начале июня типичные Овны продемонстрируют необычайную коммуникабельность и целеустремленность. Однако, середина месяца станет более напряженной, поэтому звезды советуют направить фокус внимания на собственные замыслы, цели и желания, не отвлекаясь на иллюзорное и пустое. Не исключено, что вы подведете черту под уже изжившими себя отношениями.



ТЕЛЕЦ В этом месяце планета вашей удачи Юпитер обоснуется в вашем созвездии. Месяц обещает быть непростым, но фортуна будет на вашей стороне. Предпринимателям выпадет шанс вывести свой бизнес на более качественный уровень. А у одиноких представителей знака будет возможность наладить личную жизнь. Кстати, денежный прогноз также будет оптимистичен.



БЛИЗНЕЦЫ Звезды предупреждают Близнецов: если в июне вы не будете забывать о самоконтроле, дисциплине, не будете идти на поводу у своих эмоций — многое сложится в вашу пользу! Не переоценивайте свои силы, не верьте в иллюзии и не занимайтесь самообманом. Если вы хотите, чтобы в личной жизни также сохранялся штиль, придется искать компромиссы.



РАК На старте лета звезды советуют Ракам не форсировать события. Позвольте всему идти своим чередом и следите за здоровьем — переутомление и переживания по пустякам лучше вам точно не сделают. К концу июня биопотенциал начнет расти, вернется жажда новых побед. В личных отношениях кому-то из близких вам людей понадобится ваша поддержка, окажите ее искренне, от души.



ЛЕВ Типичные представители огненного знака будут демонстрировать целеустремленность, генерируя интересные идеи и создавая глобальные замыслы. Но в этих проявлениях будет тонкая грань, при пересечении которой, все может пойти не по плану. Третья декада июня — прекрасное время, чтобы переключить свое внимание на ближайшее окружение.



ДЕВА В июне начнется важный период, к которому вы так долго готовились. В личной жизни будут идти серьезные трансформационные процессы, Сатурн проверит чувства на прочность. В финансовой сфере прогноз благоприятен, доходы могут заметно вырасти. Продолжайте укреплять иммунитет, больше гуляйте, в идеале подальше от города.



ВЕСЫ В этом месяце хорошо бы пересмотреть свои приоритеты, построить смелые планы и сотворить нечто выдающееся. Звезды советуют сохранять независимость в своих решениях, прежде всего, связанных с деньгами. Но будьте аккуратны, возможно, в вашем окружении прячется завистник, ведущий «закулисную» игру. На любовном фронте удача повернется в сторону одиноких Весов — вам сулит интересное романтическое знакомство.



СКОРПИОН Впереди непростой период, когда стоит сосредоточиться на конкретных делах и отношениях, а не на отстаивании своей правоты. Звезды советуют обойтись без резких движений, и отдать предпочтение «командной игре», нежели действиям в одиночку. А вот на любовном фронте Скорпионов ждет прекрасное время для налаживания отношений, перед вами откроется масса возможностей.



СТРЕЛЕЦ У многих Стрельцов июнь пройдет под знаком трансформаций, в том числе и в личной жизни. Сосредоточьтесь на важных для вас моментах. Повремените с любыми капиталовложениями и незапланированными тратами, также лучше не назначать на это время отпуск, все равно вас будут дергать и не дадут отдохнуть. Также в июне кому-то из пожилых родственников понадобится ваша помощь.



КОЗЕРОГ В июне Козерогам нужно запастись самообладанием, сдержанностью и объективностью. Первый летний месяц потребует от вас участия как в рабочей сфере, так и в личной жизни. В личной жизни могут быть разногласия на почве денег. Относительно здоровья — однозначно нужно больше отдыхать, гулять и дышать свежим воздухом.



ВОДОЛЕЙ Отложите грандиозные планы на другой месяц, в июне ограничивайтесь привычными тактиками и известными тропинками. Не рискуйте безо всякой на то причины, тогда получится сохранить и преумножить то, что есть. В любви звезды рекомендуют не рубить сплеча, сохранять мудрость и спокойствие. Во второй половине месяца не исключается крупная прибыль из неофициальных источников.



РЫБЫ Энергопотенциал Рыб в июне будет снижен, особенно в первой его половине. Этот месяц больше подходит для отпуска, отгулов и полноценного отдыха. Трудоголикам не обойтись без поддержки коллег и друзей, также добавятся бытовые хлопоты. На финансовой арене все стабильно, но Венера может подтолкнуть к легкомысленному транжирству, не переусердствуйте!

ГОРОСКОП

ИЮЛЬ

Второй месяц лета будет противоречивым, поскольку общее состояние биосферы Земли будет меняться.

Самой благоприятной порой для всех знаков станет первая половина июля. Далее звезды рекомендуют замедлиться, так как Меркурий перейдет из спокойного знака Рака в неудержимый огненный знак Льва.

Все проекты, как творческие, так и рабочие, лучше перенести на период после 29 числа.



ОВЕН Месяц будет непростым. Негативные тенденции будут преобладать с 13 по 25 июля, поэтому планируйте важные дела, встречи и прочие мероприятия на начало месяца. Зато в этом месяце активизируется сфера дома и семьи, а значит можно смело планировать важные жилищные мероприятия. Обязательно помните о профилактике и поддержке здоровья.



ЛЕВ Для Львов — месяц нестабильности и неприятностей, выдохните, не пытайтесь прыгнуть выше головы. Звезды рекомендуют обратить внимание на семейные и хозяйственные дела. А трудоголикам лучше подождать третьей декады, именно тогда будет возможность наверстать упущенное. В этом месяце вполне вероятно встряска на личном фронте, даже у дружных пар.



СТРЕЛЕЦ Июль потреплет вам нервы, держитесь! Вполне вероятны финансовые риски, материальные потери, но внимательность и дальновидность помогут их избежать. Во вторую, более нестабильную декаду этого месяца, лучше не планировать путешествия. Звезды советуют посвятить этот месяц близким и любимым, дому, быту и совместному досугу. Это поможет в достижении душевной гармонии.



ТЕЛЕЦ Реализуйте свои планы в первой половине месяца, именно в это время все ваши идеи вероятнее всего реализуются. Вы сможете закончить давние дела и «хвосты», которые тянулись до этого грузом. Звезды советуют не забывать о тактичности, внимании к близким, иначе есть опасность конфликта. В отношениях не тяните одеяло на себя, не игнорируйте чувства и интересы своей половинки.



ДЕВА Июль у Дев будет непростой, но довольно событийный месяц. Звезды советуют обзавестись группой поддержки, которая поможет легче пройти этот период. Первая половина месяца предоставит массу интересных возможностей, а вот во второй лучше взять отпуск — это станет оптимальным решением. Отношения с любимыми потребуют внимания, понимания и такта, имейте это в виду.



КОЗЕРОГ Не усердствуйте в погоне за свободой и материальными благами. Поубавьте самомнение и чаще прислушивайтесь к компетентным людям. Ваш июль пройдет под знаком физического и психологического здоровья, трудоспособности. Во второй половине месяца Венера, планета любви, будет ретроградной, поэтому на личном фронте могут возникнуть проблемы.



БЛИЗНЕЦЫ В этом месяце необходимо определиться с тем, что вы действительно хотите. Вероятны интересные предложения, новые проекты, дополнительный заработок. Но не спешите делиться с окружающими появившимися перспективами, дабы не спугнуть фортуна. В романтических отношениях, чтобы их не ухудшить, сдерживайте свое властолюбие.



ВЕСЫ В июле доминирует поговорка «Глаза боятся, а руки делают». Предстоит много и упорно работать. Возможно, придется разбираться с какими-то нерешенными делами, начало которых было положено еще в прошлом году. Новолуние в Раке 17 июля активизирует темы дома, быта, брака и семьи. Уделите домашним и самым близким людям побольше внимания.



ВОДОЛЕЙ Водолеи, в июле вам придется ограничить свои траты, так как финансовые позиции будут неустойчивы. Будьте начеку, в это время также вероятны происки соперников, слухи и сплетни. Ищите поддержку у ближайших родственников. На исходе месяца многим Водолеям все-таки удастся разобраться с надоевшими проблемами, устранить конкурентов, проявить выдержку и волевые качества.



РАК Раки продолжают свою активную деятельность, правда не все сложится так, как хотелось бы, но о поражении речи не идет! Июль — месяц серьезной внутренней перестройки для знака воды, вы столкнетесь лицом к лицу с какими-то застарелыми комплексами, страхами, внутренними ограничениями. В семейных отношениях звезды рекомендуют вам занимать позицию дипломата и миротворца. Так всем будет лучше, в первую очередь, вам.



СКОРПИОН Ну что, Скорпионы, впереди вас ждет активный, динамичный и сложный месяц, который обещает многое. Звезды призывают не вступать в конфронтации, зачем вам недоброжелатели? Июль — время избавления от иллюзий и бесплотных надежд, копите силы для успешного продвижения в карьере. На любовном фронте, если не хотите допускать серьезных конфликтов, ищите золотую середину в потенциальных спорах.



РЫБЫ Июль пройдет под знаком рабочей суеты, также месяц предвещает трудности во взаимоотношениях с людьми. Тем не менее месяц будет богат на события и разного рода активности. Звезды советуют не проявлять типичную для Рыб обидчивость и мнительность, иначе это подпортит атмосферу как в рабочем плане, так и в жизни личной. Чтобы отстоять свою независимость, проявите гибкость и смекалку.

АВГУСТ

Как бы не хотелось, но и август будет достаточно диссонансным, полным разногласий и весьма непростым для всех месяцем, особенно его вторая половина. Лишь после полнолуния 16 августа астрологическая ситуация начнет налаживаться. А вот воинственный Марс может вызвать острое желание перемен. Отнеситесь к этому ответственно, действуйте продуманно и дальновидно.



ОВЕН Пусть впереди и не самый простой период, но Овнам удастся продемонстрировать чудеса упорства и выносливости. Звезды говорят: «Держайте!». Первая половина благоприятна для творческой деятельности, а вот с финансовыми моментами торопиться не стоит. Доходы могут возрасти, но также возрастут и расходы. Овнам-родителям не рекомендуется потакать потребительским замашкам детей.



ТЕЛЕЦ Вероятно, август дан Тельцам, чтобы сделать передышку, помедитировать и переосмыслить выбранное направление. Поскольку энергия в этом месяце будет внизу шкалы, этому знаку лучше заняться укреплением тылов. Сделаете это, и в перспективе повернете жизнь к лучшему. На личном фронте будет царить неопределенность: повремените с серьезными беседами и важными решениями.



БЛИЗНЕЦЫ В августе Близнецам также необходимо замедлиться, не рубить с плеча и обходить острые углы во всех сферах жизни. Многие события и результаты будут тесно связаны с умением Близнецов поддерживать полезные связи, грамотно использовать актуальную информацию, правильно проявлять себя во внешней среде. А вот в частной жизни ждите позитивных перемен и приятных событий.



РАК Звезды советуют сохранять благоразумие и не бежать от реальности. Денегные проблемы станут главными в августе, будьте готовы возвращать долги и кредиты. А вот оправданные риски в это время могут быть очень кстати, поскольку fortuna будет на вашей стороне! В этом непростом месяце дружные пары сплотятся для решения сложных вопросов и ситуаций.



ЛЕВ Творческая и деловая активность Льва значительно возрастет. Но всего понемногу: старайтесь сдерживать свои импульсные порывы, избегайте необдуманных действий и не принимайте скоропалительных решений. С 3 по 12 августа на горизонте могут замаячить неплохие перспективы для бизнеса и карьеры. В этом месяце не исключены свидания, увлекательные поездки и разного рода развлечения.



ДЕВА Девам рекомендуется переждать этот нестабильный месяц. Прислушивайтесь к советам со стороны проверенных и надежных людей. Благодаря им вы сможете взглянуть на происходящее с объективной стороны. Середина месяца благоприятна для путешествий. В отношениях проявите заботу и бережное отношение к своей половинке.



ВЕСЫ Вам все-таки удастся уладить вопросы денежного плана. А некоторые везунчики даже откроют для себя новые возможности. Но все же, в августе звезды советуют не терять бдительность и держать ухо востро — тема недоброжелательства будет актуальна. В любви Весам стоит быть искренними, мудрыми и честными.



СКОРПИОН В этом месяце Скорпион будет подвержен хандре, неуверенности и внутренним противоречиям. Гороскоп советует вам чаще выходить «в люди», интенсивно общаться и знакомиться, а также не отказываться от деловых поездок. На любовном фронте будет важно разграничить личное и рабочее, лишь так вы сможете избежать нервного выгорания. Влюбленные будут рассуждать: закончить или вывести отношения на новый уровень.



СТРЕЛЕЦ Август выдастся богатым на события, но будет извилистым и сумбурным периодом. В этом месяце для вас будет важна поддержка друзей, коллег и союзников, в одиночку будет гораздо сложнее. В жизни личной, чтобы избежать раздоров и конфликтов, избегайте необдуманных слов и руководствуйтесь деликатностью.



КОЗЕРОГ Внешняя обстановка будет чрезвычайно нестабильна и может лишить Козерогов комфорта. Тем не менее вам удастся подстроиться под происходящие перемены и обстоятельства. Главное — смело заявляйте о себе, не прячьтесь, вам есть чем гордиться! В любви повремените с резкими движениями и решениями, чтобы позже не сожалеть о них.



ВОДОЛЕЙ Водолеи только на финише месяца получат ответы на самые важные вопросы, а большую часть августа будут пребывать в дисгармоничных настроениях. Многое будет зависеть от способности ладить с другими людьми, принимать иные точки зрения, умения слушать и слышать окружающих. Влюбленные могут погрязнуть в спорах на почве быта и рутины. Отличный выход — совместная поездка.



РЫБЫ В августе Рыбам не нужно строить воздушные замки, сейчас гораздо важнее укрепить тылы, позаботиться о своем здоровье и не позволять плохим мыслям захватить вас. Последний месяц лета благоприятствует отдыху, приятному досугу, совместным семейным делам. Тем не менее в начале месяца у этого знака будет отличная возможность укрепить занимаемые позиции и уладить приоритетные бизнес-вопросы.

АДРЕСА РАСПРОСТРАНЕНИЯ ЖУРНАЛА

АВТОСАЛОНЫ

**АВТОСАЛОН «КОРСГРУПП»,
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР HYUNDAI
В ЯРОСЛАВЛЕ**

пос. Нагорный, Дорожная, 8

**АВТОСАЛОН «КОРСГРУПП»,
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР KIA
В ЯРОСЛАВЛЕ**

Московский пр-т, 80а

**АВТОФИРМА «СВЕТЛАНА»,
ОФИЦИАЛЬНЫЙ ДИЛЕР LADA
В ЯРОСЛАВЛЕ**

Московский пр-т, 110

**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 «СВОБОДА»

Победы, 45

GRIZZLY FIGHT CLUB

Рыбинская, 46



ФИТНЕС-КЛУБ «БУДЬ КРУЧЕ»

ЖК «Норские резиденции»,
Мологская 2, 3 этаж

ФИТНЕС-КЛУБ nFITNESS

пр-т Машиностроителей, 58

САЛОНЫ КРАСОТЫ И МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ

БАРБЕРШОП INSIDE

пр-т Октября, 11

EISMONT

КЛУБ КРАСОТЫ EISMONT

пр-т Октября, 11

СТУДИЯ КРАСОТЫ «КИСТЬ»

Слепнева, 13, корп. 1

БАРБЕРШОП TOPGUN

Победы, 41, ТЦ «АУРА»

ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ «ТАИС»

Чкалова, 32а

ELENA KOCHNEVA STUDIO
Свободы, 60, ЖК «Династия»

**ЦЕНТР ЛАЗЕРНОЙ
И ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ**

«АКТУАЛЬ»

Максимова, 14



СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР «КИТ»

Малый Московский переулок, 1/17

ЦЕНТР КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

«ЛАНЖЕЛЬ»

Папанина, 13/2

**САЛОН КРАСОТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ
SMILE & K**

Республиканская, 58/22

СЕТЬ СТУДИЙ ЗАГАРА «ЛЕТО»

пр-т Толбухина, 31

Победы, 56

КАФЕ И РЕСТОРАНЫ

БАР JOHN GOTTI

Нахимсона, 16, 2-й этаж

РЕСТОРАН «БУЛЬВАР»

Челюскинцев, 14



СЕМЕЙНЫЙ РЕСТОРАН RICE CAT

Республиканская, 61а

РЕСТОРАН «БУРАТИНО»

Первомайская, 7

ПИЦЦЕРИЯ «ЛАПША НА УШАХ»

пр-т Ленина, 26

РЕСТОРАН IZI KITCHEN

пл. Труда, 1

**ГАСТРОБАР FRIENDS
CRAFT & WINE**

Богдановича, 16а

РЕСТОРАН «АГАПА»

Трефолева, 16

РЕСТОРАН ГРУЗИНСКОЙ КУХНИ

«КУВШИН»

Первомайская, 53/18



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

БУРГЕРНАЯ «ЖАРИМ В КАЙФ»

Кирова, 10/25

КАФЕ «БУЛАНЖЕ»

Республиканская, 61

Республиканская, 726

Некрасова, 41н

КОФЕЙНЯ SURF COFFEE X SVOBODY

Свободы, 41

РАЗНОЕ

МАГАЗИН ЖЕНСКОЙ ОДЕЖДЫ UNO

Андропова, 14

ДВАКОТАФОТОСТУДИЯ

Толбухина, 17а, 2 этаж

ОТЕЛЬ «РИНГ ПРЕМЬЕР ОТЕЛЬ»

Свободы, 55

САЛОН ЧАСОВ И СЕРВИСНЫЙ ЦЕНТР

«СТРЕЛКА»,

Депутатская, 6/1

ДЕЛЬФИНАРИЙ DOLPHIN PLANET

пос. Дубки



717 STORE

Собинова, 44

ЮВЕЛИРНЫЙ БУТИК

«ЭПЛ. ЯКУТСКИЕ БРИЛЛИАНТЫ»

Победы, 41, ТРЦ «Аура»

БУТИК ОДЕЖДЫ ИЗ ХЛОПКА

WOOL LAND

Свободы, 46

КОМИССИОННЫЙ БУТИК BURÓ RESALE

Республиканская, 7

ТЦ «ФЛАГМАН», 2 этаж

«КИТ»

СТОМАТОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР
Доктора Королёва



СОЗДАЕМ УЛЫБКИ, КОТОРЫЕ МЕНЯЮТ ЖИЗНЬ!



НА ЛЮБОЕ
ОТБЕЛИВАНИЕ
ZOOM 4



ПАРНАЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ГИГИЕНА
ПОЛОСТИ РТА



НА ЛЕЧЕНИЕ
КАРИЕСА ДЛЯ ДЕТЕЙ
ПРИ ПЕРВОМ
ВИЗИТЕ

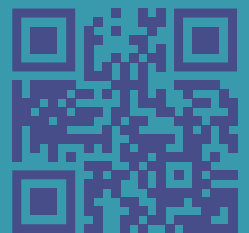
ВСЕ ВИДЫ СТОМАТОЛОГИЧЕСКИХ УСЛУГ В ОДНОМ ЦЕНТРЕ

- имплантация
- протезирование
- лечение
- гигиена
- отбеливание зубов
- ортодонтия
- детская стоматология
- наркоз, седация

Малый Московский переулок, 1/17

8(4852)23-10-22

korolevdentalstudio.ru



№Л041-01132-76/00643627 от 14 марта 2023 года

*Сроки проведения акции с 1.05.2023 г. по 31.07.2023 г. Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, количестве скидок, сроках, месте и порядке их получения узнавайте по телефону (4852)23-10-22 или на стойке администратора центра по адресу Ярославль, Малый Московский переулок, 1/17



717
store

Новое стильное пространство в самом центре города

Женская одежда и аксессуарная группа
от лучших производителей
России, Франции, Белоруссии, Турции и Кореи

Собинова, 44 • 8 (996) 927 77 17