

Siberian Life

Новосибирск
Кемерово
Новокузнецк
Красноярск
Барнаул
Томск

февраль/март-2019

Современная хирургия

*по полису ОМС
в Grand Medica*

Тысячи
спасённых сердец
в клинике
им. академика
Е. Н. Мешалкина

Алексей
Гуськов:

*«Задача
кино –
создавать
настроение»*

**«Марьин
Остров» –
место силы
Алтая**

**Анатолий
Локоть:**

*«Формирование
доступной среды
в Новосибирске идёт
активными
темпами»*

*Героем номера
стал:*

**Никита
Марьин**

*директор
экологического курорта
«Марьин Остров»*

18+




ФЛОТИЛИЯ
жилой комплекс

В самом центре
преимуществ!

г. Новосибирск
ул. Сибревкома, 9

☎ (383) 200-40-50
жкфлотилия.рф

Застройщик ООО «Дом-Строй Центр»:
Адрес офиса продаж: ул. Сибревкома д. 9, БЦ «Флотилия», 2 этаж, +7 (383) 299 39 07, +7 (383) 200 40 50
Проектная декларация на сайте: flotiliya.info/documents
gk-dom-stroy.ru



Дом-Строй
инжиниринг строительство девелопмент

СТАНЬТЕ КЛИЕНТОМ
АБСОЛЮТ ЧАСТНЫЙ БАНК
С КАРТОЙ VISA INFINITE



АБСОЛЮТ ЧАСТНЫЙ БАНК
Ваш персональный



Банковские
услуги



Инвестиционные
продукты



Консьерж-
сервис

Ваши идеи — наше воплощение

Новосибирск, ул. Челюскинцев, 18/2
+7 (383) 335 8390

Выделенная линия для VIP-клиентов:
Москва: +7 (495) 211-18-18
Санкт-Петербург: +7 (812) 676-07-77
www.absolutvip.ru

Реклама. АКБ «Абсолют Банк» (ПАО), Генеральная лицензия Банка России №2306.

 **Абсолют Банк**

РЕКЛАМА



Nord Castle



- 17 номеров
- 4 банкетные площадки
- Европейская и авторская кухни
- Банкеты, фуршеты, презентации, конференции, семинары
- Частные мероприятия любого формата



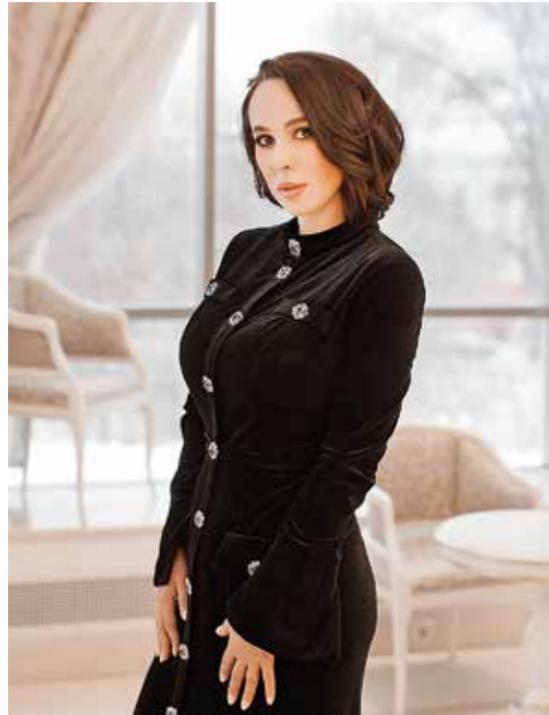
Реклама. Товары и услуги сертифицированы

РЕКЛАМА

nordcastle.com

ул. Аэропорт, 88, тел. 205 24 00

*в стоимость входит 1 час, подробности по телефону



Над образом Ларисы Науменко работали:
 Make-up: Эльмира Астанакуллова
 @elmira_astanakulova
 Location: Отель Nord Castle
 Photo: Анастасия Былкова
 @n_bilkova

Только мы, сибиряки, по-настоящему знаем, что такое «долгожданная весна». Зимы у нас долгие, а морозы в этом году заставили помёрзнуть даже самых закалённых. Зато сколько радости вызывают первые оттепели, первые дуновения ласковых ветров, первые деньки в пальто, а не в шубе!

Долгожданная весна уже вступает в свои владения, растапливая снег и наши сердца. А вместе с ней придёт и новый весенний номер журнала Siberian Life.

Нашими главными темами были и остаются медицина и здоровье, новый выпуск посвящён именно этому. Здоровье, отдых, восстановление после «зимней спячки», красота и молодость, пробуждение чувств и эмоций – то, о чём мы расскажем на этих страницах.

В марте начинается целая череда праздников – и у нас будет большой праздник: торжественная церемония вручения премии Medicine & Business Awards, которую получат лучшие медицинские и оздоровительные центры со всей Сибири!

Дорогие читатели, от всего нашего коллектива желаю здоровья вам и вашим близким! И пусть новая весна подарит всем нам хорошее настроение, новые мечты, надежды и планы.

*С уважением и наилучшими пожеланиями,
 главный редактор Siberian Life
 Лариса Науменко.
 siberian-life@mail.ru*

Периодическое издание Siberian life,
 выпуск №1/2019
 Учредитель Науменко Лариса Петровна
 Издатель ИП Науменко Л. П.
 Адрес издателя: г. Новосибирск,
 ул. Семьи Шамшиных, д. 16, кв. 120

Адрес редакции: г. Новосибирск,
 ул. Семьи Шамшиных, д. 16, 2 подъезд,
 офис «Siberian life»
 email: siberian-life@mail.ru
 тел. 8-384-360-87-67

Директор, главный редактор:
 Лариса Петровна Науменко
 Выпускающий редактор: Денис Бец
 Арт-директор: Даниил Степанов
 Директор по развитию (Новосибирск):
 Ольга Баранова
 Директор по развитию (Кемерово):
 Анастасия Мартель

Директор по развитию (Новокузнецк):
 Алексей Тельнов
 Региональный директор по развитию
 (Барнаул, Красноярск): Ксения Иванова
 Фотографы: Анастасия Былкова,
 Максим Киселёв, Сергей Сметанников,
 Марина Ступина

Телефон для быстрого оформления
 подписки на журнал Siberian Life:
 8-384-360-87-67.

Заказ№: 61
 Сдано в печать: 20.02.2019
 Выход в свет: 5.03.2019
 Тираж: 6900 экз.

Адресная доставка до точек распространения – бесплатно. При перепечатке, цитировании, использовании любых авторских материалов прямая ссылка на Siberian Life обязательна. Использование оригинал-

макетов и элементов дизайна журнала – только с письменного согласия редакции. Зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор), свидетельство о государственной регистрации средства массовой информации – ПИ № ТУ54-00882 от 14 декабря 2018 года.

За содержание рекламных материалов ответственность несёт рекламодатель. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции. 18+

Лариса Науменко, главный редактор:
 Make-up: Эльмира Астанакуллова
 @elmira_astanakulova
 Location: Отель Nord Castle
 Photo: Анастасия Былкова @n_bilkova

Medicine & Business Awards 2019

21 марта 2019 года будут объявлены победители среди компаний Сибирской медицины

3 месяца на нашем сайте активно проходило голосование среди читателей в рубрике «Топ медицинских центров Сибири».

За право оказаться на вершине рейтинга боролись лучшие из лучших учреждений Новосибирска, Барнаула, Томска, Кемерово, Новокузнецка и Красноярска. Пора подвести итоги и огласить победителей!

В программе: Определение победителей, награждение, фотозоны, живая музыка, фуршет, музыкальное сопровождение и розыгрыш призов, презентация партнеров и меценатов журнала, показ авторской линейки женской одежды «Olesia Shilling Collection» и многое другое.

Специальный гость программы: Заслуженная артистка России, лауреат международных конкурсов, солистка Новосибирского академического театра оперы и балета Наталья Ершова.

MEDICINE & BUSINESS Awards 2019

Awards 2019



Для регистрации участников и партнеров звоните по телефону: (384) 360-87-67 или пишите на электронную почту siberian-life@mail.ru (с пометкой «регистрация»).

Персона

10 ДОСТУПНАЯ СРЕДА НОВОСИБИРСКА – ИНТЕРВЬЮ С АНАТОЛИЕМ ЛОКТЕМ
Мэр Новосибирска рассказал, как в городе создают комфортные условия для людей с особыми потребностями

Всё лучшее – в Сибири!

14 ВИКТОР ДВОРНИКОВ: «ГЛАВНАЯ БОЛЕЗНЬ СТОЛЕТИЯ – СТРЕСС»

18 «МАРЬИН ОСТРОВ» – МЕСТО СИЛЫ АЛТАЯ

Здоровье

20 ШКОЛА ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ НИИ ТРАВМАТОЛОГИИ И ОРТОПЕДИИ ИМ. Я. Л. ЦИВЬЯНА

22 МЕДИЦИНСКИЙ ПОДХОД К SPA

24 САНАТОРИЙ «БОРИСОВСКИЙ»: ЗДОРОВЬЕ ДОСТУПНО КАЖДОМУ!

28 8 ГЛАВНЫХ ВОПРОСОВ О ТАЙСКОМ МАССАЖЕ

30 САМЫЕ НЕОБЫЧНЫЕ И КРАСИВЫЕ КЛИНИКИ В МИРЕ

34 СОВРЕМЕННАЯ НЕЙРОХИРУРГИЯ ПО ПОЛИСУ ОМС

36 ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ЦЕНТР НЕЙРОХИРУРГИИ И НАЦПРОЕКТ «ЗДОРОВЬЕ»

38 ТОП КОСМЕТОЛОГОВ, ВИЗАЖИСТОВ И ПЛАСТИЧЕСКИХ ХИРУРГОВ СИБИРИ

Технологии в медицине

42 ТЫСЯЧИ СПАСЁННЫХ СЕРДЕЦ – ИНТЕРВЬЮ С АЛЕКСАНДРОМ КАРАСЬКОВЫМ

44 МУЖСКОЙ/ЖЕНСКИЙ ВЗГЛЯД НА БИОХАКИНГ

Общество

46 ПАНСИОНАТ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ «НИКА» – ИНТЕРВЬЮ СО СВЕТАНОЙ ОВДИЕНКО

Наши эксперты

48 ЕЛЕНА РЫЖЕНКОВА: «МЫ НЕ ДЕМПИГУЕМ, МЫ ДЕЛАЕМ СТАВКУ НА КАЧЕСТВО»
Создательница компании «Бизнес Стратегия» – о бизнесе, аудите и музыке в душе

50 МИХАИЛ ШПЕРЛИНГ: «ВРАЧ ДОЛЖЕН МЫСЛИТЬ СИСТЕМНО, А НЕ ЛОКАЛЬНО»

52 ВЛАДИМИР ЖЕНОВ: «МНЕ КАЖЕТСЯ, Я НУЖЕН БИЗНЕСУ»

56 МИТИХИРО ХАМАНО: «НАМ ЕСТЬ ЧЕМУ ПОУЧИТЬСЯ ДРУГ У ДРУГА»
Директор АНО «Японский центр» – о возможностях сотрудничества России и Японии

Мода и красота

58 ОЛЕСЯ ШИЛЛИНГ: «ОСТАВИТЬ ПОСЛЕ СЕБЯ КУЛЬТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ»
Создательница томского бренда одежды рассказала о своём пути, целях и видении моды

Искусство

62 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ...» АЛЕКСЕЯ ГУСЬКОВА
Большое интервью с продюсером картины и исполнителем главной роли

66 ПЕТЬ, КАК BRILLIANT!

События

70 ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ СЕМИНАР ПАВЛА АСТАХОВА В КЕМЕРОВЕ

72 ГЛАВНАЯ КУЗБАССКАЯ ПРЕМИЯ «МЕДИА-2018». ЛЮДИ. ИТОГИ. СОБЫТИЯ.

74 ПРЕЗЕНТАЦИЯ ДЕБЮТНОГО НОМЕРА SIBERIAN LIFE В НОВОСИБИРСКОМ ФИТНЕС-КЛУБЕ EDGE

80 BEAUTY DETOX В «АЛТИКЕ», НОВОСИБИРСК

86 BEAUTY DETOX В «ЗОЛОТОЙ ЛИНИИ», КЕМЕРОВО

ВБ

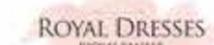
Оперный Бал в Новосибирске

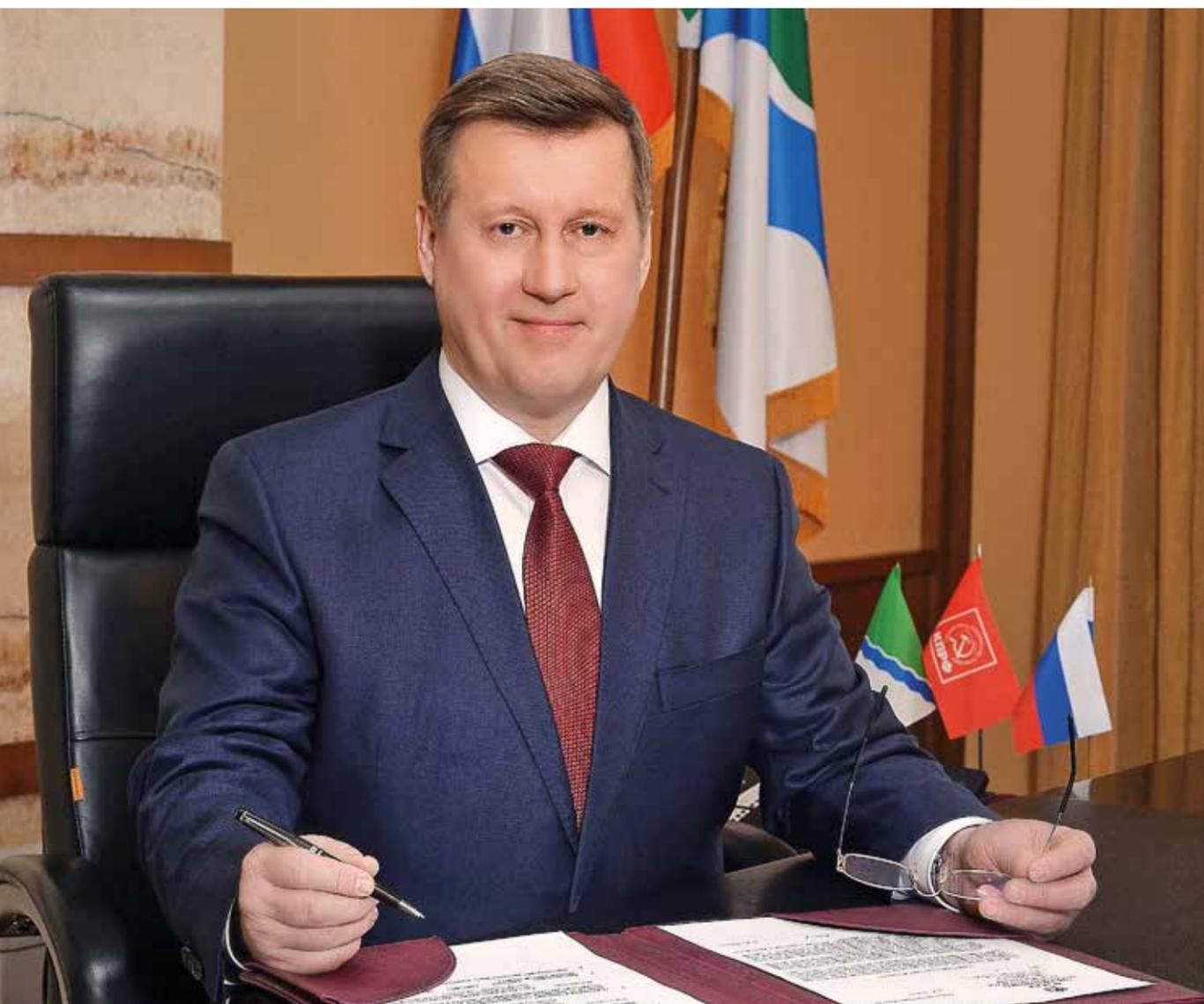
2 марта 2019 г.

**Банкетный зал «Царский Двор»
Новосибирск, Гоголя, 175**

Заказ билетов и подробная информация на сайте или по телефону
www.vbalnsk.ru (383) 25-507-25

Дресс-код: Дамы - вечернее платье полной длины,
Кавалеры - фрак, смокинг, военная форма, костюм с бабочкой.





Доступная среда Новосибирска

В 2016-м году прошёл первый форум «Новосибирск – город безграничных возможностей». Форумы посвящены созданию доступной среды в городе, а курирует их лично мэр Новосибирска Анатолий Локоть. Мы встретились с градоначальником и узнали подробнее о безбарьерной среде и результатах форумов.

– Анатолий Евгеньевич, второй форум вы назвали форумом результатов. Как бы вы озаглавили итоги третьего форума в августе 2018-го?

– Результатом третьего форума стало активное вовлечение самых широких слоев городского сообщества в работу основных направлений: от «Доступной среды» и «Добровольчества» до «Технологических инициатив». Общее количество новосибирцев и гостей города, посетивших все мероприятия форума, превысило 40 000 человек. Всего на нём провели 400 мероприятий. По итогам форума в партнерстве с федеральными экспертами мы создали 20 различных проектов.

По результатам кампании общий информационный охват впервые превысил 3,5 миллиона человек с учетом зрителей и читателей.

Главной особенностью форума стало то, что он объединил мероприятия самого разного характера – от камерных мастер-классов и занятий и до массовых событий, ставших по-настоящему уникальными: это и актуальные доклады от федеральных, региональных и местных экспертов, и блестящие театральные постановки инклюзивных театров.

– Какие изменения в доступной среде Новосибирска произошли за эти полгода после форума?

– Эти изменения происходят постоянно, не только после проведения ежегодного форума. В целях организации доступной среды для инвалидов и маломобильных групп населения на территории города Новосибирска мэрией города Новосибирска совместно с общественными организациями инвалидов разработан и утвержден постановлением мэрии города Новосибирска от 30.12.2016 № 6199 «План мероприятий («дорожная карта»)). На основании утвержденной «дорожной

карты» муниципальные объекты и муниципальную инфраструктуру необходимо привести к предъявляемым требованиям по обеспечению доступности для инвалидов и маломобильных групп населения.

Ключевыми направлениями оценки и мониторинга доступности в соответствии с утвержденными методиками выступают жилые, общественные, производственные здания, строения и сооружения, спортивные сооружения, места отдыха, культурно-зрелищные и другие организации, улично-дорожная сеть, все виды городского и пригородного пассажирского транспорта, средства связи и информации, включая экстренные службы. Реализация мероприятий «дорожной карты» направлена на поэтапное повышение значений показателей доступности для инвалидов объектов и услуг в Новосибирске.

– Одним из направлений работы с людьми с ограниченными возможностями является их профперееорIENTATION и трудоустройство. Есть ли заметные подвижки в этом за последнее время?

– Разумеется! Учреждения, подведомственные департаменту по социальной политике мэрии города Новосибирска, ежемесячно предоставляют в центр занятости населения районов города Новосибирска информацию о созданных или выделенных рабочих местах для трудоустройства горожан с особыми потребностями. Сейчас их число, работающих в учреждениях, подведомственных департаменту по социальной политике мэрии Новосибирска, составляет 74 человека. Для работающих инвалидов созданы необходимые условия труда, а также установлены сокращенный рабочий день и предоставляется дополнительный оплачиваемый отпуск.

– В вопросах работы с маломобильными новосибирцами вы принимаете личное участие. Для вас это ответственность как градоначальника или же вы стараетесь личным примером показать чиновникам, предприятиям и предпринимателям о важности создания комфортной и доброжелательной среды?

– Ещё недавно в городской среде Новосибирска крайне редко встречались пандусы с правильным углом, желтые круги на стеклах дверей для слабовидящих, кнопки вызова ситуативной помощи для людей на инвалидных колясках. Сегодня это есть не только в крупных организациях и у сетевых гигантов, но и у предприятий среднего и малого бизнеса. Отчасти это стало происходить и потому, что мы уделяем особое внимание просветительской работе.

На постоянной основе проходят городские акции «Доступ есть», где активисты-волонтеры вместе с чиновниками садятся на инвалидные коляски и в прямом смысле тестируют доступность среды. Затем их рекомендации поступают в организации и компании, где замечены проблемы с доступностью. Новосибирский метрополитен, так же, как и аэропорт «Толмачево», можно уверенно назвать пространствами, полностью толерантными для людей с инвалидностью, где работает служба ситуативной помощи, незрячих людей сопровождают. Люди на инвалидных колясках также могут пользоваться услугами метро: по ступеням и эскалаторам их перевозят при помощи специальных ступенькоходов. Многие горожане заметили, что новые вагоны поездов в метро теперь оснащены электронными бегущими строками – это сделано в первую очередь для глухих людей. Новые городские трамваи оснащены специальными выдвижными аппаратами и кнопками вызова водителями в салонах.

– **Расскажите о работе с детьми-инвалидами? Лифты в школах, школа-интернат №37 для глухих и слабослышащих детей – какие ещё проекты удалось реализовать в 2018-м году?**

– В рамках развития доступной среды в образовательных учреждениях в 2018 году обустроили игровые площадки для детей с ограниченными возможностями здоровья в специальной (коррекционной) школе № 1 и специальной (коррекционной) школе № 53.

В школе-интернате № 133 и средней общеобразовательной школе № 175 выполнен капитальный ремонт входных групп с установкой подъемника и пандуса. В детских садах №№ 34, 486 выполнено устройство пандусов. В специальной (коррекционной) школе-интернате № 152 введен в эксплуатацию лифт. Также в специальных (коррекционных) школах №№ 53, 116, 31, 107, 14, 39, 62, 148, 5, 60, 209 летом провели ремонтные работы по созданию комфортных условий для учеников. И это не полный список всех учреждений, в которых только за прошлый год сделали среду доступнее.

– **Оснащение пандусами и другими приспособлениями – процесс небыстрый и довольно дорогой. Как с этим обстоят дела в городе? Застройщики придерживаются современных стандартов, настроены ли с ними работа?**

– На каждый строящийся объект в обязательном порядке разрабатывается проектная документация.

Сейчас при выдаче разрешений на строительство мэрия контролирует включение в проектную документацию мероприятий, обеспечивающих создание доступной среды для инвалидов и других маломобильных групп населения. Всё это проводится в соответствии с требованиями статьи 51 Градостроительного кодекса Российской Федерации.

– **Какова сейчас доступность социальных учреждений, присутственных мест, объектов культуры и спорта?**

– На территории Новосибирска есть 15 учреждений социального обслуживания населения, в которых расположено 45 объектов. У каждого учреждения – паспорт доступности на всех объектах. Все они оборудованы пандусами, частично обустроены входные группы, сотрудники учреждений постоянно оказывают ситуационную помощь при посещении инвалидами и маломобильными группами населения этих мест.

В городе на протяжении многих лет успешно функционирует Социальная служба сопровождения – транспортная услуга «социальное такси» для инвалидов и маломобильных групп населения, предоставляемая муниципальным бюджетным учреждением Новосибирска по обслуживанию лиц пожилого возраста и инвалидов «Ветеран». Услугой могут свободно пользоваться дети-инвалиды, инвалиды 1 и 2 групп, престарелые граждане старше 80 лет. Специализированный автотранспорт оборудован носилками, специальной инвалидной коляской,

обслуживается санитарной бригадой и предназначен для инвалидов-колясочников.

Подведомственные учреждения департамента по социальной политике мэрии Новосибирска проводят большую работу по социализации детей-инвалидов. Отделения реабилитации в МБУ «КЦСОН» районов города Новосибирска, муниципальные центры реабилитации и социальной помощи создают условия для поддержки семей с детьми-инвалидами, для абилитации детей с особыми возможностями здоровья. А в целях решения проблемы социальной интеграции слепоглухих инвалидов с помощью интерактивных методик на базе учебно-ремесленных и творческих мастерских досугово-центра на базе МБУ «КЦСОН» Центрального округа города Новосибирска в марте прошлого года открылось отделение «Служба социальной реабилитации и досуговой деятельности «Со-творение». Для функционирования отделения приобрели специальное оборудование.

В июне 2017 года в городе создали рабочую группу по реализации «Пилотного проекта» для организации доступной среды на территории Центрального района города Новосибирска. Суть проекта – условное разделение территории Центрального района на пять сегментов, с целью поэтапного приведения всех объектов, находящихся на территории района, к предъявляемым требованиям доступной среды для инвалидов и маломобильных групп населения.



Именно Центральный район города выбрали для реализации проекта, так как он включает в себя наибольшее количество приоритетных объектов для инвалидов и маломобильных групп населения, в том числе важные транспортные участки.

На территории Новосибирска расположены 3 центра помощи детям, оставшихся без попечения родителей: «Жемчужина», «Теплый дом», «Созвездие». Это подведомственные учреждения департамента по социальной политике мэрии.

Кроме того, Музей Новосибирска разработал и испытал инклюзивные экскурсии для людей с нарушением слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата и ментальных нарушений. Во время экскурсии работает переводчик русского жестового языка. Новосибирская специальная библиотека для незрячих и слабовидящих изготовила рельефно-графические изображения объектов экскурсии. Также музей разработал экскурсию для людей с расстройством аутистического спектра.

– **А что насчёт общественного транспорта и остановок?**

– Общественный транспорт муниципальной маршрутной сети оснащен автоматическими информаторами, электронными маршрутными указателями и другими средствами. Посадочные площадки на остановках обустроиваются приподнятием над проезжей частью на 20 см. В случае необходимости для схода лиц с ограниченными возможностями устраиваются пандусы с посадочной площадки на тротуар уклоном 1:10.

Что касается метрополитена, то на всех станциях есть специальные светофоры со звуковыми приставками.

– **Как мэрии удаётся привлекать средства для работы над доступной средой?**

– Ежегодно структурные подразделения мэрии Новосибирска предусматривают бюджеты для решения этих задач. Мы активно сотрудничаем с различными фондами и благотворительными организациями, а также и с государственными компаниями.

Но появляется и потребность комплексного подхода для решения поставленных вопросов для реализации плана мероприятий «Дорожной карты», в связи с чем мы рассматриваем вопрос о дополнительной финансовой поддержке со стороны вышестоящих бюджетов.

– **Как вы считаете, работа над доступной средой Новосибирска – это уникальное явление среди регионов России, можно ли назвать Новосибирск в этом смысле образцом для подражания?**

– Мы всегда подчеркиваем, что прежде всего, убирать барьеры нужно из собственного сознания. Поэтому мы не прекращаем работу над формированием у горожан грамотной позиции по отношению к людям с особыми потребностями.

Департамент по социальной политике мэрии Новосибирска регулярно проводит уникальные «Уроки добра», на которых сами люди с инвалидностью рассказывают новосибирским детям об особенностях своей жизни. Подрастающее поколение не должно влиться в ряды общества потребления. Долгие годы в нашей стране инвалиды были «людьми-невидимками». Сегодня мы делаем все для того, чтобы наши дети стали лучше, чем мы.

Вырастить поколение сибиряков, знающих, как помочь людям с особыми потребностями, – наша основная задача!

Виктор Дворников: «Главная болезнь столетия – стресс»

Фото: Екатерина Васильева,
instagram @kativasileva



Создатель известного препарата «Малавит» с супругой рассказали, чем компания занимается сегодня и чего ждать завтра.

– Многим уже давно известна алтайская фирма «Малавит» и её натуральная косметическая и профилактическая парафармацевтическая продукция и, в частности, многофункциональный антисептик «Малавит», автором которой вы являетесь. Сейчас вы открыли инновационную научно-производственную фирму «Миравит», что ждать потребителям? – Продолжаем работать с фирмой «Малавит», поставляя биосубстрат, на основе которого производится более 50 продуктов, в том числе и вышеназванный Природный антисептик. А у вновь открытого предприятия технология иного качества,

это новый «Пионерский» уровень, называется она «Экотром-технология» – биокибернетическая технология будущего и уже настоящего, на её матрице работают сейчас «Малавит» и «Миравит». Утверждаю, что это Ключевая Ноосферная технология с выдающимся будущим, её уже не спрячешь, это мировое достояние. К нему подошли многие исследователи повсеместно, и я – один из них с прикладным результатом: концепцией, конструкцией, препаратами.

«Экотром» – биокибернетическая модифицированная камера Райха сакральной геометрической много-

мерной конструкции с технологической оснасткой создаёт в исходных ингредиентах (более тридцати) и окружающем пространстве (довольно большом) правильный, я бы сказал, реликтовый порядок, который затем восстанавливает утраченный информационно-энергетический баланс в организме человека или животного через удивительную субстанцию – воду, а её, например, у человека до 70% веса, а баланс – это здоровье.

Препарат «Миравит» планирую создавать на натуральной водно-солевой и спиртовой основе, на спирте – пока в эксперименте, у него свои особенности и качество. Идёт сертификация продукции. Мы много трудились над вибрационными характеристиками продукта, под Лунной новой ничего нет. Всё это было, время собирать камни мне и многим пришлось. Вот и синтезируем в дружбе с Природой. «Всё есть вибрации и резонанс», как сказал Никола Тесла. У нас этот резонанс есть. Природа дышит, вдох-выдох, день-ночь, систола-диастола. И у «Экотрома» есть дыхание, ритм и он способен самонастраиваться на реликтовые частоты и увлекать окружающее пространство или иначе – структурирует стихии, элементы. Это его «чудесное» свойство, а биосубстраты «Миравит» и «Малавит» усваивает этот поличастотный модулированный ритм, фиксирует его в своей кластерной многомерной водно-солевой природной структуре и далее по этапу – человеку или другим «царствам».

– Нелекарственные средства менее эффективны по сравнению с лекарствами?

– Это не совсем верно: значит лишь то, что продукты не прошли кулуары Фарм-комитета по причинам известным или нет. Лекарственные средства, как правило, синтетические и симптоматические. Это прерогатива аллопатической медицины, а она давно в кризисе и держится на коммерческом союзе с Фарминдустрией, конечно, хотя есть замечательные синтетические изделия и достижения особенно в хирургии, говорю как профессиональный врач и профессор интегративной медицины. Главная болезнь последнего столетия – стресс (хронический), так как есть напряжение, а отдыха и его качества недостаточно и это ослабляет организм, человек разбалансирован. Это особенно заметно в городах. Оздоровливает, т. е. восстанавливает баланс только природа и то, что с ней в согласии! Например, здоровый образ жизни, культура, духовность, чистая вода и воздух, лес, красота, радость, любимая работа, детский смех, натуральные активные препараты, например, препараты серии «Малавит» и теперь на очереди продукты фирмы «Миравит» (как себя не похвалить, любимых, статья

всё же о нас), а также Биорезонансная камера – «Экотром». Это наш и, в частности, мой вклад в копилку здоровья нации. Это и помощь Земле-матушке для восстановления экологии водных ресурсов и энергоинформационного баланса планеты, при условии, что «Экотромов» будет достаточно. И первый экспериментальный уже есть. На территории Алтая их должно быть не менее трёх, например, в Барнауле (дендросад), Белокуриха-2, Бийске (другие варианты возможны и желанны) и, конечно, у соседей: Горный Алтай, Новосибирск, Омск, Казахстан, Китай и т. д. Как maxi, так и mini «Экотромы».

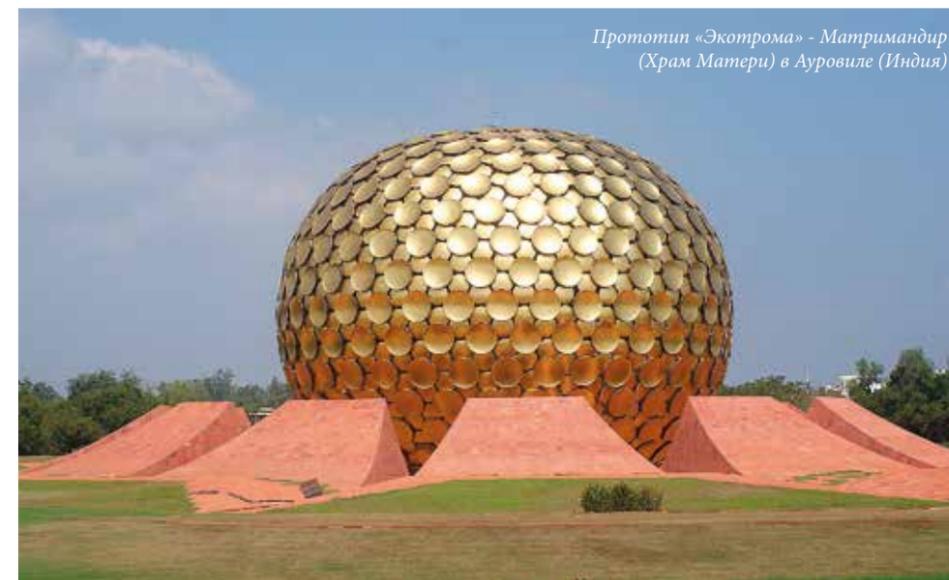
– «Миравит» и «Малавит» – это биологически активные препараты (БАП) или БАД?

– Это, несомненно, и биоактивные, и натуральные, их производство экологическое, безотходное («зеленое» как базовый продукт). Не путайте с БАДами. Препараты скорой помощи + косметические изделия с фирменным названием «Миравит», «МираВет», «Скорый+», «Малавит» – это и есть практическая, прикладная польза от «Экотрома» и «Экотром-технологии». Все знают, что вода идеальный

ДОСЬЕ:

Виктор Миронович Дворников, президент «Малавит-Центра» РАЕН и генеральный директор ООО ИНПФ «Миравит», доктор наук, профессор медицины, академик РАЕН и ряда других отечественных и зарубежных академий, заслуженный изобретатель РФ, почетный гражданин России, лауреат премии Людвиг Нобеля (Санкт-Петербург) 2006, Лауреат премии И. И. Ползунова 2015, автор «Экотром-технологии» и «Малавит-технологии».

проводник и аккумулятор энергии жизни. Вода – посредник диалога между Природой и Создателем, между Человеком и Богом. Чем чище вода, тем меньше информационных «помех». Не надо хлора. Как доказано в условиях санатория Белокуриха, «Малавит» существенно помогает нейтрализовать хлор в воде, это особенно важно детям. Добавляйте в ванны 5-10 мл (на 200 литров), этого достаточно. Хранить препараты можно и на свету, но не в холодильнике, вдали от СВЧ-печки и не с лекарствами. Это капельки Духовного Солнца, животворящие, готовые активно Вам помогать при травмах, простуде, укусах, порезах, воспалениях, ожогах, болях в горле, голове, полости рта, суставах, мышцах и т. д. Для всех возрастов (не лекарство, но «неотложка»). «Малавит» помог миллионам гражданам за 25 лет безупречной службы нуждающимся. Защищено 11 диссертаций (ЛОР, стоматология, акушерство и гинекология, ветеринария). А препараты серии «Миравит» с новой прорывной Ключевой Ноосферной «Экотром-технологией» в новых условиях, новых вибрациях – **веское слово** в оздоровлении и профилактике. Это подарок россиянам и миру в 2019 году.



Прототип «Экотрома» - Матримандир (Храм Матери) в Ауровиле (Индия)

– «Экотром» и «Экотром-технология» уже реализуется в препаратах серии «Малавит» и «Миравит», существует ли возможности её прикладного использования в других областях?

– Учёные утверждают, что человек должен жить здоровым и активным до 120 лет (вот и пенсионная реформа на волне, государство услышало голос науки). И это справедливо – где экология на высоте, там здоровье и долголетие. Многолетние исследования фирмы «Малавит», «Малавит-Центра» и лаборатории по исследованию воды, а теперь и инновационной научно-производственной фирмы «Миравит» привели к важному результату, а именно, к возможности глобальной очистке экологии планеты, водных ресурсов от информационного смога. Человек с природой должен устоять в процессе оздоровления водной стихии, накапливать экологический капитал для будущих поколений.

В былые времена человек воспринимал себя неотъемлемой частью живой природы, обожествляя её, поклоняясь ей как мудрой, справед-

ливой Матери-Богине. Его деятельность в природе была строго регламентирована и оставляла следы, радующие глаз. Человек создавал гармоничные ландшафты, начиная от архитектуры жилищ заканчивая одеждой и предметами быта. 21 век с его уровнем развития человека остро ставит вопрос восстановления правильных отношений Человека и Природы. Сегодня как никогда востребованы проекты создания гармоничного ландшафта, эталона, образа добро-го, правильного общения Человека и Природы. И надо сказать, такой пилотный проект уже создан.

– По вашему мнению, что необходимо создать и изменить в первую очередь сегодня для восстановления гармонии человека и природы, как повысить качество жизни в России, в частности, в Алтайском крае?

– Мы предлагаем краю социально востребованный проект – «Символ – визитную карточку» Алтайского края на территории бывшего Института Садоводства Сибири им. М. А. Лисавенко и Дендросада, а ныне ФГБНУ ФАНЦА – Эко-

парк-Сад «Победитель». Его реализация – сибирское Чудо XXI века, жемчужина в ожерелье «Золотого кольца» Алтая!!!

Это экологический, культурный, исторический, образовательный проект, цель которого – сохранение и обогащение генофонда природной и культурной флоры – дендрария им. М. А. Лисавенко, проведение культурно-просветительской работы. Парк позволит погрузиться в чистую, красивую среду обитания, увидеть красоту, вдохновиться на будущее, поверить в возможность восстановления окружающей среды обитания, получить знания как жить и сохранить любимую природу. Этот проект – шаг в будущее наших детей и внуков. Само название проекта говорит о многом. «Победитель» начинается с чистого открытого сердца, трезвого сознания и смелости сделать первый шаг.

Победить нужно, прежде всего, своё невежество, научиться любить себя и природу вокруг, садить деревья, очищать загрязненное пространство, зная, что каждая поднятая с земли пластиковая бутылка делает чище твою Вселенную. Посетив эту уникальную территорию человек, унесёт с собой частицу этой красоты и гармонии, захочет сохранить это несравнимое ни с чем чувство единения с Природой везде, где он находится. Пришло время создавать эталоны сбалансированной среды обитания. Мы в состоянии это сделать и пусть наши дети и внуки вновь увидят гармоничные ландшафты зелёной матери-Земли.

– Какие ещё достижения в области исследований отметили бы, кроме вышеперечисленных?

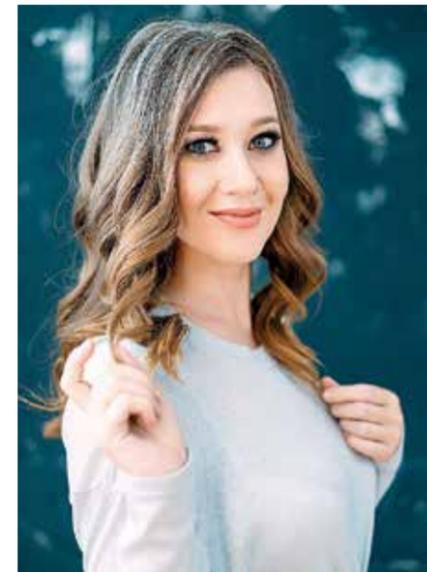
– Ещё хочется поделиться личным радостным событием, над которым эпизодически я трудился около 35 лет – это открытие сакральных совершенных чисел Платона – «геометрического» и «брачного», а также открытие математически-наглядного обоснования возможно-

стей работы гомеопатии как науки, что подтверждает «память» воды и её растворов (положение выдвинуто еще в XX веке в Германии, Франции, Японии и Китае) и, как следствие, универсального восьмизначного числового кода физического вакуума нашей Солнечной системы (система Д. Менделеева, Багуа, ДНК, свет, музыка и т. д.).

– Алиса, расскажите об основной идее вашей деятельности?

– Сейчас на рынке есть абсолютно всё. Огромное количество товаров для красоты и здоровья. И в сегодняшних реалиях продукту недостаточно быть качественным, иметь супер-идею, красивую упаковку. Мы считаем, что любой продукт, кроме уникальной идеи, должен иметь сильную информационно-энергетическую составляющую. Только тогда и получается тот самый желаемый эффект чуда! Как тренер женских практик могу привести простой и понятный пример. Две женщины варят суп, обе из качественных продуктов, обе по старинному рецепту, улучшенному своим опытом, обе подают в красивой посуде, но у одной вкуснее, чем у другой. Почему? А все потому, что она добавляла главный ингредиент – свою любовь, тепло и радость своего сердца. Именно любовь и стала той самой определяющей великолепный вкус информационной составляющей. В косметических продуктах это работает так же. По моему мнению, любовь вообще все решает. Любовь к своему делу, к людям, к Родине передаётся в каждой молекуле препаратов, которые мы выпускаем. Все в мире есть вибрации энергии любви. Поэтому, кроме уникальных авторских составов, с доказанными высокими эффектами, мы стараемся, чтобы каждый человек, пользуясь нашими средствами, чувствовал себя величайшей драгоценностью Вселенной!

– С ручной работой все понятно, мастерица думает и наполняет лю-



ДОСЬЕ:

Алиса Корт – коммерческий директор ООО ИНПФ «Миравит», президент Алтайской Краевой Социально-ориентированной Общественной организации «Экология женщины», автор и создатель органической косметики анти-эйжд направленности «Космоэтика», сертифицированный профессиональный коуч ICF, мама двух сыновей.

бовью свое изделие, поэтому ручной труд так ценен. А вот как передать любовь и энергию продукту в промышленных масштабах?

– Это то, чем занимается мой муж, Виктор Дворников. Он изобрёл технологию, которая создаёт тот самый вибрационный настрой, отвечающий за позитивный информационный фон. Все наши препараты изготавливаются с использованием «ЭКОтрОМ-технологии», которая может насыщать любой объём продукта, и это лишь только часть из всех возможных областей её применения. Сейчас проводятся исследования о положительном воздействии технологии на энергетическое поле человека. Очень много времени было инвестировано на разработки и изучение эффектов, уже есть обнадеживающие промежуточные результаты, и, конечно, грандиозные замыслы на будущее!

– Кроме того, что вы маркетолог с большим опытом, вы активно ведёте общественную деятельность для женщин, обучаете тренеров женских практик. Как вам удаётся все совмещать?

– Да, а ещё и муж, и дети. Иа самом деле совмещать все и успе-

вать можно только тогда, когда все органично в основной сфере деятельности. Для меня это, как и для любой российской женщины, семья. Когда все ладится в главном секторе жизни, то в остальных тоже все складывается. Находятся единомышленники, которые помогают реализовать идеи, появляются удачные возможности, находятся ресурсы.

– Поделитесь самым вашим главным рецептом успеха?

– Есть такое выражение – добиться успеха любой ценой. Я глубоко убеждена, что такой подход остался в прошлом веке. Новое время, со своей «турбулентностью» предлагает свои правила. И для меня, это взгляд на происходящее через два фильтра – любовь и доброту. Это не про «белых и пушистых», это про большую осознанность обычного дня. Это когда твой выбор, жить легко и радостно каждый день, не взирая на внешние факторы, позволяет на высшем уровне приносить пользу всему Миру вокруг, начиная с себя.

«Миравит», «Малавит» и другие препараты компании не являются лекарственными средствами.





«Марьин Остров» – место силы Алтая

■ Всё лучшее – в Сибирии

Экологический курорт «Марьин остров» – это место поистине бесценных и уникальных возможностей. Разработанные программы оздоровления позволяют заложить основы долголетия и значительно увеличить продолжительность жизни и её качество. На курорте есть то, чего нет нигде в мире, здесь по-настоящему воплощается в жизнь медицина будущего.

Целебный воздух в этой местности имеет биоклиматический паспорт, который подтверждает содержание большого количества полезных элементов в составе. Воду здесь добывают из собственного минерального источника, на ней готовят в ресторане, используют в пантовых ваннах и других процедурах в медицинском центре. В такой воде содержится серебро, селен, магний, цинк! Даже в бассейне – обогащенная вода без хлора, которая благотворно влияет на кожу и организм в целом. Климат местности экологического курорта «Марьин Остров» сопоставим по количеству солнечных дней с Ялтой. Летом здесь нет комаров, поэтому можно спокойно отдохнуть

на улице, что особенно важно для гостей с детьми. Понятие «экология» предполагает связь и взаимодействие человека с природой. Само месторасположение курорта является местом природной силы, здесь есть связь с энергией природы. Это и стало особенностью экологического курорта – подход к оздоровлению и отдыху путём поиска отклонений в работе систем организма и их без медикаментозное устранение. Природа и климат, инфраструктура и история места играют немаловажную роль. Экологический курорт стал основоположником развития туризма в Республике Алтай в 1999 году. Конечно, «Марьин Остров» 20 лет

назад и то, что мы видим сейчас, – это два разных места. Изначально это был маленький домик, из которого открывался прекрасный вид на горы и реку. Всю инфраструктуру создавали с нуля, поэтапно: сначала «Марьин Остров» работал как туристическая база отдыха, после внедрения спа-услуг он стал эко-спа отелем, а сегодня заслуженно называется экологическим курортом. Благодаря создателю и вдохновителю Геннадию Марьину модернизация не прекращается и сейчас. Первое, что видишь, приезжая сюда, это невероятные красоты Горного Алтая. Какие горы, какое чистое небо, какие цветы, какие рассветы и закаты! Чувствуешь особенный воздух и климат, здесь даже цвета кажутся насыщеннее. Близость воды добавляет целебных сил курорту. Катунь более полноводная, чем Чемал, так как вторая река – приток первой. На территории экологического курорта есть несколько зон возле реки, где можно гармонизировать психо-эмоциональное состояние, помедитировать, зарядиться энергией, просто

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВ ПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВ ПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕКЛАМА

умиротворённо глядя на реку, наблюдая за её силой. По Катунь летом и осенью организуют сплавы для гостей, как только уровень воды позволяет делать это. Кроме того, здесь проводят экскурсии по местам слияния Чемала и Катунь с посещением памятных и исторических мест. Оздоровление на физическом и психо-эмоциональном уровне – это уникальные программы, которые вряд ли можно найти где-то ещё. Отдыхать можно как индивидуально, так и всей семьёй – номерной фонд состоит из 39 номеров в 4 основных корпусах проживания: «Ступени 1», «Ступени 2», «Правительственный», «Президентский» корпус. Все номера – с балконами и видами на реку и горы. При этом вода в номера подведена из собственного минерального источника, её можно пить прямо из-под крана! Несколько номеров экологического курорта «Марьин Остров» поистине уникальны, так как «встроены» в живую скалу, от которой исходит мощная энергия и сила. При строительстве комплекса природную архитектуру не изменяли, а корпуса вписали в горный ландшафт – это ещё одна изюминка, которая привлекает гостей. Панорамным видом на горы можно насладиться и в двухэтажном ресторане «Звонящий кедр» с большой летней террасой и очень вкусной домашней кухней. Тихая, спокойная, камерная обстановка способствует оздоровлению, поэтому на «Марьин Остров» чаще всего приезжают семьи и вместе с детьми, причём не только из России. Об экологическом курорте на Алтае знают и в Европе, Америке, Китае и даже Австралии. Особенно «Марьин Остров» полюбился китайским гостям, жителям Москвы, Санкт-Петербурга и других крупных городов, страдающих от плохой экологии и высокого уровня стресса. Целебный воздух, экологически чистые продукты, климат, гармония с природой – в этом и есть секрет долголетия алтайцев. Добавьте к этому комплексные природные программы долголетия, запуск систем очищения

и восстановления организма, работа с энергетикой человека – всё это даёт ощутимый результат. Здесь происходит синтез восточных и европейских практик, который позволяет использовать природный потенциал места и направлять его на положительное воздействие на организм человека. Особое место силы – Тотемный остров, где люди проходят природную программу восстановления энергетике человека. С помощью специальных деревянных конструкций – тотемов – баланс между физическим и духовным телом приводят в норму. Сегодня 60% посетителей «Марьинского Острова» – это постоянные гости, и это говорит само за себя. Гости размещаются в условиях европейского комфорта, есть возможность приехать по системе «Все включено»: с трёхразовым питанием «Шведский стол» или выбрав один из 6 видов питания (детское, детское, вегетарианское и др.), с программами оздоровления на выбор, а также с любыми видами отдыха – сплавами, охотой, рыбалкой, вертолётными экскурсиями и т.д. Гости могут заказать трансфер от эконом- до VIP-класса, а также взять автомобиль в аренду для самостоятельного осмотра красот Горного Алтая. Для самых маленьких гостей работает аниматор, которому смело можно доверить детей: ребёнок будет под присмотром и занят различными видами активности, в том числе и творчеством. Родители в это время могут принять участие в спортивных мероприятиях, шахматных турнирах, провести вечер в караоке и найти множество занятий по душе. На экологическом курорте «Марьин Остров» работает спа с гидротермальным комплексом (круглогодичный бассейн, финские сауны, сауны с живой скалой, хамам), банями (в том числе и на берегу горной реки с купелью). Доступны и спортивные площадки для футбола, волейбола, зимой – хоккей, большая ледяная горка, прокаты спортивного инвентаря. Для любителей культурных программ предусмотрены посеще-



ния музеев-аиллов с погружением в культуру и быт Алтая. Доступны 8 авторских природных программ оздоровления, очищения, восстановления организма и увеличения долголетия, запущен закрытый семейный клуб «Молодость и долголетие». В этом году курорт переходит на организованный график заездов на каждый месяц со специальными бонусами, скидками и предложениями. Все оздоровительные программы экологического курорта «Марьин Остров» предоставляет круглый год. Чувствуете, что силы на исходе, иммунитет упал, одолели слабость и стрессы? Нужно скорее исправлять ситуацию, особенно зимой, когда организму не хватает света, витаминов и энергии!

**ДОРОГ МНОГО, ПУТЬ – ОДИН:
РОССИЯ – ГОРНЫЙ АЛТАЙ
– ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ КУРОРТ
«МАРЬИН ОСТРОВ»**

Экологический курорт «Марьин остров»
Республика Алтай, Чемальский район,
с. Чемал, ул. Уожанская, 58А
Бронирование: 8-800-1000-569
(бесплатный звонок)
Время работы: 05:00-18:00 (МСК)
sale@marin-ostrov.ru
Рецепшн: +7 (913) 225-45-15,
reception@marin-ostrov.ru

■ Всё лучшее – в Сибирии

Школа для пациентов по эндопротезированию суставов в НИИ травматологии и ортопедии им. Я.Л.Цивьяна



14 февраля в конференц-зале федерального государственного бюджетного учреждения «Новосибирский научно-исследовательский институт травматологии и ортопедии им. Я.Л.Цивьяна» Министерства здравоохранения Российской Федерации прошла учеба в школе для пациентов по эндопротезированию суставов. Журнал Siberian Life из первых уст узнал о школе и современном состоянии дел в этой сфере.

ный и информированный заранее пациент быстрее восстанавливается и, как бы цинично это ни звучало, доставляет меньше хлопот медицинским службам. На деле это, конечно, ведёт к эффективному лечению и скорейшему выздоровлению.

Ирина Кирилова: Виталий предложил внедрить такую систему у нас, я оказала поддержку, и мы стали работать над созданием школы. Долго думали, как это реализовать, но знали точно, что сделать это необходимо. Уже в течение полугода мы проводим эти школы с привлечением разных специалистов с нашей стороны, их формат, в основном, неизменный, иногда меняется главная тема: эндопротезирование коленного сустава, либо стопы, либо локтевого и так далее. Даты определяем заранее, информируем пациентов и внутри учреждения, и на сайте на ближайших 3 месяца. То есть пациенты, которые приходят к нам на первичный приём, либо их родственники в курсе предстоящих школ и могут рассказать о них близким.

Виталий Павлов: После ознакомления с рапид-системой в Англии. В Европе многое связано с медицинской страховкой, а подготовлен-



сложно говорить с пациентами не на профессиональном, а на понятном им языке, но мы учимся постепенно. Сейчас на школу пациентов собирается очень много людей, некоторые перед принятием решения об операции приходят не раз.

И. К.: Общение с пациентами в формате консультативного приема и общение с ними же, но уже с целью понятно и доходчиво объяснить некоторые моменты, заинтересовать – это разные стили общения. Оказалось, что мы привыкли к первому, а в школе необходим второй.

– Каких ещё специалистов задействуете, кроме основных по ортопедии и травматологии?

В. П.: Физиотерапевта, анестезиолога, нутрициолога, врача ЛФК, диетолога, эндокринолога, ревматолога. Многие другие врачи принимают участие.

И. К.: К любой операции надо готовиться, нужно попробовать все способы консервативного, физиотерапевтического лечения. Когда медикаментозное и физиотерапевтическое лечение в комплексе уже не помогают, а жить с болью нет никаких сил, – тогда это является абсолютным показанием для оперативного лечения. Зачастую можно взвесить риски и последствия и отложить операцию.

К нам часто приезжают и из других регионов, даже с Дальнего Востока. Хорошие отзывы о школе опережают наши ожидания. Уже после операций пациенты выражают благодарность, иногда всей школе, иногда – конкретным специалистам. Главврач зачитывает их на каждой планёрке, нам и врачам очень приятно это слышать. Пациенты получают очень много информации, они готовы к лечению и операциям морально, отсюда и благодарность. Главное, что после операции не звучит фраза: «Если бы я знал, я бы отказался». Это самые страшные последствия, плохо от этого и пациенту, и врачам, и медучреждению.



И. К.: Пациенты должны понять, что ответственность за свою жизнь и здоровье несут они сами. И решение об операции принимает за них не хирург, а они сами.

В. П.: Ещё одна цель школы – донести до пациента информацию о его будущем послеоперационном состоянии, рассказать об этом периоде, о том, как ему себя вести для стабильного состояния и скорейшего восстановления. Потому что неудовлетворенность возникает, когда завышенные ожидания и реальная действительность не совпадают. А когда мы им говорим, что боль, возможно, останется, изменится характер боли, ее интенсивность, что у всех всё индивидуально, что болевой порог у всех разный, – то пациент осознаёт все последствия, взвешивает риски, он осведомлен о возможных осложнениях. Тогда наши возможности совпадают с их ожиданиями и все получают лучший результат. Это и есть цель школы.

И. К.: Медицина – это риск. И любое оперативное вмешательство – это всегда риск, пациент принимает ответственное решение. Мы понимаем, что каждый человек персонально несет ответственность за свое здоровье. Наша задача – показать пациентам все риски, преимущества и недостатки хирургических методов

лечения. Поэтому наши специалисты обо всем этом расскажут. Убедительно просим пациентов задавать вопросы, потому что чем больше будет вопросов, тем больше информации они получат от профильных специалистов, тем лучше будут подготовлены к операции морально и физически. Тем большего количества неприятностей и недопонимания нам удастся избежать.

– Чего бы вы пожелали читателям в преддверии весенних праздников?

В. П.: Я бы пожелал здоровья, хорошей работы и достаточного дохода! Всё это, пожалуй, самое важное в последнее время.

И. К.: Здоровья, разумеется, нашим пациентам и их близким! Любимой работы, чтобы всегда было мирное небо и надёжная крыша над головой.

Ближайшие школы пациентов: 14 марта и 11 апреля 2019 г. в 17:00 в конференц-зале «Новосибирского научно-исследовательского института травматологии и ортопедии им. Я. Л. Цивьяна» (г. Новосибирск, ул. Фрунзе, 17). Бесплатно и без регистрации.

www.niito.ru
Тел. 8 (383) 373-32-01

Медицинский подход к SPA

Green Wood находится всего в 20 минутах езды от центра Новосибирска, он расположен в сосновом бору с панорамным видом на Обь. Здесь – простые и знакомые с детства запахи леса, речки и свежести накрывают с головой, здесь царит спокойствие, отдых и здоровье. Медицинский подход к спа реализован большим выбором программ для лечения, восстановления и подпитки организма бодростью и энергией. Медицинские программы одного дня решают задачи восстановления сил, корректировки образа жизни и медицинских консультаций по вашим целям. Многодневные программы воздействуют более глубоко: в течение нескольких дней можно изменить образ жизни, встать на путь избавления от вредных привычек, сбросить лишний вес, пересмотреть свои пищевые пристрастия. Например, программы «Антистресс», «Здоровая спина», «Молодая мама», «Профилактика детского сколиоза» – однодневные, а «Гринвуд детокс» – семидневная программа оздоровления.

GREEN WOOD Medical Spa – это загородный спа-дом, коренным образом отличающийся от большинства wellness-клубов. Ведь здесь используют медицинский подход к спа и видят своей миссией профилактику болезней и формирование осознанного подхода к здоровью.

Здоровье

ПРОГРАММА «МОЛОДАЯ МАМА» (1 ДЕНЬ)

Лечение патологий опорно-двигательного аппарата – приоритетное направление центра Green Wood wellness&spa. Острые боли в спине и шее, неврологические проявления дорсопатии и других заболеваний позвоночника, реабилитация пациентов после операций – комплексное решение каждой из этих проблем обеспечивает пациентам эффективное восстановление.

Включено:

- Первичный прием врача невролога, мануального терапевта
- Тренинг по коррекции биомеханики таза – 1 час
- Прием клинического психолога – 1 час
- Мануальная терапия – 1 час
- Индивидуальный урок женской йоги – 1 час
- Аква-терм – безлимит
- Медицинский массаж – 1 час
- Диет-брейк

12 000 руб.

ПРОГРАММА АНТИСТРЕСС (1 ДЕНЬ)

В бешеном темпе напряженных будней найдите всего один день для борьбы со стрессом, зарядитесь позитивной энергией, и ваша выносливость повысится многократно!

Включено:

- Консультация врача невролога, прикладного кинезиолога
- Диагностика с помощью прикладной кинезиологии и подбор фитотерапевтического препарата (в зависимости от наличия ингредиентов, вы получите его сразу или в течение нескольких дней после программы)
- Иглорефлексотерапия
- Стоунтерапия – массаж тёплыми камнями
- Физиотерапия
- Медицинский массаж
- Спа-программа для волос с массажем головы
- Фут-массаж
- Отдых в бассейне, гидромассаж и в термы – санариум, хамам, финская сауна – без ограничения
- 2 диет-брейка (зеленый чай, сэндвич, орехи, сухофрукты, смузи)

12 000 руб.

ПЕРВИЧНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ:

Дифференциальная диагностика острой боли. При возникновении острой боли первым делом необходимо выявить её причину, и уже потом назначить ряд мер и действий, которые принесут наилучший результат для каждого конкретного человека. Это самый важный шаг во всей цепочке восстановления здоровья вашей спины.

Важно! На консультацию необходимо взять все имеющиеся медицинские документы и анализы. Особенно если есть УЗИ, рентген, томография, обязательно возьмите с собой сами снимки.

Включено:

- Консультация врача мануального терапевта
- Анализ медицинских документов
- Сбор анамнеза
- Дифференциальная диагностика
- Назначение дополнительных исследований при необходимости
- Мягкие техники мануальной терапии по показаниям 2 500 руб.

ЗОЛОТОЙ СТАНДАРТ ЛЕЧЕНИЯ ОСТРОЙ БОЛИ

В основе лечения – системный подход, который сегодня признаётся в мире как «золотой стандарт». Согласно ему, к результату при лечении позвоночника и снятии болевых синдромов можно прийти, комбинируя нескольких методик, усиливающих действие друг друга. В частности, речь идёт о четырёх «китах» реабилитации – мануальной медицине, массажных техниках, физиопроцедурах, лечебной физкультуре.

Включено:

- Консультация врача мануального терапевта
- Мягкие техники мануальной терапии
- Тraction терапия по показаниям
- Медицинский массаж по показаниям
- Ударно-волновая терапия по показаниям
- Сеанс иглорефлексотерапии
- Физиотерапия
- Медицинский массаж
- Прием иглорефлексотерапевта

Что такое лишний вес? Это маячок, который пытается сообщить, что организму трудно справиться с какой-то проблемой, и он начинает просить о помощи. Избыточная масса тела часто может быть очень опасна для здоровья человека, особенно это проявляется в различных осложнениях и заболеваниях.

Проблемы: избыточный вес, состояния хронической усталости, нарушение работы желудка и кишечника, связанные с интоксикацией организма и нарушением обменных процессов в организме, симптомы преждевременного старения.

Результат после процедур в Green Wood: очищение организма, повышение жизненного тонуса, стимуляция основных обменных процессов, повышение иммунитета, улучшение пищеварения, снижение веса, устранение синдрома хронической усталости, улучшение психо-эмоционального состояния.

основных обменных процессов, повышение иммунитета, улучшение пищеварения, снижение веса, устранение синдрома хронической усталости, улучшение психо-эмоционального состояния.

ПРОГРАММА «ДЕТОКСИКАЦИЯ И СНИЖЕНИЕ ВЕСА» (7 ДНЕЙ)

Семидневная интенсивная программа «Детокс» предполагает проживание на территории спа-центра и круглосуточное наблюдение медицинского персонала. Прекрасная возможность оздоровления за короткое время!

При прохождении многодневной программы необходимы анализы (УЗИ печени, УЗИ почек, ЭКГ, гастроэнтеролог, ОАМ, ОАК, развернутая биохимия крови).

Подготовка организма (За два дня - уменьшение приема белково-углеводной пищи).

Включено:

- Ежедневная врачебная курация
- Консультация клинического психолога – 2 раза
- Консультация врача-диетолога – 1 раз
- Консультация гастроэнтеролога, кардиолога – по назначению
- Ручной медицинский лимфодренажный массаж 80 мин – 6 раз
- Иглорефлексотерапия
- Гидромассаж – безлимит
- Антиоксидантная SPA-программа 2 часа – 2 раза
- Сеанс висцеральной мануальной терапии – 12 раз
- Занятия с фитнес-инструктором – 2 раза
- Самостоятельное посещение фитнес-зала – безлимит
- Проживание в гостевом номере GREEN WOOD wellness&spa – в подарок!
- Русская баня с парением 2 часа утром – 1 раз
- Диетическое дневное питание – 3 раза в день
- Отдых в аква-термальной зоне – безлимит

Стоимость при одноместном размещении — 99 000 руб. на одного гостя.
Стоимость на двоих — 120 000 руб.

Телефон для записи: +7 (383) 383-0-300, 2-135-132

Адрес: г. Новосибирск, Дачное шоссе, 2/4

Время работы: 8:00 - 22:00, без выходных. Посещения с детьми возможны по вторникам, четвергам и воскресеньям. Посвятите несколько часов собственному расслаблению и отдыху!

spa-greenwood.ru

e-mail: spagw@spa-greenwood.ru

Лицензия: ЛО-54-01-002839 от 29 августа 2014 г.

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВ ПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВ ПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕКЛАМА



Здоровье доступно каждому!

Санаторий «Борисовский» начал свою историю с 1991 года, последнюю масштабную реконструкцию с расширением санатория провели в 2009 году. За почти три десятилетия «Борисовский» изменился – сегодня это единый комплекс зданий в живописном сосновом бору с уникальным ландшафтным дизайном и мощной лечебно-диагностической базой.

Здоровье – в воде, воздухе, питании

На территории современного санатория есть много места для прогулок на свежем воздухе и активности: дорожки и аллеи, волейбольная площадка, уличный бассейн, скамейки и декоративные беседки, а в сосновом лесу терренкур и тропинки для любителей подышать чистейшим воздухом в тишине. Сам санаторий – это комплекс зданий: пятиэтажный спальный корпус на 210 мест, пятиэтажный лечебный корпус, двухэтажная водолечебница, двухэтажный клуб-столовая, причём все корпуса соединены между собой тёплыми переходами. Номера – от эконом-класса (1-й категории) с размещением от 1 до 3 мест в номере до повышенной комфортности. Максимальная вместимость номеров – до 7 человек, а значит, можно приехать отдохнуть и восстановить силы даже большой семьёй или дружной компанией. Все номера оборудованы мебелью,

удобствами, организована доставка еды. Об удобстве в «Борисовском» позаботились всесторонне, начиная от современного ремонта и заканчивая охраняемой стоянкой и детской комнатой с воспитателем. Гости санатория могут выбрать 4-х разовое сбалансированное питание по вкусу, зимнее и летнее, на отдельных сто-



лах – «витаминный стол» с овощами, зеленью и морской капустой.

Все блюда готовят только из свежих продуктов и с прекрасной сервировкой и обслуживанием официантами, а по назначению врача доступно также лечебно-диетическое питание. Разумеется, в санатории всегда доступна минеральная вода «Борисовская», также фруктовые соки, отвары шиповника, свежие фрукты, выпечка.

Именно маломинерализованная гидрокарбонатная натриевая щелочная вода скважины №11 Борисовского месторождения стала основным лечебным фактором санатория. Она

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ИМЕНЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

относится к I группе минеральных питьевых, лечебно-столовых вод, характеризуется высокими концентрациями гидрокарбонат-иона, связанного с натрием. Многолетний опыт использования минеральной воды «Борисовская» и исследования Томского НИИ курортологии и физиотерапии позволили врачам санатория усовершенствовать методики применения минеральной воды для лечения различных заболеваний внутренних органов, а также расширить диапазон её применения процедурами, направленными на лечение заболеваний кожных покровов и слизистых.



«Борисовскую» используют в лечебных ваннах, ингаляциях, орошениях слизистой рта и гинекологической сферы, ректальных микроклизмах, лечебных душах.

Климат здравницы – умеренно-континентальный, наиболее комфортный для отдыха, восстановления и лечения в любое время года. Пребывание здесь – своеобразная тренировка организма, вырабатывающая устойчивость к неблагоприятным воздействиям внешней среды. С мая по август в «Борисовском» гостит солнце, комфортное для гелиотерапии, на протяжении всего года воздух здесь остаётся ионизированным благодаря лесу, и это также значительно способствует оздоровлению всего тела.



В санатории также применяют на практике необычную методику – «сомнологию» – медицину сна с использованием специального оборудования.

Системное оздоровление

Уникальность санатория «Борисовский» заключается в системном подходе к лечению и оздоровлению. На практике это значит, что показаниями к лечению здесь может быть целый список болезней и недугов: органов пищеварения, нервной системы, костно-мышечной системы и соединительной ткани, опорно-двигательного аппарата, болезни эндокринной системы и обмена веществ, болезни системы дыхания и многое другое. Вся лечебная деятельность здравницы регулируется «Стандартами санаторно-курортного лечения» Минздравсоцразвития с поправками на имеющуюся лечебную базу, сделанными учёными Томского НИИ курортологии и физиотерапии, с которыми издавна санаторий связан обучающими и консультативными программами.

Особенно актуально лечение и профилактика бронхо-легочной системы – всему виной неблагоприятная экология в Кузбассе. Здесь можно значительно поправить здоровье благодаря прекрасно оснащённому

ингалятории на минеральной воде, отварах или лекарственных препаратах. В спелеокамере на пациентов воздействуют физические (температура, влажность, газовый состав и высокая ионизация воздуха) и психологические факторы (соответствующая обстановка спелеокамеры).

Кроме того, «Борисовский» предлагает пройти процедуру «Горный воздух» на дыхательном тренажёре «Карбоник» – это инновационная разработка учёных Алтайского ГМУ. Есть в санатории и фитобар, напитки которого усиливают эффект проводимого физиотерапевтического лечения.

Лечебные возможности оздоровительного учреждения разве что не бесконечны, особенно это касается аппаратной физиотерапии. Магнитотурботрон класса «Люкс», аппарат «Матрикс-Влок» для воздействия на суставы, озонотерапия, аппарат «Медозонс» и многие другие дают много возможностей как для лечебного состава санатория, так и для гостей «Борисовского».

Специалисты по ручному массажу известны далеко за пределами санатория. Кроме классического лечебного, они владеют методиками баночного, вакуумно-баночного, медового, сегментарного массажа, есть



специалист по китайскому массажу. Есть в санатории и водные виды массажа: гидромассаж, душ Шарко, душ Виши, каскадный душ, механические ванны общие, для рук и ног, а также механического массажа. Из оригинальных видов – висцеральный массаж, «стоун-терапия» (массаж камнями), которые пользуются особой популярностью.

Для тех, кому необходима лечебная физкультура, здесь работает высококлассный специалист с медицинским и физкультурным образованиями, доступны групповые и индивидуальные занятия, в том числе по акваэробике с полным мониторингом состояния пациентов.

Доступная среда

Уникальная особенность санатория «Борисовский» – комфортная среда для маломобильных отдыхающих. Для инвалидов-колясочников есть даже специально оборудованные номера с расширенными дверными проемами и большей площадью. Это обеспечивает полную свободу передвижений. Уборные также модернизированы для комфортного принятия водных процедур. По всему зданию санатория установлены пандусы, опоры, которые обеспечивают доступ гостей «Борисовского» на колясках во все

функциональные подразделения учреждения, а также три лифта с лифтером. При необходимости можно воспользоваться коляской и подъемником «Реботек Арнольд».

Безбарьерная среда – одна из основ санатория, здесь отсутствуют пороги, а на прогулочных – твердое покрытие для беспрепятственного движения пациентов на колясках.

Отдых и развлечения

И от лечебных процедур нужно отдыхать! Гости могут не только насладиться прогулками по чистойшему лесу и парковой зоне, но и уютно устроиться с книгой в библиотеке, поиграть на бильярде, посмотреть кино или заняться танцами, или же отдохнуть у уличного бассейна – поплавать или расслабиться на лежаках, принимая солнечные ванны. В киноконцертном зале регулярно проходят показы фильмов, концертов и спектаклей, а в танцевальном – дискотеки, музыкальные и поэтические вечера, караоке и концерты. В зимнее время «снежный городок» парка приглашает гостей на веселые игры и спортивные праздники. В сосновом бору проложена лыжная трасса, а в прокате есть лыжи, «ватрушки» для веселого зимнего отдыха и снегоходы.

Санаторий прекрасно подходит и для корпоративного отдыха. Его можно совместить с обучающими

семинарами, конференциями и тимбилдингом. Совместный отдых всей компанией – что может быть лучше для здорового духа внутри бизнеса? Актальный зал технически хорошо оснащен для этого. Он также здорово подходит для любых банкетов, в том числе свадебных. Свежий воздух, сосновый бор, спортивные и развлекательные мероприятия помогут коллегам и гостям провести время активно и весело. Также есть возможность провести незабываемую вечеринку с пикником и шашлыками.

Двери санатория «Борисовский» открыты круглый год для всех желающих. Здесь нет определенных дней заезда, каждый может подобрать самую удобную для себя дату отдыха. Для того, чтобы пройти курс оздоровления или лечения, нужно всего лишь забронировать номер и оформить санаторно-курортную карту. Если по каким-либо причинам лечение будет противопоказано, можно приехать просто на отдых. Хороший отдых в здоровой атмосфере чистого воздуха – отличная профилактика различных заболеваний. В санаторий легко можно добраться рейсовым автобусом как из Кемерово, так и из Ленинска-Кузнецкого, а если вы поедете на автомобиле, то точно не проедете мимо нужного поворота, так как везде стоят дорожные указатели.

Бронирование по телефону или онлайн.
Лицензия ФС-42-01-001434 от 28 октября 2010 г.

- Водолечение (есть специальная ванна для спинальных отдыхающих);
- Физиотерапевтические процедуры;
- Массаж;
- Фитотерапия;
- ЛФК;
- Доступная среда на всей территории санатория;
- Культурный и спортивный отдых;
- Минеральная вода из собственного источника
- И многое другое!

Процедуры назначаются врачом индивидуально каждому по показаниям санаторно-курортной карты.

Отдел бронирования: E-mail: reservation@sanbor.kuzbass.net

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕКЛАМА



салон массажа и красоты



Комбо-массаж

3 000 Р (45 минут)

Комбо-массаж – это прекрасный способ сделать комплимент своему организму и подарить себе или близким незабываемые ощущения. Сразу три сертифицированных специалиста помогут снять напряжение и придать организму заряд бодрости, вернуть ощущение лёгкости в теле и хорошее настроение. Этот массаж особенно придётся по вкусу людям, которые ценят свое время, потому что позволит максимально оздоровиться и расслабиться в короткий срок.

Дуэт-массаж

1 900 Р (45 минут)

Представьте удовольствие, которое вы получаете от массажа, и умножьте на два! Одновременный массаж спины, головы, ног и ступней не оставит вас равнодушным и позволит насладиться ощущением обновления своего организма.



РЕКЛАМА

г. Новосибирск, ул. Галуцака, д. 17
Время работы: с 10.00 до 22.00, +7 (383) 209-26-28, antistress_salon

antistress-express.ru

8 главных вопросов о тайском массаже

Отчего тайский, а не малайский? Обязательно ли натощак? Что можно после? Полезен ли в Сибири? На эти вопросы ответила директор новосибирской сети салонов тайского массажа «Оазис-спа» Дарья Покровская.

1. Почему искусство массажа расцвело именно в Таиланде?

Потому что именно здесь буддизм имеет наиболее глубокие корни. Основателем тайского массажа традиционно считается Дживаку Кумар Бхаша, живший до нашей эры, он был лекарем основателем тайской медицины. Долгие столетия искусство массажа было монополией буддийских монахов, а в 1832 году при монастыре Ват Пхо появился первый открытый университет, в котором обучали технике массажа и медицине и мирян.

2. Чем тайский массаж принципиально отличается от других «географических» видов массажа – среднеазиатского, европейского?

В каждом виде массажа – своя польза. Но специфика тайского – это комплексная проработка всего организма, всех органов чувств. Он уникален тем, что мастер реализует свое желание помочь решить проблему человека, восстановить энергию и баланс всего его целостного существа. Кроме манипуляций непо-

средственно с мышцами, суставами, лимфой, в ТМ идет активная проработка энергетических каналов и точек на теле, которые отвечают за определенные процессы восстановления организма.

3. Массаж принято классифицировать по воздействию: спортивный, медицинский, расслабляющий и т.п. Куда отнести тайский?

ТМ — это маленькая Вселенная, поэтому массаж может быть спортивным/тонирующим и расслабляющим. Всё зависит от желаний и потребностей клиента.

4. Можно ли воспроизвести тайский массаж, не будучи тайцем?

Нет и еще раз нет! Многие русские пытаются научиться ТМ, но в нашей культуре нет того, что впитано каждым тайцем с молоком матери — иного отношения к жизни, к массажу, к самоисцелению и энергетическому балансу, к Будде и его философии. Без этого мироощущения невозможно выполнять ТМ так, чтобы по-настоящему помогать людям.

5. Кто конкретно делает массаж в «Оазис-спа»? Что за люди, какой опыт за плечами?

Это настоящие мастера, выходцы из авторитетных школ массажа, имеющие большой опыт работы в Азии, Европе и России и обученные специфике массажа в нашей стране. Тэя, Арун, Нуна, Джин и другие специалисты успели полюбить новосибирцам — у каждой из них свой индивидуальный стиль, клиенты чувствуют это.

6. Как правильно себя вести после тайского массажа?

Массаж — это часть обычного распорядка жизни. Основные правила: не есть за 1-1,5 часа до массажа и хотя бы час после, не принимать ТМ в состоянии простуды и других недомоганиях. Кто-то проходит ТМ курсами 2-3 раза в год, а большинство наших гостей ходит на ТМ на протяжении всего года 1-2 раза в неделю.

7. Насколько в Новосибирске востребован именно тайский массаж?

У нас не просто абстрактный «тайский массаж», а скрупулезно адаптированный для условий азиатской России. Именно в холодной Сибири потребность в ТМ в разы выше, чем в умеренном и теплом климате — для укрепления иммунитета и улучшения психологического состояния при коротком световом дне и неизбежных стрессах.

8. Три главных преимущества тайского массажа в «Оазис-спа»?

- Несравненный профессионализм и опыт мастеров.
- Высококласный сервис и атмосфера гостеприимства.
- Удобные локации в центре Новосибирска, спа-этикет, уютные интерьеры, парковка.

г. Новосибирск: ул. Советская, 19
+7 (383) 3-109-509
ул. Орджоникидзе, 31,
Марриотт Отель (4-й этаж),
тел. +7 (383) 230-49-84
ул. Щетинкина 18, Фитнес-клуб World Class,
тел. +7 (383) 219-00-20
oasis-spa.ru, oasisspansk
Лицензия № ЛО-54-01-001660
от 29 июня 2012 г.



СКИДКА 5%

на оздоровление по промокоду «НАКО25»!

25 лет с вами и для вас!

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР

НАКО

ОЧИЩЕНИЕ И ОЗДОРОВЛЕНИЕ ОРГАНИЗМА НА ОСНОВЕ ЛЕЧЕБНОГО ГОЛОДАНИЯ

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

нако.рф

Лицензия ЛО-54-01-003927
от 16.06.2016 г.
на осуществление
медицинской
деятельности.

Новосибирская область,
п. Мичуринский, ул. Барханная, 2а
т. 8 800 100 43 39

Самые необычные и красивые клиники в мире

Слова «больница», «поликлиника», «госпиталь» уже не ассоциируются с чем-то зловещим и страшным. Медицина шагнула вперёд, врачи используют современных роботов, а операционные порой похожи на кабины лайнеров. Но вот внешний вид многих российских больниц по-прежнему иногда вызывает уныние. Обычно это ничем не примечательное здание-коробка скучной архитектуры... Но многие медицинские учреждения уже поняли, что судить по обложке – это нормально, и у пациентов будет меньше волнения, если даже внешний вид клиники будет радовать глаз. И поэтому они превратились в настоящие шедевры дизайна и архитектуры.

Здоровье

1 Больница Генри Форда, Детройт



Детройт, штат Мичиган. Когда-то он был родиной моторов и звукозаписывающих компаний, но сейчас город несколько замедлился в активности жизни. Чего нельзя сказать о его лечебном, образовательном и научно-исследовательском медицинском комплексе. Он по-прежнему остаётся одним из лучших в стране, несмотря на более чем вековой возраст. Основан он был тем самым Генри Фордом, автомобильным магнатом. Здание комплекса – настоящий пример того, как величественно и просто красиво может выглядеть больница со штатом в почти 800 человек.

Фото: сайт клиники Henry Ford Health System

2 Центр здоровья мозга Лу Руво, Лас-Вегас



А так и не скажешь, что речь идёт о здоровье мозга, правда? Необычное, экстравагантное, даже эпатажное здание построили по проекту Фрэнка Гери, одного из известных современных архитекторов. В портфолио Фрэнка – Музей Гугенхайма в Бильбао и ещё несколько знаменитых зданий. Необычный вид здания меняется в зависимости от освещения и точки наблюдения. Особенно это заметно снизу и изнутри. Очень интересно, что пациенты чувствуют после лечения, когда выходят из здания и оглядываются назад? Наверняка считают, что эффект анестезии прошёл не до конца.

Фото: Flickr



КОПИИ ФОТО ПЕЧАТЬ

телефон единой справочной

(383) **214-89-71**

НОВОСИБИРСК
set-w.ru

РЕКЛАМА

3 Национальный центр медицины сердца, Сингапур

Клинику открыли недавно, в 2014 году, и это очень заметно по её внешнему виду. Огромное здание стилизовано под древние сады в скалах, они похожи на монастыри, в которых сама природа способствует исцелению любых ран и недугов. Много света, зелени, естественных материалов, пространства – здесь хочется жить, а не проходить медосмотры и сдавать анализы.

Фото: архитектурная студия
BroadwayMalyan, sunray.com.sg



5 Больница Винни Палмера в Орландо, Флорида

Эта больница создана исключительно для оказания медицинской помощи женщинам и новорождённым. Здесь работают классные специалисты, и, кажется, ещё и доплачивают за то, чтобы постоянно наблюдать такую красоту архитектурных форм. Наверняка каждый из сотрудников увлекается фотографией – как можно устоять перед такими видами из стеклянного шара? Интерьеры клиники тоже поражают, а палаты больше похожи на президентские люксы.

Фото: Flickr



4 Доминиканская больница Святой Розы в Хендерсоне, Невада



Оригинальное здание больницы построили в 1947 году, учреждению уже больше 70 лет, а оно всё ещё выглядит очень современным. Выполненная в испанском стиле, оно напоминает не то собор, не то какое-то иное религиозное сооружение. Впрочем, на веру здесь не полагаются: комплекс славится своей мощностью, современными методами лечения и отличной технической оснасткой. Огромная больничная территория явно способствует быстрой реабилитации – здесь можно гулять вечно, залюбовавшись прекрасными видами на горы.

Фото: Wikipedia



Лучший центр коррекции фигуры 2018 г.
в номинации премии «Профи» – Slimmingcenter

Уникальная методика, не имеющая аналогов в России: обеспечивает быстрое жиросжигание, работает на устранение причин лишнего веса, гармонизируя состав тела. Занятия на вакуотермальных тренажерах кардинально улучшают кровоснабжение проблемных зон, а приток насыщенной кислородом крови сжигает жировые клетки в 400 раз быстрее, чем при обычных тренировках. Эффект жиросжигания продолжается до 8 часов.

Занятия проходят в комфортном режиме (без нагрузок на позвоночник и суставы) по 30 минут и позволяют не только легко и быстро похудеть (потеря от 800 ккал за 30 мин), но и получить огромный заряд высвободившейся энергии, повышая работоспособность и настроение.

Эффективно как для женщин, так и для мужчин, планирующих привести свое тело в идеальную спортивную форму.



БЫСТРО»
от XXL до S

www.slimmingcenter.ru

Сменить всего за месяц **52 размер**
одежды на **48** – для Slimmingcenter
это уже взятая планка!

Мы предлагаем клиентам услуги:

- лечение ожирения и целлюлита
- коррекция локальных жировых зон
- терапия сосудистых заболеваний
- восстановление после травм и операций

С какой бы задачей ни пришел клиент, специалисты центра с медицинским и спортивным образованием составляют индивидуальную программу, исходя из биометрических замеров, анализа состава тела, задач клиента и визуальной оценки проблемы. В результате такого подхода за три-четыре месяца удаётся потерять до 30 кг лишнего веса и заметно изменить внешность к лучшему – тело становится более стройным, а кожа – красивой и упругой.

г. Новосибирск, ул. Романова, 39
тел. (383) 319-66-96
WhatsApp: +7 (993) 024-92-69

Современная нейрохирургия по полису ОМС

Здоровье



– Александр, расскажите немного о себе: как сложился ваш путь в нейрохирургии, как и когда попали в Grand Medica?

– У меня мама – врач, это повлияло на выбор профессии. В нейрохирургию я попал сразу после обучения в томском мединституте. В Новокузнецке была на тот момент ведущая в СССР клиника по хирургии позвоночника на базе Новокузнецкого ГИДУВа. Чтобы сделать сложнейшие операции сюда приезжали

В клинике Grand Medica сегодня делают сложнейшие операции пациентам не только Кузбасса, но и всей страны. 99% из них делают в рамках ОМС. Заведующий нейрохирургическим отделением Александр Епифанцев рассказал Siberian Life о возможностях отделения сегодня.

пациенты со всех союзных республик и даже из-за рубежа. Здесь я прошел первичное обучение, потом была работа в составе клиники на кафедре нейрохирургии. В 2017-ом году меня пригласили работать в Grand Medica.

Это счастливая возможность для любого хирурга – иметь возможность участвовать в комплектовании нового отделения, выбирать оборудование, продумывать возможности хирургического лечения и в последствии здесь же оперировать.

– Есть ли возможность проводить лечение полного цикла в клинике?

– Наше отделение специализируется на патологии позвоночника и в плане хирургического лечения мы проводим весь основной спектр операций на позвоночнике. Кроме лечения сколиоза, так исторически сложилось. Пациенты поступают в стационар, мы проводим

операцию и, как правило, уже через неделю выписываем. Дальнейшее долечивание, реабилитация проходят амбулаторно на базе отделения физиотерапии, в рамках неврологического приема. Но этим занимаются уже другие специалисты. Наш этап – хирургическое лечение.

– Вам хватает оснащения клиники для полноценной работы? Какие аппараты есть?

– Мы располагаем всем необходимым оборудованием для проведения сложнейших нейрохирургических операций: современный операционный комплекс с ламинарными потоками, с изоляцией, автоматизированной системой вентиляции, бактериальными фильтрами. В операционных есть операционные микроскопы, эндоскопическая стойка KARL STORZ, которая позволяет эндоскопически

ИМЕТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

удалять грыжи дисков. Есть передвижной рентгенологический аппарат для проведения рентгенограммы прямо во время операции, чтобы контролировать установку различных имплантов. Ультразвуковой деструктор-аспиратор позволяет удалять опухоли спинного мозга и позвоночника. То есть полный комплект микрохирургического инструментария для проведения микрохирургических операций.

– С какими патологиями поступают в ваше отделение пациенты?

– Наиболее распространенные – это остеохондрозы, грыжи дисков. Кроме того, мы оперируем и смещение позвонка, и соскальзывание позвонка – так называемый спондилолистез, нестабильность позвоночника, опухоли позвоночника и спинного мозга. Последствия травм, деформации позвоночника, когда требуется оперативное вмешательство.

– Какова география пациентов клиники?

– Основная часть пациентов – это, конечно, Новокузнецк, Кемеровская область, Хакасия, Алтайский край, Новосибирская область и Красноярский край. Мы сейчас активно работаем над увеличением потока пациентов и готовы принимать их со всей России.

Жители города попадают к нам после консультации врачей нашего отделения. А для пациентов из других регионов мы проводим заочные консультации по Skype и принимаем направления по форме 057У (выдается по месту жительства), документы пациента, снимки. Если пациенту действительно нужна операция, мы вызываем его в стационар и назначаем дату госпитализации. Человек проводит у нас в больнице примерно 7 дней. Многие думают, что такое лечение дорого, но это не так – 99% всех операций и нахождение в клинике осуществляется в рамках обязательного медицинского страхования, а значит, для пациента это бесплатно.

– Каковы возможности отделения нейрохирургии? Сколько пациентов за год вы можете вылечить?

– Мы работаем только два года с небольшим, постепенно поток пациентов увеличивается. За прошлый год мы

пролечили 205 пациентов. Ежедневно пациенты поступают, выписываются, им проводится лечение. Операции проводили два хирурга – я и Евгений Матвеев. В нашем стационаре 80 койкомест, и там находятся пациенты из нейрохирургии, травматологии, общей и сосудистой хирургии – по необходимости мы заполняем своими пациентами часть мест.

– Радиочастотная денервация, холодноплазменная нуклеопластика – в чём суть этих методик и с чем они помогают бороться?

– Давайте начнем с холодноплазменной нуклеопластики. Эта процедура проводится, когда у пациента обнаружена грыжа диска, но она небольшого размера, примерно 5-6 мм. Грыжа оказывает раздражающее воздействие на спинной мозг, на нерв. Вмешательство необходимо, но мы можем сделать его максимально щадящим. Через прокол в диск вводится холодноплазменный электрод и создается облако плазмы, которое уменьшает часть пульпозного ядра, создается полость и уменьшается внутридисковое давление. В результате грыжа уменьшается в размерах, как бы втягивается в полость диска. Это позволяет устранить негативное давление диска на нерв, на спинной мозг, ну и обойтись без такой тяжелой открытой операции. Нуклеопластика переносится достаточно легко, и пациент через несколько дней выписывается из клиники. Эта процедура – не панацея, она производится по определенным показаниям, в определенных случаях, ну и, как правило, потом еще требуется дополнительное лечение. То есть нельзя говорить, что вам сделали нуклеопластику и вы избавились от остеохондроза. Нет. Мы убираем отдельные проявления, которые требуют этого вмешательства.

Радиочастотная денервация или радиочастотная деструкция — это тоже пункционная процедура, позволяющая избавить пациента от боли. В ряде случаев в межпозвоноковых суставах развиваются паталогические изменения, и эти изменения вызывают выраженный болевой синдром. К области нерва, который иннервирует межпозвоноковые суставы подводится электрод, который



разрушает определенную веточку нерва, которая отвечает за иннервацию данного сустава. Эта процедура позволяет избавить пациента от стойких болей, которые иными способами не поддаются лечению.

– Что такое малоинвазивные методы хирургического вмешательства при лечении боли в спине?

– Все современные нейрохирургические операции относятся к малоинвазивным. Методы, которые мы используем, и пункционные методики, и открытые операции относятся к малоинвазивным и проводятся эндоскопически. Через небольшой надрез вводятся специальные расширители: тубусные системы, ретракторы, которые позволяют совершить эти вмешательства. Таким образом уменьшаются травмы мягких тканей, кожных покровов, меньше послеоперационный период, меньше обезболивания, и соответственно, восстановление происходит быстрее.



Тел.: 8-800-775-40-30
www.gm.clinic

Лицензия на осуществление медицинской деятельности
ЛО-42-01-005621 от 18 октября 2018 года

Здоровье

Федеральный центр нейрохирургии и нацпроект «Здоровье»

Здоровье

Национальный проект «Здоровье» – программа по повышению качества медицинской помощи, объявленная президентом Российской Федерации и стартовавшая 1 января 2006 года. Новосибирский Федеральный центр нейрохирургии построили именно в рамках этого проекта.

Целями национального проекта «Здоровье» стали: укрепление здоровья граждан, повышение доступности и качества медицинской помощи, развитие первичной медицинской помощи, возрождение профилактического направления в здравоохранении, обеспечение населения высокотехнологичной медицинской помощью.

В рамках нацпроекта предусмотрели строительство в России 14 федеральных центров высоких медицинских технологий в регионах, из них семь – по профилю «сердечно-сосудистая хирургия»: Федеральный центр сердечно-сосудистой хирургии в Астрахани, Калининграде, Красноярске, Пензе, Перми, Хабаровске и Челябинске. Ещё пять – по профилю «травматология, ортопедия и эндопротезирование»: Федеральный центр травматологии, ортопедии и эндопротезирования в Барнауле, Владивостоке, Краснодаре, Смоленске и Чебоксарах.

И, наконец, два центра по профилю «нейрохирургия» предусмотрели построить в Новосибирске (Федеральный центр нейрохирургии открыт в 2012 году) и Тюмени (открыт в 2011 году). В Москве в 2011 году возвели Федеральный научно-клинический центр детской гематологии, онкологии и иммунологии.

Федеральный центр нейрохирургии в Новосибирске рассчитан на оказание помощи жителям Сибирского и Дальневосточного федеральных округов и других регионов России. Строительство центра в Новосибирске началось в 2008 году и велось по новой для Новосибирска технологии – из медицинских модульных блоков с уже готовой внутренней отделкой и разводкой инженерных сетей. Открытие поликлинического отделения состоялось в сентябре 2012 года. Первую операцию специалисты центра провели 20 ноября 2012 года (сосудистое отделение).

РЕКЛАМА



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

В Центре наряду с 5 нейрохирургическими отделениями (спинальное, сосудистое, онкологическое, функциональной нейрохирургии и детское отделения) в полном объеме функционируют отделения анестезиологии-реанимации, поликлиническое, отделения лучевой и лабораторной диагностики. Нейрохирургические отделения Центра отличаются современным, высокотехнологичным и эргономичным оборудованием, призванным обеспечить пациентам наиболее комфортное пребывание в центре, способствующее скорейшему послеоперационному восстановлению и реабилитации.

Диагностические отделения Центра оснащены самым современным оборудованием. Отделение лабораторной диагностики располагает уникальным для Новосибирска комплектом автоматических анализаторов производства компании Siemens (Германия - США), способных максимально удовлетворить все потребности Центра в лабораторных исследованиях. В отделении лучевой диагностики используется следующее оборудование: аппараты УЗИ экспертного класса (Acuson, Siemens), аппарат магнитно-резонансной томографии напряженностью магнитного поля 1,5 Тесла, 64-срезовый спиральный компьютерный томограф (Somatom Emotion, Siemens).

В операционном блоке Центра постоянно функционирует 5 опе-



рационных, среди них одна ангиографическая, оснащенная мощным ангиографом последнего поколения фирмы Siemens, для выполнения минимально инвазивных внутрисосудистых вмешательств, для диагностики и лечения патологии сосудов головного мозга и других заболеваний центральной нервной системы. Все операционные оснащены системой телемедицины, состоящей из расположенных в каждом операционном зале видеокamer и динамиков, с возможностью подключения оборудования, оснащенного собственными камерами (микроскопы, эндоскопические стойки).

Это позволяет в режиме реального времени наблюдать за операциями, комментировать их ход, вести онлайн конференции как в пределах нейрохирургического центра, так и транслировать происходящее за его пределы. Операционный блок оснащен всем необходимым хирургическим и диагностическим оборудованием последнего поколения, современными многофункциональными операционными столами, потолочными анестезиологическими и хирургическими консолями. Во всех операционных имеются

современные нейрохирургические микроскопы с возможностью определения во время операции кровотока по сосудам и выявления участков опухолей, не видимых в обычном световом спектре.

Отделение анестезиологии и реанимации оснащено самым современным оборудованием: дыхательная (Evita) и наркозная аппаратура (Primus, Fabius) производства Draeger, Германия, мониторы для продолжительного наблюдения за параметрами жизненно важных систем организма производства Philips, Голландия, и General Electric, USA, системы для внутривенных инфузий Fresenius, Германия, удобные функциональные кровати Merivaaga, Финляндия.

В Центре оказывается высокотехнологическая медицинская помощь, доступная все гражданам Российской Федерации. Приоритетными направлениями являются малоинвазивные методы лечения. Благодаря методам малоинвазивной нейрохирургии вмешательство в ткани пациента сводится к минимуму. Что позволяет сократить срок послеоперационного пребывания в стационаре до 3-5 дней.

Лицензия ФС-54-01-002170 от 15 марта 2018

Здоровье

<
stratovich_ksenia
⋮

KSENIYA STRATOVICH,
косметолог

Здоровье / красота

- стаж с 2007г, Нск-Мск
- Владелица Галереи красоты с медицинской лицензией
- Основатель «Международной Академии эстетики и фитнеса»

Ксения Плотникова — владелица «Галереи красоты by *Kseniya Plotnikova*», основатель первого сибирского косметологического бренда by Ksenia Plotnikova. Стаж Ксении — с 2007 года, а запись к ней на процедуры красоты расписана на полгода вперёд на протяжении уже больше трёх лет! Ксения Плотникова — практикующий специалист и постоянный участник международных конгрессов, востребованный специалист не только в Новосибирске, но и в Москве. Владеет авторскими техниками и успешно их применяет. #косметолог #инъекционные процедуры #уходные процедуры #лазерная косметология #татуаж #услуги по уходу за рещницами и бровями #эпиляция

byplotnikova.ru
20,4 тыс. подписчиков 1 661 публикаций

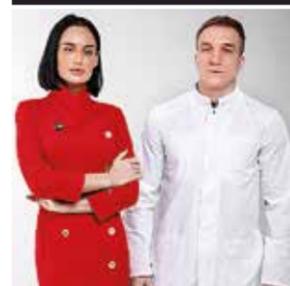
Подписан(-а) life_siberian

















РЕКЛАМА

Принесим изменение за использование в декабрьском номере Siberian Life фотографии Натальи Шик из коллекции журнала «Самый сок».



Топ-визажист Наталья Шик

Основатель студий макияжа Натальи Шик, создатель бренда косметики SHIK BEAUTY

Instagram: @shikstudio, @shikstudio_nsk, @shikstudio_nvz, @shikcosmetics

Студия макияжа Натальи Шик, г. Новосибирск, ул. Семьи Шамшиных, 26/1, тел: 8-913-397-98-89

Студия макияжа Натальи Шик, г. Новокузнецк, пр. Николая Ермакова, 11, тел: 8-913-336-06-58

РЕКЛАМА



Марина Моргацкая

Запись по тел.: (913) 798-1794, (913) 203-2000

Новосибирск, ул. Каменская, 56/1

Instagram: @art_studio_mm

VK: vk.com/marinamorgatskaya

- Профессиональный макияж
- Свадебный визаж
- Образы для фотосессий
- Обучение макияжу для себя
- Креативный грим
- NEW! Beauty Shopping

Марина Моргацкая – топ-визажист Новосибирска с опытом более 5 лет, основательница арт-пространства и фотостудии @studiomm.loft.

– Арт-студия – это интересное пространство, где объединяются творческие и духовные направления, которые я и сама больше всего люблю: фотография, визаж, поиск гармонии души и тела с помощью йоги, бодифлекса и других духовных практик!



Косметолог-эстетист Гулько Ирина Евгеньевна

Instagram: @irina_estetik

Тел. +7 (913) 000-41-51

Новосибирск, ул. Геодезическая, 23. Салон «Леди Анна»; ул. Челюскинцев, 44/1, салон красоты BlondBruService

В этой профессии я нашла себя более пяти лет назад, когда открыла в себе способность прислушиваться к внутреннему миру. Сейчас я практикую, развиваюсь в сфере красоты, постоянно прохожу курсы повышения квалификации и кайфую от того, что делаю. Мои довольные клиенты – тому подтверждение.

Готова делиться с вами полезной информацией, сохранять вашу молодость и красоту!



Мария Трусий, основатель студии «Стилисты Марии Трусий»

Instagram: @desocoru

Тел.: +7(913) 954-30-28

г. Новосибирск, ул. Максима Горького, д.39, оф. 402

Мария Трусий – визажист-стилист, мастер международного класса, золотой и серебряный призёр международного чемпионата G-Kot, призёр чемпионата Новосибирска и Сибири. В профессии более 11 лет, преподаватель и руководитель студии стилистов Марии Трусий, готовит высококвалифицированных визажистов, обучает думать в макияже.

«Для меня макияж – это каждый раз новая задача, которую нужно логически решить, не теряя индивидуальности клиента, этому же я обучаю своих студентов. Как сделать индивидуальный макияж с учётом особенностей клиента, а также как раскрыть потенциал мастера во всех сферах beauty-индустрии. Успех моих учеников моя цель!»

Топ косметологов Сибири

<
doctor_zinin
⋮

Пластический Хирург
Зинин В. Ю.

Здоровье / красота

- **НОВОСИБИРСК** (ул. Королёва, 32), СПб
- Пластический хирург
- Пластика груди, комки Биша
- ☺ Увеличение губ, нити, ботокс
- ☎ WA +7(923)2314929
- 📍 vk.com/dr.zinin

Стаж моей работы — 10 лет, я пластический хирург высшей категории. И с каждым годом я люблю свою специальность всё больше и больше! Моя работа открывает для меня горизонты с новыми возможностями, которыми с удовольствием пользуюсь. С каждой проведенной мною операцией все больше хочу добиваться отличных результатов! Это завораживает, как солнце и воздух.

[Taplink.cc/doctor_zinin](https://taplink.cc/doctor_zinin)

[Koroleva32, Novosibirsk, Russia](https://www.instagram.com/Koroleva32)

2 353 публикаций, 34,1 тыс. подписчиков Подписки: 227

Подписан(-а) life_siberian















РЕКЛАМА

<
olga_bisterfeld
⋮

Фейсфитнес, Тейпы, Молодость

Здоровье / красота

ОЛЬГА БИСТЕРФЕЛЬД, 35 лет

- ☑ Выглядеть моложе естественно, легко
- ❖ Основатель @miovita.official
- ⚡ Антиэйдж-тренер
- 📍 Курс «Лифтинг лица тейпом»

Я буквально очарована методом эстетического тейпирования и возможностями, которые он может предложить каждому. Прелесть методики ещё и в том, что необязательно обладать глубокими знаниями анатомии. Все, что нужно знать для уверенного и эффективного тейпирования, помещается в школьный уровень знаний о мышцах человека!

[Taplink.cc/olga_bisterfeld](https://taplink.cc/olga_bisterfeld)

672 публикаций 172 тыс. подписчиков

Подписан(-а) life_siberian















РЕКЛАМА

Тысячи спасённых сердце

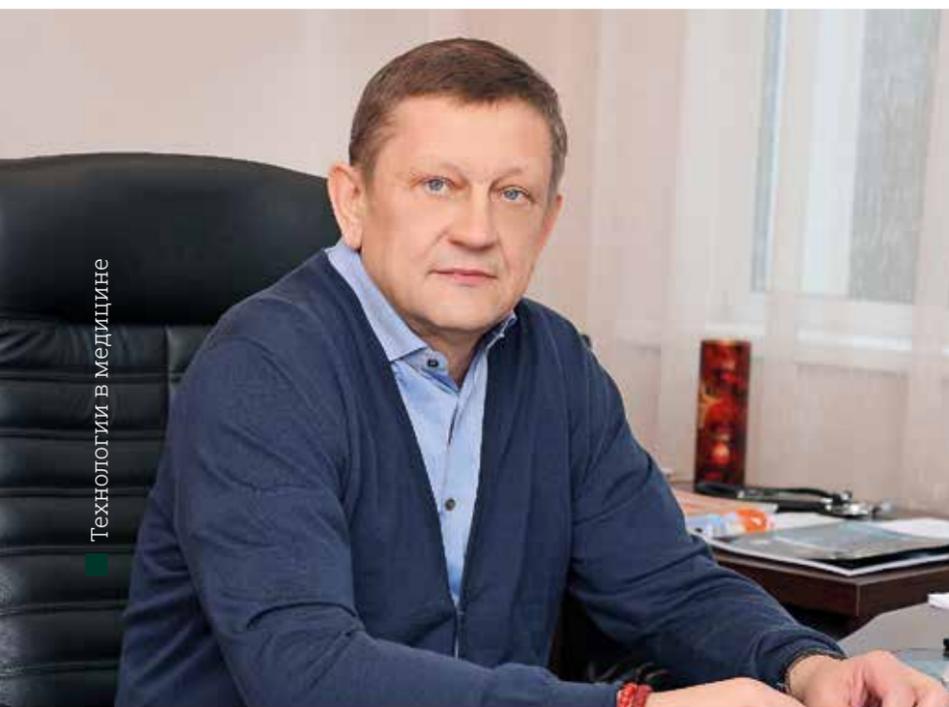


Фото: Сергей Завражных

Александр Караськов – известный кардиохирург, доктор медицинских наук, профессор, академик РАН и директор Национального медицинского исследовательского центра имени академика Е. Н. Мешалкина – рассказал журналу Siberian Life о пути кардиохирурга, операциях и о том, как продлить себе жизнь.

– Александр, чем вас заинтересовала кардиохирургия в первую очередь, когда вы выбрали специальность?

– Прежде всего, тем, что это молодая специальность. И, конечно, из-за того, что сердце – это то, без чего человек не сможет не то, что любить, но и жить. Сердце – это орган, который таит в себе множество загадок, что для врача всегда было и будет интересно.

– Помните свою первую операцию на сердце?

– Путь хирурга начинается с того, что сначала ты работаешь помощником, сначала вторым, потом первым – учишься не один год до «первой операции», а переход от ассистирующего хирурга до оперирующего малозаметен. Первая операция проводится всегда под пристальным присмотром опытного хирурга, и в любой момент он может перевести тебя на ассистирующего, а сам стать оперирующим и продолжить этап операции. Не бывает такого, что ты не подходил к сердцу, а потом тебе сказали: «Иди оперируй». До своей первой я принял участие, наверное, в тысяче операций.

– Какие операции наиболее часто проводите?

– Сейчас я крайне редко оперирую детей, чаще – приобретённые или врождённые пороки у взрослых. Больше всего мне нравятся пластические операции, на аортальном клапане и другие, хирургия дуги аорты, довольно много оперирую при патологии корня аорты, выполнять процедуру Росса... Достаточно много интересных и уникальных операций.

Интересны и научные работы, которые проходят у нас в центре, в частности, по созданию механического сердца, новейших протезов в рамках клеточных технологий, получение тех или иных препаратов, блокирующих боль. Возможно, через несколько лет я отойду от открытой кардиохирургии и углублюсь в сферу создания новых технологий.

– Вы уже много лет работаете кардиохирургом в Новосибирске, было ли желание переехать в столицу? За границу?

– Если говорить о Новосибирске, то я однолюб. Предложения были, достаточно амбициозные для хирурга. В Китае, например, мне уже чуть ли не паспорт готовы были выдать, лишь бы «переманить меня». Но я остался верен городу, а в этом центре работаю без малого 40 лет.

Не буду скрывать, за границей и условия комфортнее, и обеспечение операций выше, и технологическая загруженность операционной – тоже выше. Но труд кардиохирурга был и будет много часовым, нагрузки у нас одинаково колоссальные, и глобальная разница здесь только в оплате труда: в России кардиохирург получает в 20-30 раз меньше, чем в тех же США. Ценность человека не измеряется деньгами, но это накладывает определённый негативный отпечаток на работу.

– К чему, к каким стандартам вы стремитесь в вашем центре? Есть ли на кого равняться или вы сами – пример другим клиникам?

– Отличных примеров много, тот же самый крупный в мире кардиоцентр в Хьюстоне, мы понимаем, что в подобные центры вкладывают бюджеты, сопоставимые с бюджетом небольших стран. Достичь их уровня нам сложно, хотя бы ещё и потому, что там работает не одна сотня тысяч сотрудников. Но мы развиваемся, за последние 20 лет мы выросли с центра, который не выполнял и 1000 операций в год, до одного из лидеров. С помощью государственной поддержки нам удалось построить новые корпуса, модернизировать операционные, увеличить мощность центра – практически в 20 раз.

С 2010 мы запустили и онкокардиологию, и нейрохирургию, что позволило проводить сложнейшие операции по многим направлениям, в том числе у детей начиная с первых дней жизни. По отдельным направлениям мы, действительно, лидеры по России. Мы стремились к развитию, к совершенствованию технологий, некоторые из которых создаём сами, чтобы центр был прежде всего интересен для пациентов, для коллег и учёных.

– Расскажите о вашем новом аппарате – роботе DaVinci. Что даёт центру робот, какие возможности?

– Робототехника позволяет оперировать на сердце и сосудах, в том числе и у детей, применяется и при онкологии. То есть мы можем проводить симультанные операции пациентам с несколькими видами патологий, что раньше было невозможно. Такое оперативное вмешательство имеет повышенный уровень сложности и требует безоговорочного мастерства и точности исполнения.

Операции на сердце и крупных магистральных сосудах мы делаем единственные в стране. К сожалению – потому что количество проводимых операций за рубежом возрастает с каждым годом. Нет никаких сомнений в том, что робототехника придёт на смену многим открытым операциям, она минимизирует доступ, травмы при таких сложных операциях.

– Приезжают ли к вам на операции из других регионов и стран?

– Да, из других регионов – регулярно, до 35-40% пациентов в год именно из регионов, а примерно 8% – из других стран. Возможность у центра принимать их есть, к тому же, ряд наших технологий превосходит даже западные, например, в лечении хронической ишемии и других заболеваний. Ещё один

момент, который привлекает иностранных пациентов – то, что многие операции у нас стоят дешевле в десятки раз, чем в Германии или Италии, например. Думаю, до 15% «медицинских туристов» мы сможем принимать, мощности центра хватят.

– Расскажите, что нужно делать взрослым людям, чтобы однажды не столкнуться с клиническим проявлением аномалий, патологий?

– Плановый осмотр хотя бы раз в год на уровне поликлиники. Это банальные ЭКГ, приём у кардиолога, УЗИ при необходимости, тестирование биохимических показателей... Если у человека нет серьёзных геномных повреждений, то есть 99,8% достаточно просто проходить плановые осмотры. И пользоваться советами кардиолога!

Профилактика заболеваний сердца и сосудов тоже до невозможности простая: нужно вести здоровый образ жизни. Сокращать потребление алкоголя, исключить табак, заниматься собой, спортом, не отращивать живот. Сохраняйте свою форму, следите за весом в любом возрасте, и в 20 лет, и в 70. Ни один врач не заложит в вас формулу счастья и здоровья, ведь здоровье зависит только от самого человека.

– На сколько лет можно продлить жизнь человеку с заболеванием сердечно-сосудистой системы, вовремя обратившимся за помощью к врачу?

– Самое главное слово здесь – «вовремя». Если пациент решает записаться к кардиологу после трёх инфарктов с поражёнными клапанами сердца, то понятно, что шансы у него минимальные. Если же он приходит с болями на фоне ишемии, соблюдает рекомендации кардиолога, то продлить жизнь можно хоть на сто лет.

Мужской и женский взгляд на биохакинг: Миф или секрет долголетия?

Биохакинг или «взлом тела» (от англ. «hacking» – взлом) – оздоровительная практика, направленная на продление жизни и улучшение ее качества. Формально это антивозрастная медицина (антиэйдж), но термин «биохакинг» многим пришёлся по душе. Разбираемся со специалистами, что это такое и почему биохакинг так популярен.



Врач уролог-андролог сети клиник «Здравица» Алексей Чепурин

Мужской взгляд на биохакинг

Врач уролог-андролог сети клиник «Здравица» Алексей Чепурин рассказал, что скрывается за популярным термином.

– Что такое биохакинг? Есть ли у этого направления научное обоснование?

– Нет, биохакинг – это не научно. Есть антивозрастная медицина, цель которой – увеличить продолжительность жизни, предупредить возраст-ассоциированные заболевания. Люди могут и должны стареть комфортно. Выявление и коррекция всех антивозрастных изменений – вот что такое антивозрастная медицина.

– Почему многие разделяют антиэйджинг и биохакинг на два отдельных направления?

– Скорее всего, это маркетинговый ход. Если взять современное общество, то мы увидим несколько основных проблем здоровья: лишний вес, гипертоническая болезнь, тревожное состояние. Вот они, эти три вещи, друг друга усиливают. По сути, антиэйдж-медицина отличается от классической тем, что обращает пристальное внимание на гормональные или эндокринные сдвиги. В каждом новом поколении у девочек меньше женских половых гормонов, у мужчин – больше, идет своеобразное замещение. Естественно, с возрастом

гормональный фон тоже меняется, а все урологические проблемы приобретают другую окраску. Если рассматривать их с учетом коррекции половых гормонов, то тогда подходы к диагностике и лечению меняются. И это уже антиэйджинг.

– В чем отличие врача антиэйдж от врача классической медицины?

– Врач антиэйдж-медицины идет от пациента, от человека. Мы лечим не анализы, а смотрим в комплексе, в чем проблема. Это идеальное сочетание методов прогрессивной лабораторной и функциональной диагностики. Как будто на научной основе мы возвращаемся на 100 лет назад, когда клиницисты по поведению пациента ставили диагноз. Это хорошо. Мы научились внимательно смотреть и замечать. А иначе врач будет лечить не ту болезнь, которая есть, а ту, которую он хорошо знает.

– Кто пациент антивозрастной медицины? Возраст? Уровень дохода? Правда ли, что это медицина для богатых?

– Я ко всем подхожу одинаково. Антиэйджинг – это отнюдь не для богатых. Дороже быть больным. Это персонализированная медицина с учетом конкретного возраста. И здесь не нужно делать градацию: с 18 лет – это биохакинг, а с 45 – антиэйджинг. Потому что и в 30 лет пациент может иметь безобразный гормональный фон, а в 60 – идеальный.

Женский взгляд на биохакинг

Врач акушер-гинеколог сети клиник «Здравица» Елена Александрова поделилась своим мнением относительно биохакинга.

– На самом деле, если мы рассматриваем медицину как науку, то биохакинга нет. Нет у него научного обоснования. Этот термин к медицине не имеет никакого отношения, также как дисбактериоз. То, о чем мы говорим, – это персонализированная превентивная интегративная медицина. Медицина для здоровья, для тех, кто хочет быть здоровым. Человек в возрасте 18-45 лет должен выглядеть так, как будто ему 18. Если у человека со здоровьем все хорошо, нормальный гормональный фон, то внешне он не изменится до 45 лет. Но если женщина сделала себе ресницы, нарисовала брови, ходит в тренажерный зал, а у нее проблемы с тестостероном, она никогда не накачает трицепс, не сбросит вес, у нее не будет упругости тканей.

– Что можно и что нельзя решить с помощью антиэйджинга?

– К сожалению, мы не можем повернуть вспять те заболевания, которые уже есть. Нужно понимать, что в основе антиэйджинга лежит диагностика. Лабораторная, функциональная, когнитивная и прочие. И это не рутинное обследование, которое можно пройти в поликлинике. Я каждый раз удивляюсь: вот



Врач акушер-гинеколог сети клиник «Здравица» Елена Александрова

приходит ко мне три женщины, у всех эндометриоз. Одинаковый диагноз, но у одной пусковой крючок болезни – это щитовидная железа, у другой – кишечник, у третьей – вес, инсулинорезистентность. Поэтому основной принцип антивозрастной медицины – как можно больше времени уделить человеку, назначить именно те анализы, которые нужны конкретно этому человеку в этот период времени.

– Ваше отношение к ЗОЖ? Что общего у ЗОЖ и антиэйджинга?

– Я занимаюсь здоровьем, основываясь на биохимии, патофизиологии, эндокринологии, неврологии, иммунологии. А ЗОЖ – это нечто, основанное на каких-то трендах. Когда ЗОЖ или тот же биохакинг имеют медицинское основание, тогда мы уже говорим о превентивной интегративной персонализированной медицине, а не модном тренде.

– Какие методы диагностики используются сегодня в антиэйдж-медицине?

– Московские клиники предлагают

новейшие методики и средства: тестирование маркеров оксидативного стресса, измерение теломер, тестирование мозговых нейротрансмиттеров и так далее. Мы пользуемся smart-диагностикой, используем тестирование на пищевую непереносимость. Анализ позволяет установить, как иммунная система конкретного человека реагирует на различные продукты питания. На основании результата анализа формируется индивидуальная элиминационная диета, исключающая определенные продукты питания. Сейчас еще смотрим микробиоту. Но в любом случае во всей этой системе мы упираемся в образ жизни конкретного человека, пациента. Если он сам не изменит свой образ жизни, никакие анализы, никакая поддерживающая терапия не станут панацеей.

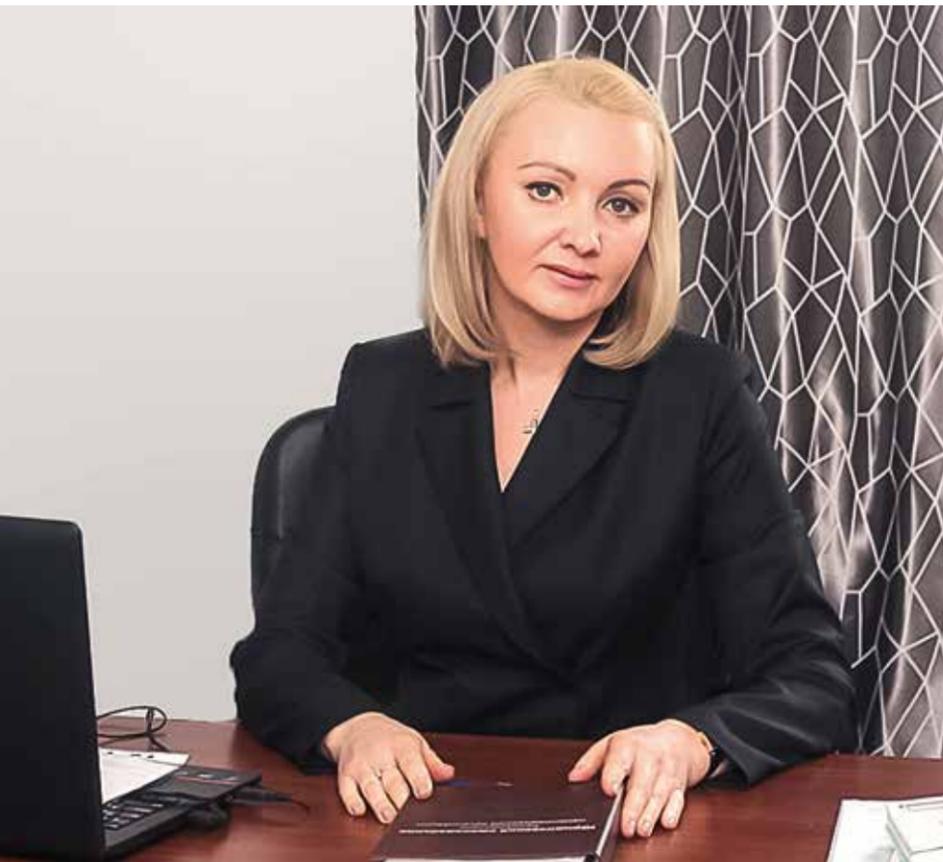
– Что нового в антиэйдж-медицине на сегодняшний день?

– В гинекологии очень модна пластика тазового дна. Но если ее сделать как обычную косметическую процедуру, на качество жизни это почти не повлияет. Хотя объективно сексуальную жизнь изменит в лучшую сторону. Это опять симптоматическая терапия. Но при определенных состояниях и в определенном возрасте это, действительно, стоит сделать. Тут важно помнить и знать, что сам факт изменения функции тазовых органов зависит от уровня инсулина, от уровня стресса, от гормонального фона, потому что коллаген у нас образуется при достаточном количестве эстрогена. Нет эстрогена – нет коллагена. Организм – это совершеннейшая система. Если организму всего достаточно, он может сам все восстановить. Главное, дать ему верное направление, подкачать цель. В чем, собственно, и заключается суть антиэйджинга.

Лицензия ЛО-54-01-005175 от 02 ноября 2018

Здравица
ЦЕНТРЫ СЕМЕЙНОЙ МЕДИЦИНЫ

Светлана Овдиенко: «Все что мы зарабатываем, мы используем для развития и улучшения качества жизни пожилых людей»



Рынок услуг для пожилых людей в России только зарождается. Об особенностях и преимуществах АНО ПАНСИОНАТ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ «НИКА» и о том, чем современный дом для пожилых отличается от пугающих многих традиционного «дома престарелых», рассказывает Светлана Овдиенко, основатель ПАНСИОНАТА ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ «НИКА».

– Светлана, почему вы, молодая женщина, решили заняться именно таким необычным бизнесом?

– Именно потому что молодая. Если бы мой возраст приближался к пенсионному, особенно в свете последней пенсионной реформы, то я просто не успела бы реализовать все намеченные цели. Сейчас у меня есть своего рода карт-бланш по времени и четкое понимание того, чем заниматься в ближайшее время. По статистике, в России более 40% населения составляют пожилые люди. Раньше, когда наше государство было социальным, задача заботы о них решалась через систему здравоохранения и социальной защиты. Сегодня государство предлагает заняться этим вопросом бизнесу. Поэтому и появились новый рынок услуг и такое понятие, как социальный предприниматель.

– Расскажите о своем пансионате?

– Мы работаем четвертый год, а с ноября 2018 года состоим в реестре поставщиков социальных услуг. Пансионат расположен в отдельно стоящем двухэтажном здании, которое оснащено станцией «Стрелец-Мониторинг», сигнал оповещения о пожаре выведен на центральный пульт МЧС Кемеровской области, круглосуточным видеонаблюдением, средствами тревожной

РЕКЛАМА

сигнализации и группы быстрого реагирования. Внутри помещения на стенах установлены поручни для удобного передвижения. Для пожилых людей, не имеющих возможности самостоятельно передвигаться, имеются средства реабилитации – ходунки, инвалидные кресла, индивидуальные кресла-туалеты. Уход за пожилыми людьми осуществляется квалифицированным персоналом круглосуточно.

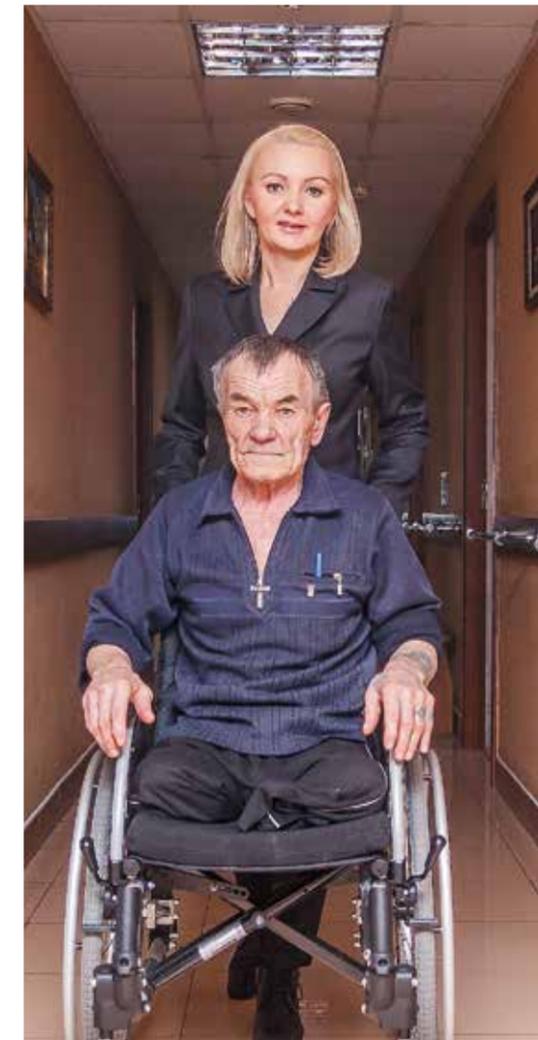
– Оказываете ли вы медицинские услуги, ведь в преклонном возрасте необходима поддержка и контроль здоровья?

– Наш пансионат является организацией, предоставляющей социальные услуги по уходу, питанию и проживанию. Но, конечно, не обходится и без медицинской помощи. На договорной основе с нами сотрудничают частные клиники, которые оказывают нам помощь. Ежедневно два раза в день измеряют АД, выдаются лекарственные препараты, а также еженедельно врач-терапевт консультирует родственников и пожилых людей, проживающих в нашем пансионате.

– Но ведь хорошего ухода и комфортных условий недостаточно для качественного проживания. Как вы организовали досуг? Расскажите о питании в вашем пансионате.

– Для организации досуга пожилых людей и поддержания их жизненного тонуса ежедневно проводятся занятия по различным направлениям (прикладное творчество, настольные игры, методические занятия по развитию памяти), а также с участием волонтеров мы организуем праздники и досуговые мероприятия. А для комфортного отдыха мы организовали мягкие зоны для общения и просмотра телевизора. Ну и обязательно вкусное и специально составленное меню для пожилых людей, которое обязательно включает в себя овощи, молочные продукты, каждый день у нас вкусная домашняя выпечка, все это радует наших постояльцев.

За время работы мы заработали только положительные отзывы и рекомендации. Мы стремимся к тому, чтобы наш профессионализм и качество предоставляемых услуг удовлетворяли все потребности пожилых людей, находящихся в нашем пансионате.



Более подробную информацию можно узнать на официальном сайте пансионата:
www.pansionatkem.ru

По телефонам: +7 (3842) 59–28–28,
+7 (923) 492–99–66,
+7 (950) 271–81–85.
Или приехав к нам лично:
г. Кемерово,
ул. Профсоюзная, д. 346.

Photo: Аврамова Анастасия @Avraamovafoto
 Makeup: Герасимова Олеся @olesia_gera
 Hair: Богомякова Анастасия @hairstyles_by_bogomyakova

Елена Рыженкова – успешный бизнесмен, директор аудиторской компании «Бизнес Стратегия». О том, как вести бизнес, направлениях работы компании, стартапах Новокузнецка – в интервью Siberian Life.

Елена Рыженкова:

«Мы не демпингуем, мы делаем ставку на качество»

Текст: Алла Мождженская

Наши эксперты

– Елена, как вы начали заниматься финансовым консалтингом и аудитом?

– В эту сферу я пришла не случайно. У меня специализированное образование – «Финансы и кредит» Сибирской Академии государственной службы (СибАГС, сейчас это СИУ РАНХиГС). Финансами я занимаюсь очень давно, порядка восьми лет. Предыдущий мой опыт – финансовый директор в крупной производственной компании. Затем я ушла в свой бизнес, и сегодня возглавляю предприятие «Бизнес Стратегия», которое занимается аудитом, финансовым консалтингом, инвестиционными проектами, бухгалтерским аутсорсингом.

– На чём специализируется «Бизнес Стратегия»?

– Одно из важнейших направлений деятельности нашей фирмы – аудит. Если раньше аудиторская деятельность была более формальна, и

проверка бухгалтерской деятельности использовалась для отчета в государственные органы статистики, то сейчас это направление учреждений и бухгалтера используют как анализ, который полезен и для них самих. Мы проводим полный анализ финансово-хозяйственной деятельности, используя современное программное обеспечение. После анализа проводим встречу с директором и не просто отдаем заключение, а говорим, какие у предприятия существуют риски, какие недочеты ему нужно исправить. Бывает так, что после аудита бухгалтер не всегда может справиться с решением выявленных проблем (не хватает квалификации, времени или сотрудников), поэтому мы оказываем услугу по исправлению этих ошибок.

В рамках финансового консалтинга мы занимаемся инвестиционными проектами, кредитованием, анализом финансовой деятельности

предприятий. Выбираем оптимальные государственные программы для субсидирования и прочее. Зачастую многие предприятия не могут найти подходящего финансового директора, поэтому прибегают к нашей помощи. Мы же смотрим все возможные риски, делаем анализ и финансовый мониторинг деятельности компании, говорим о ее рентабельности, перспективах работы на рынке. Специалистов подбираем в Новокузнецке и в Москве – в столице рынок намного шире, поэтому у них больше опыта, и качество услуг получается намного выше.

У нас обширный спектр услуг, мы его постоянно увеличиваем с приходом новых клиентов и постановкой ими новых задач.

– В деятельность вашей компании входят также аутсорс и аутстафф. В чем преимущество такого подхода для предприятий и ИП?

– Аутсорс больше подходит для малого бизнеса. Если это средний бизнес, то аутсорс должен идти совместно с аутстаффингом. Для малого бизнеса самое главное – это выгода и квалифицированная помощь. Главный бухгалтер, который несет ответственность и имеет хорошую компетенцию, на рынке стоит очень дорого. Не каждый малый бизнес может позволить себе иметь в штате такого кадрового сотрудника, поэтому руководители предприятий обращаются к фирмам, оказывающим такие услуги. Как правило, работа компаний сводится к тому, чтобы сдать отчетность. Мы же делаем акцент на качестве услуг по всем направлениям, ведем индивидуального предпринимателя, либо компанию, от самого начала и до конца. Постоянно консультируем, показываем, как правильно делать какие-то вещи в рамках финансовой и экономической деятельности. Поэтому уход клиентов от нас – большая редкость. Мы очень гибко относимся к ценовой политике бухгалтерских услуг, и если у бизнеса временные трудности, мы можем пойти на уступки – главное, чтобы компания развивалась.

– Какими принципами в работе вы руководствуетесь?

– В работе мы делаем ставку на качество услуги. Не демпингуем рынок, не пытаемся завоевать его низкой стоимостью и средним качеством. Договоры по всем видам услуг мы составляем так, что именно мы несем финансовую ответственность за свою работу. Для того, чтобы у нас сложились изначально доверительные отношения с компаниями, которые впервые к нам приходят, мы предлагаем заключить соглашение о неразглашении на условиях заказчика. По согласованию с нами заказчик может прописать в этом документе любую информацию, которая в его понимании обезопасит информационные потоки его фирмы.

По моей субъективной оценке,

наша компания выходит за рамки стандартов рынка, потому что мы делаем акцент на партнерских взаимоотношениях. Я стараюсь общаться со всеми клиентами лично, чтобы оперативно узнавать, что им нравится, что нет, помочь решить некоторые вопросы напрямую.

– Вы разрабатываете проекты для стартапов. Какие из уже сделанных проектов оказались наиболее успешными?

– Недавно мы прорабатывали направление «каршеринг» для Новокузнецка, сейчас оно уже нашло инвестора. Я не считаю, что каршеринг выстрелит сразу на 100%, но перспективы развития у него очень большие. Требуется не так много инвестиций, около 20 миллионов, срок окупаемости – не больше года. При этом есть определенные стоп-факторы, например, страховые компании, которые в наших регионах не совсем понимают, как с этим работать. Еще один стартап – производство спортивного инвентаря. В Сибири таких компаний очень немного. Также это направление подходит под ТОСЭР, куда сейчас отнесен и Новокузнецк, и для его реализации уже найден инвестор. Сложность стартапа в том, что люди загора-



ются какой-то идеей, но на первых «камнях» они все задумки убирают в дальний шкаф. Идея может быть очень интересной, у нее может быть самокупаемость, но ее реализация во многом зависит от того, насколько менеджер вдохновится проектом.

– Вы как-то влияете на бизнес-среду Новокузнецка?

– С вступлением Новокузнецка в ТОСЭР мы занимались написанием большинства проектов для вступления резидентов. Все проекты успешно защищены и сданы. Среди них – мусороперерабатывающая промышленность, производство стеклопакетов, машиностроение, инновационный проект по производству кирпича, и другие. С их собственниками сотрудничаем и сейчас. А в планах нашей компании – выход на рынок всей Сибири.

– Елена, вы – молодая красивая девушка, которая держит на своих плечах серьёзную компанию. Как вы отдыхаете от работы, о чём мечтаете?

– Я очень люблю медитацию и йогу – это даёт мне возможность расслабиться, отдохнуть, сбросить нагрузку после сложного дня. В ближайшее время хочу посетить Индию, побывать в древних храмах и посвятить себя медитации. Но самая большая моя любовь в жизни – это музыка, особенно классическая – Рахманинов, Шопен, Моцарт. Недавно я решила исполнить давнюю мечту и научиться играть на фортепиано, исполнить Людовико Эйнауди – очень красивую музыку. Я реализовала свой потенциал в бизнесе, но самореализация для меня как женщины – это создание крепкой дружной семьи. Пока я ещё не встретила своего человека, мечтаю о взаимной любви на всю жизнь!

«Бизнес Стратегия»

Г. Новокузнецк, ул. Орджоникидзе, 24, 101
 офис (2 этаж)
 Тел. +7 (913) 405-66-60

Наши эксперты

«Врач должен мыслить системно, а не локально»



■ Наши эксперты

Порой и в медицине случается так, что после обследования, поставленного диагноза и лечения боль никуда не уходит... Почему так случается и как с этим бороться, рассказал Михаил Шперлинг, врач-невролог клиники семейной медицины «Аврора».

– Это одни из самых часто встречающихся вопросов. Кто должен лечить боли в животе, если гастроэнтерологи ничего не находят, хирурги говорят, что нет хирургической патологии, а психологи утверждают, что это психосоматика и рассказывают про детские травмы, но живот болит всё сильнее?

Кто должен лечить боли в области малого таза и промежности, нижней части живота у женщины, если гинекологи ничего страшного не находят, а все УЗИ, мазки и прочий гормональный фон – хорошие. Психотерапевт уже год объясняет, что это – фрустрационная гениталгия, связанная с неудовлетворённостью интимными отношениями. Женщина уже и эту проблему решила, а боли остаются. Куда ей обращаться?

Третий вопрос – о боли в горле, к какому врачу идти, если ЛОР-врач не видит причин, а проблема остаётся?

Или, например, больного прооперировали по поводу грыжи межпозвонкового диска, грыжи нет, а боль осталась. Усталые хирурги, которые оперировали больного 6 часов, вытерли пот со лба и сказали, что они сделали всё, что могли, и, по их мнению, точно болеть ничего не должно. Кому лечить больного?

Таких вопросов можно задать много. И на все я могу ответить сразу:

больных с длительным и сложным болевым синдромом должен лечить специалист по лечению хронической боли. Этот специалист работает на стыке разных клинических специальностей и неврологии. Это сложная клиническая специальность, которая требует от врача не только знаний во многих областях, но и умение мыслить системно, а не локально.

Такой подход формируется годами клинической практики, изучением различных разделов медицины и требует особого навыка работы с людьми, которым сильно плохо и больно, причем уже длительное время.

Я занимаюсь этими вопросами много лет. Как я лечу таких больных? Есть стандартные подходы, но решения почти все индивидуальные. Есть подходы доказательной медицины и есть подходы, связанные с личными находками врача и его навыками. Скажу также, что лечить боль без общения с коллегами нельзя. Постоянное, реальное, живое общение с врачами диагностических и клинических специальностей по ситуации с конкретным больным решает проблему, которую одному не решить.

Поэтому я всегда открыт к общению с пациентами и коллегами, и системный подход позволяет решить проблемы боли успешно!

Телепроект на РБК–ТВ Новосибирск

ИНДУСТРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

- О правильном питании и фитнесе
- О косметологии и пластической хирургии
- Об офтальмологии, стоматологии и медицинском туризме
- Говорим на больные темы проверяем методики на себе

12:30
суббота

ТЕЛЕКАНАЛ
РБК
НОВОСИБИРСК

Юлия Сапина,
генеральный продюсер
РБК–ТВ Новосибирск
ведущая программы
«Индустрия здоровья»

16+

Владимир Женов:

«Мне кажется, я нужен бизнесу»

Текст: Юлия Ляпунова
Фото: из архива персоны



Владимир Женов – председатель Совета Новосибирской городской торгово-промышленной палаты с момента её образования в 2001 г. С 2014 г. является также президентом Новосибирского банковского клуба.

– Владимир, расскажите, с чего началась ваша карьера в предпринимательстве и позже в банковском деле?

– Я не люблю слово «предпринимательство», для меня есть понятие «бизнес». И я не люблю слово «карьера» – никогда о ней не думал. В банк я попал совершенно случайно: дело не в том, что это были «лихие 90-е», хаос и смута царили над Россией, в умах и сознаниях. Это было прекрасное время, чтобы каждый смог либо обрести себя, понять, чего он стоит, либо уйти за борт суровых жизненных реалий. Тогда я работал директором МАРП – первой региональной общественной организации руководителей предприятий. Мне было комфортно, работой был доволен, потому что она каждый день открывала для меня что-то новое. Я пользовался определенным авторитетом, некой общественной властью и полномочиями, занимался всеми видами бизнеса,

был сопредседателем Российского биржевого союза. Продавал и покупал, как все. Был и организатором, создателем, учредителем одного из первых в Новосибирске кооперативов по внедрению консультационных услуг – перепробовал очень много, как большинство моих коллег и друзей.

Когда Индинок и Толоконский предложили возглавить банк, я долгое время отказывался. Мне объясняли, что это банк городской, «местечковый». Я попросил 10 дней на раздумья. Помог принять решение мне сын, он сказал: «Пап, ты любишь все необычное, новое, интересное. Давай, иди, а мы тебя поддержим». Когда меня спросили, понимаю ли я что-нибудь в банках, я ответил, что ничего не понимаю, но возьму учебник по банковскому делу и выучу, ведь я настоящий кандидат экономических наук (смеется). «Муниципальный Банк» был создан с абсолютного нуля. Я руководил им около 20 лет. Сейчас ему уже 20 лет, он работает, функционирует, выполняет основные уставные функции и задачи, как часть «Открытия».

– Откуда вы родом, из какой семьи? Благодаря чему у вас такая масштабность?

– Человек – не то, что он о себе думает, а то, что думают о нем окружающие. Вы говорите – «масштабность», и мне смешно: я из обычной советской семьи, типичный срез жизни всего Советского Союза. Я горжусь своими родителями, горжусь тем, что они во мне заложили. Папа – фронтовик, только, когда он умер, я узнал о многих его подвигах, за что его наградили боевыми орденами, какой боевой путь прошел. После войны папа работал на разных предприятиях, трудился и наборщиком в типографии – очень тяжелая работа. Мама – обычный служащий. В 1939 году пришла в контору Госбанка, в 1979 ушла оттуда на пенсию, всего 2 записи в трудовой. Жили мы очень бедно, на краю Лескова лога, сейчас там Шевченковский жилмассив. Там



была центральная городская свалка, так что я вырос буквально на краю свалки.

– Сейчас вы много делаете для бизнеса, а что именно?

– Смотря в какой должности – у меня их много. Как председатель палаты – мы содействуем бизнесу. Как президент банковского клуба – мы формируем корпоративную общность, мы помогаем финансистам в решении насущных и стратегических задач. Посидите со мной день и закончите курсы МВА (смеется). Приходится решать множество вопросов для финансовой сферы: организационные, хозяйственные, деловые и социальные.

– Какими своими профессиональными качествами вы гордитесь?

– Своими – никакими. У меня заниженная самооценка, я совершенно серьезно об этом говорю. Синдром заниженной самооценки – это признак вашего прогресса, боязнь,

что вы не заслужили своего успеха, и переход упертости в интуицию. Откуда мне знать, чем я должен гордиться: человек – это не то, что он о себе думает, а то, что думают о нем окружающие. Спросите у моей помощницы, это будет гораздо уместней ответ, чем мой. Может быть, с позиции возраста могу сказать, что фактически на каждой должности у меня был и есть какой-то драйв. Я – профессионал. Чтобы добиться этого, чтобы отвечать за эти слова, надо долго поработать в бизнесе.

– Вы планируете заниматься чем-то ещё, двигаться куда-то дальше?

– А куда дальше? Профессионал должен расти по горизонтали, вертикаль сама наверх вытолкнет (смеется). Поэтому слово «карьера» вообще неуместно. Я самодостаточный человек, у меня наступила пора отдавать то, что я от общества получил. Это я считаю своим глубоким внутренним долгом – отдавать людям, отдавать своим учителям, отдавать коллегам и партнерам. И

идти дальше, края света не бывает. Возможно, будут какие-то новые задачи – жизнь покажет.

– А что такое «общество»?

– Для начала нужно задать вопрос – а есть ли оно, это общество? Отвечу двумя известными высказываниями: «Легко любить все человечество (общество, то есть) – соседа полюбить сумей». И второе: «Все общество не стоит слез одного ребенка». Я не понимаю, что такое общество у нас, в России. Это социум, народ? Это государство, Путин? Что такое общество?

– Действительно, неоднозначный термин... Вернёмся к вашей деятельности: Владимир, что вас держит здесь, в должности?

– Чувство внутреннего долга, сознания. Я остро чувствую, что нужен бизнесу. Не моя должность, а лично я. Бизнесу непросто – инфляция, налоги увеличиваются... Это вечная война брони и снаряда. Любому начинающему бизнесмену я посоветую одно – миллион раз подумай, прежде чем начинать. Вы скажете, что попытка не пытка, но это далеко не так. Вот ты начал, с каждым днем у тебя появляется все больше и больше обязательств – перед сотрудниками, перед контрагентами, перед налоговой, перед государством, перед партнерами и так далее. Ты втягиваешься. И как в поговорке: вход – рубль, а выход – неизвестен. Плюс колоссальная психологическая усталость, стрессоустойчивость. Это и есть русский бизнес. Возможно, я не назову его бессмысленным и беспощадным, но бизнес живет не благодаря, а вопреки. Да, тяжела налоговая нагрузка, тяжелы постоянного рода администрирование, контроль и проверки. Я неплохо знаком с опытом европейских стран и юго-восточной Азии, могу сказать, что условия везде примерно одинаковые. Россия за последние годы продвинулась очень далеко по условиям ведения бизнеса с точки

зрения цивилизованности и прогрессивности. Сейчас, например, вводится проектное либо традиционное финансирование застройщиков. И хоть это тяжелая и сложная задача, мы все равно будем идти к цивилизованному и разумному финансированию строительства. И так в каждой сфере, в каждом направлении. Своих проблем очень много, их хватает.

Но в Новосибирске создаются достаточно лояльные условия для бизнеса – это задача Палаты, мы над этим и работаем. Нужно только определиться – хочешь ты быть бизнесменом или нет. Начинающие бизнесмены постоянно забывают, что есть четкая мировая статистика – лишь 5% людей по своим личностным свойствам и физическим качествам, характеру могут быть предпринимателями. Сейчас же статистика показывает, что из выпускников вузов около 45% хотят быть предпринимателями, понятия не имея о простейших основах экономики, финансов, технологий, стартапов и так далее. Вот это главная социальная проблема и проблема финансовой грамотности с большой буквы. Вот это самая сложная задача, этим занимается палата, этим занимается Клуб.

– Вы помогаете взрастить финансовую грамотность?

– Наша задача – сформировать такую среду. Вообще, весь мир живет по клубному принципу, в отличие от России. В США около 220 000 различных объединений, общественных клубов, ассоциаций. В Швеции на 10 миллионов населения существует около 30 000 различных клубов. Человек – животное общественное. У нас мало кто это понимает, тем не менее, люди так или иначе объединяются, приходит понимание. Ещё одна наша задача – формировать такие объединения. Микрофинансовые организации, страховщики уже имеют у нас свои секции. Всё это и проявляет нашу стадную, сословную, в хорошем смысле слова, общность.

– То есть из всех тех 45% процентов, желающих стать бизнесменами, вы формируете адекватные 5%?

– Это жизнь сама формирует. Из всех 100% выпускников 45% хотят стать предпринимателями, но только 5% могут быть предпринимателями по своим качествам.

– Владимир, а чем вы увлекаетесь в свободное от помощи бизнесу время?

– Жизнью. Для меня жизнь – это забота о близких. Это желание увидеть горизонт. Частю ночью, на заходе дня Горизонт уходит от меня. Я бегу, желанием томим. Горизонт уходит, я за ним.

Ну и край света. Но края света не бывает. Единственный край света, который я знаю, – мыс на знаменитом острове Шикотан. Там маяк так и называется – Край света. Там, когда ты встречаешь восход солнца, ты его встречаешь первым в СНГ. Только природа так устроена, что абсолюта никакого нет. Край – это когда хочется встать на краешек. Но впереди еще скалы – на них только чайка может сесть. И все, дальше, впереди, там еще что-то есть... Все мои путешествия неординарны.

– Расскажите о самом запоминающемся для вас? Какое вспоминается первым?

– Их было много. Первое – я поехал в Омск, на поезде, в 14 лет, играть в хоккей. Если судить по полученным эмоциям, самыми запоминающимися стали Чукотка, Командорские острова, Северный полюс, Мыс Горн, Антарктида, Гренландия, Шикотан. Столько чудесных мест, и столько мест, в которых я еще не бывал. В первую очередь, в России. Путешествия лечат большую душу. Они дают внутреннюю широту душе и ощущение, возможность чувствовать себя свободным.

21-22
марта

Новосибирск

МАКСИМ
БАТЫРЕВ

мастер-класс

МЕНЕДЖЕР В
ЭПОХУ ПЕРЕМЕН

мастер-класс

УПРАВЛЕНИЕ
ПРОДАЖАМИ

29-30
марта

Новосибирск

АРКАДИЙ
ЦУКЕР

авторский тренинг

АЛГОРИТМЫ
БИЗНЕС-МЫШЛЕНИЯ.
ПРОГУЛКА ПО
СТРАТЕГИЯМ ГЕНИЕВ

РЕКЛАМА
ХАРИЗМА
Центр бизнес-мастерства

+7 (383) 383-07-03
CHARISMA.RU



В Кемерове прошёл семинар для выпускников Президентской программы подготовки управленческих кадров. Одним из основных спикеров стал Митихиро Хамано – директор АНО «Японский центр развития торгово-экономических связей».

– Господин Хамано, расскажите о себе: где учились, работали, как попали в Россию?

– Я родился в городе Осака, на западе Японии, окончил Киотский государственный университет, экономический и филологический факультеты, где начал изучать русский язык. Тогда же появился интерес к России. В 24 года я впервые попал в Иркутск и Новосибирск как турист и вскоре решил, что хочу работать в вашей стране. Мне повезло: через некоторое время меня назначили представителем японской торговой компании в Москве, и следующие 20 лет я подолгу жил в Москве и других городах тогда еще СССР. Позднее я перешел работать в крупную международную консалтинговую компанию, в которой также занимался бизнес-проектами, связанными со странами СНГ. Думаю, что русский язык очень важен в моей карьере. Уже в XXI-ом

Митихиро Хамано: «Нам есть чему поучиться друг у друга!»

веке я работал директором Киргизско-японского центра в Бишкеке, где русский язык был моим верным помощником, затем – Японский центр в Нижнем Новгороде, а сейчас – в Москве.

– Вы видите перспективы сотрудничества между нашими странами?

– Не могу сказать, что это всегда просто, так как возможности в России порой ограничены не только экономическими причинами. Но определённые направления можно расширять. Например, наше сотрудничество может быть более активным в малом и среднем бизнесе.

У вас есть талантливые и образованные специалисты, есть ресурсы, но часто не хватает финансирования. Начинающий малый бизнес нужно поддерживать, как, например, это делают в Японии: на развитие нового бизнеса можно получить беспроцентный кредит в 20-30 тысяч долларов США на 3-5 лет. Думаю, и в России такое возможно, нужно только честное желание. И конечно, Япония готова предоставить свой опыт. Вспомните, что в 1945 году Японию сравнивали с землей, а в 1964 году мы принимали Олимпиаду. Россия может сделать еще больше. Повторяю: интеллектуальный потенциал очень высок, выпускники Президентской программы сделали первый шаг по пути успешных руководителей.

– Одной из тем сотрудничества стала медицина, расскажите об этом?

– В этом наши страны могут быть полезны друг другу. На встречах глав государств принято решение об участии Японии в реализации национального проекта «Долгожитель России». В Японии очень много долгожителей, в частности, благодаря системе здравоохранения. Например, люди моего возраста каждый год должны проходить медосмотр – бесплатный. И региональные органы здравоохранения настойчиво и активно разъясняют пожилым людям важность этой процедуры. Так можно выявить серьезные заболевания на ранней стадии. В России же, увы, даже рак порой обнаруживают на последней стадии. И Япония готова поставить оборудование и специалистов для диагностики и лечения онкологии.

– Надеемся, эти предложения услышат! Господин Хамано, вам понравилось в Сибири?

– Нас приняли с неожиданной теплотой. Непременно хочу приехать в Сибирь летом с семьей! Уверен, что через какое-то время мы начнем сотрудничать гораздо теснее. Эффективные менеджеры «нового поколения» у вас уже появляются, им нужно время, и малый и средний бизнес в регионах шагнет далеко вперед на благо экономики и общества в целом!



Свадебный и семейный фотограф



РЕКЛАМА

– Марина, почему именно свадебная фотография?
– Поскольку в свадебную фотосъемку я пришла из портретной фотографии, первоначально меня вдохновляли сами образы героев. Согласитесь, ведь образ невесты – уже много романтического очарования, и меня, как девушку, это безумно привлекало. Позже, переживая с героями эти особенные дни, я стала воспринимать свадьбу не только как красивую портретную съемку, но и как событие... Возможно, одно из главных в жизни двоих людей, и именно

здесь присутствует потрясающая эмоциональность момента, прикоснуться к которой из незнакомых ранее людей доверено лишь тебе, фотографу. Это очень вдохновляет!
– Как бы вы охарактеризовали свой стиль съемки?
– Я всегда стараюсь рассказать историю (одного героя, двоих людей или целой семьи). Показать красивыми их самих, их отношение друг к другу, поймать что-то неувловимое, но очень важное для этих людей...



Тел./WA: 8 (913) 987-29-53
Инстаграм @stupina_ph
www.stupinamarina.ru

www.stupinamarina.ru

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА

Лицензия на осуществление медицинской деятельности ЛО-54-01-004841 от 27 марта 2018 г.



Генеральный директор
Васюнина М.В.

Современная косметология с каждым днем предоставляет новые технологии и возможности для поддержания молодости, красоты и здоровья. В новосибирской клинике Victoria рассказали о самых востребованных омолаживающих процедурах:

Самой востребованной омолаживающей процедурой является коррекция мимических морщин с помощью ботулотоксинов, таких как Ботокс, Диспорт и Ксеомин. С их помощью можно забыть про морщинки до 6 месяцев. Улучшить качество кожи, восстановить здоровый цвет лица, провести глубокое увлажнение и сделать кожу более плотной поможет биоревитализация препаратами на основе гиалуроновой кислоты. Это традиционная курсовая процедура, однако совсем недавно был выпущен биоревитализант Ювидерм Волайт, с эффектом от одной процедуры до 9 месяцев.

– Коллаген имеет важное значение для здоровья и молодости кожи, поскольку является основным структурным компонентом дермы. С возрастом его количество сокращается, восполнить его можно с помощью препарата «Радиес», который стимулирует выработку коллагена.

Victoria – победа молодости и красоты

Центр косметологии Victoria это:

- Безупречная репутация и 11 лет опыта работы
- Услуги высококвалифицированных специалистов
- Омоложение кожи лица
- Процедуры по восстановлению роста волос
- Ручной и аппаратный массаж
- Программы по снижению веса
- Мужская косметология для продления молодости и красоты
- Рекомендации по процедурам уже после первичного приёма
- Все виды инъекционных процедур по омоложению лица



Большинство косметологических процедур обладают накопительным эффектом, правильно подобранный домашний уход усилит и продлит его. Профессиональную косметику, основанную на натуральных компонентах, можно приобрести в клинике.

г. Новосибирск, ул. Королева, 32
тел. (383) 279-92-01
www.nsk-victoria.ru
@nsk.victoria
vk.com/victoria_cosmetologi

Олеся Шиллинг:

«Оставить после себя культурное наследие»

Текст: Юлия Ляпунова
Фото: Анастасия Былкова

Makeup: Елизавета Кана @liza_kana
Location: Secret Garden
Photo: Анастасия Былкова



Томский бренд Olesia Shilling известен уже за пределами Сибири. О создании необычной коллекции одежды мы поговорили с её создательницей Олесей Шиллинг.

– Олеся, вас знают как состоявшегося дизайнера одежды, а с чего начался этот путь? – Всё пришло постепенно – я занималась большим теннисом и не думала даже о собственном стиле, носила удобную спортивную одежду и чувствовала себя неловко в любой другой. В 16 лет спортивная карьера закончилась, начались учёба и поиск самой себя и своего стиля. Уже в университете я стала самовыражаться именно через одежду – полюбила деловой стиль, потом появилась эпатажность... Когда подруги с тех времён видят мои новые модели, узнают в них дух тогдашней меня. После университета я работала менеджером проектов в одной очень крупной компании. Мне повезло с руководителем – владельцем компании был человек, мыслящий совершенно не клишированно. Я всегда шла бок о бок с такими людьми, много чему училась, впитывала в себя их взгляды, мысли, стратегии, менялись моё сознание и взгляды на жизнь.

А в декрете поняла, что не могу вернуться в офис. Новой отправной точкой стал подарок моей подруги – книга «Быть художником». Я прочла, сделала все занятия и меня осенило: я всегда рисовала, вырезала модели одежды! У меня нет художественного образования, но поняла, что умею передавать образ, состояние, характер через одежду.

Мне надоели урбанистические тенденции в моде. Это удобно, но в меру! Можно носить интересные и уникальные вещи в повседневной жизни, даже офисный комплект можно преподнести с изюминкой! Покупать вещи стало скучно, неинтересно – я покупала ткани и придумывала одежду сама. Уже тогда я выбирала особенные ткани, многие даже не могут представить, что их можно использовать для определённых моделей одежды.

Времена королевского двора и Восток всегда привлекали меня – своими таинствами и культурой. А в силу моей воинской природы, в коллекции прослеживаются и эти элементы: погоны, четкость силуэтов, «гусарская» бахрома на плечах, даже на корсетах есть напоминания о воинах древней Греции. С помощью таких дизайнерских решений я хочу вдохнуть в гардероб каждой женщины дух великих эпох.

Но когда я стала носить уже ткани килограммами своему мастеру, она сказала, что надо либо остановиться, либо развиваться. И как-то ночью меня снова озарило! Почти месяц я не спала, отрисовала более



100 эскизов, часть из них отобрала, подогнала под одну тему. Это было ново, авантюрно. Решила уволиться, муж поддержал и морально, и финансово – с этого момента всё и началось.

– Наверное, было страшно и сложно?

– Да, это сложный путь, мы с супругом и сейчас порой сталкиваемся с трудностями. Не бывает такого, чтобы всё шло как по маслу. Но всегда в мою жизнь приходили те люди, которые были мне нужны: чудом нашелся первый модельер-конструктор, которая помогла мне осуществить первую коллекцию. Потом я познакомилась

с хорошим поставщиком элитных тканей, представителем французского производства. Персонально под наш заказ они запускали свои производственные линии.

– Где сейчас можно найти ваши коллекции?

– Мы их представляем через Интернет – на нашем сайте. Но всё идёт к тому, чтобы появилось место, куда люди могут прийти и померить то, что понравилось. Думаю, что мы будем ориентироваться на Новосибирск и Москву. Изначально я была нацелена на дальнейшее зарубежье и восточное направление – Казахстан, Туркменистан, Азербайджан.



– Кто та женщина, которая одевается у вас?

– Это творческая женщина, сильная. Иногда приходят и говорят: «По моему статусу я должна носить «Шанель». А я считаю, что действительно сильный и статусный человек будет сам заставлять всех носить то, во что он одевается. Женщина, ради которой я создаю одежду, не смотрит на мир сквозь призму стандартов, рамок, законов. Она им следует, но у нее своя интерпретация. Женщина, которая любит стиль, которая считает, что ее одежда – это продолжение ее самой. Это та женщина, которая с высоко поднятой головой может

пройти, и все будут понимать, что за ней стоит.

– У вас очень интересные сумочки, как они появились в коллекции?

– В основном, все носят кожаные сумки. На меня вышли представители Mybasio, у них свой бренд и производство аутсорсом. Я разработала стиль, с дизайнером проработали эскиз, рисунок, отдали заявку. В ходе производства уже моих сумочек они постоянно звонили и восторгались! У них другой стиль, более урбанистический, но работать над пошивом сумок по нашим эскизам им очень понравилось. Неудивительно, ведь от наших сумочек просто веет творчеством, любовью, уютностью, и в то же время шармом и роскошью. Доступной роскошью.

– Как сейчас налажена работы команды бренда Olesia Shilling?

– Сейчас это коллаборация. Отшивает нас модельный дом Кунициных, они профессионалы своего дела, работали с известными дизайнерами одежды России. У них классные специалисты, на этот модельный дом я вышла через моего поставщика тканей. От таких удачных совпадений я кайфую: законы Вселенной, связи, нити – они здесь, рядом, они сводят меня с людьми, о которых я и не мечтала. Получаю от этого особое удовольствие. Конечно, были моменты, когда опускались руки, хотелось всё бросить. Но где-то внутри я понимаю, что сердце не готово от этого отказаться. Это мое.

Коллекцию мы создавали от сердца. Я долго искала в себе природу самой себя, ведь мы не просто так приходим сюда, а для чего-то. И я хотела что-то создать, оставить после себя не только детей, но и культурное наследие.

– Куда дальше будет двигаться бренд?

– Когда начнется более масштабное распространение коллекции, буду ее расширять – сумки, обувь,

верхняя одежда, возможно, линейка нижнего белья, аксессуары. Когда-нибудь хочу написать книгу. Возможно, это будет какой-то очерк о моде, о ее отображении в жизни.

– Олеся, вы совмещаете работу над собственным брендом, воспитание детей и заботу о семье. В чем секрет успеха?

– Это сложно назвать успехом. Например, я совершенно не умею играть с детьми. Тут я сделала замечу – я с сыном очень много разговариваю. Он может подойти ко мне с любым вопросом. Маленькая у меня на руках танцует, улыбается. Дети видят счастливую маму, и я считаю, что это главное!

Жизнь «обычной женщины» тоже никуда не девается – никто не отменял ответственность за домашние дела, мужа тоже хочется побаловать вкусеньким. Няни у нас нет, ребенок – в садик, муж – на работу. Дочь засыпает раньше всех, а я приступаю к своим делам, и ночь для меня – самое продуктивное время. Любая женщина, которая работает над чем-то большим или возглавляет компанию, ответит вам примерно то же самое.

– Вы прямо-таки сверхчеловек!

– Я совершенно не идеальна. Считаю, что детей не нужно воспитывать, вообще не люблю это слово... Детей следует научить некоторым важным моментам в жизни: как себя вести, как правильно задавать вопросы, отвечать на них, приобщить их к культуре, искусству. Обязательно объяснять свои действия, свои отказы от их прихотей, извиняться, когда мы не правы и несправедливо наворчали или нервно что-либо сказали, накричали... Важно работать над собой и искать себя, учить этому детей. Быть для них самым сильным и самым положительным примером – и тогда не придется их воспитывать.

@olesia_shilling_collection
olesiashilling.ru

Особняк-фотостудия в Новосибирске

Secret garden

- Роскошные интерьеры
- Живой сад
- Много естественного и студийного света
- Круглосуточная работа



Secret Garden – особняк – фотостудия на территории Речкуновской зоны отдыха. Изысканная архитектура в духе классицизма, фасады, увитые виноградными лозами, цветущий парк – все это только для вас!

Бронирование: +7 (913) 763 12 09 (Лиза),
+7 (913) 912 40 00 (Татьяна)
Или онлайн: secretgarden-nsk.ru
Инста: @secretgarden_nsk
VK: vk.com/secretgardennsk

Поселок Светлый, ул. Виноградная, дом 19.
Как проехать: с Бердского шоссе поворот на Новый поселок, оттуда по главной дороге 5 км до вывески «Дол. Красная горка».



«Вечная жизнь...» Алексея Гуськова

Текст: Юлия Ляпунова
Фото: кадры из трейлера
фильма, youtube.com



Что бы вы сделали, если бы вам осталось жить месяц? Неделю? Некогда популярный актер Александр Христофоров живёт одним днём, в его жизни немало странностей, но судьба преподносит ему подарок... Какой – вы узнаете сами, когда посмотрите замечательный фильм Алексея Гуськова «Вечная жизнь Александра Христофорова», а пока прочитайте интервью с его продюсером и главным актёром.

Премьера фильма «Вечная жизнь Александра Христофорова» прошла в новосибирском кинотеатре «Победа» 10 октября – за несколько дней до премьеры картины в российском прокате. Новосибирцам судьба тоже сделала сюрприз: фильм представил исполнитель главной роли и продюсер картины Алексей Гуськов.

– Алексей, расскажите, откуда пришло вдохновение для этого светлого фильма?

– Лет 7 назад я в интернете прочитал такой опрос: «Что бы вы сделали, если бы вы жили вечно, и что бы вы сделали, если бы жили две недели?» Оказалось, что 94% всех ответов совпали – и у мужчин, и у женщин. Казалось бы, почему бы не мечтать объехать всю Землю или попасть на Луну? Но нет, на первом месте была совсем другая мечта – любить и быть любимыми. Это самая наша ближайшая, самая главная потребность. Пять лет я думал, как обернуть вот эту маленькую идею в то, что вы сегодня увидели. Сам собой придумался Марко Гриппа – римский полководец, который выходил на арену, дрался с гладиаторами и был ранен, появился Парк Развлечений, а также главная идея «человека боя», которым занимается наш герой. И дерется он не только с Люциусом, а со всем окружающим миром. Кажется сначала, что это нелицепри-



ятный человек, а цели у него такие же, как у нас с вами: утром встать, победить, поставить ногу на ногу и двигаться дальше... Задачей этой картины было создать у зрителя хорошее настроение. Не поучать, не смешить, не умничать, а чтобы люди пришли в зал, увидели историю. Возможно, рассмотрели бы мысль о «человеке боя» и обретении смысла жизни. Не увидели бы – ну и ладно, ничего страшного в этом нет. В этом ведь и смысл комедии. Отличие нашей картины от общего потока российского кино – это звенящая картинка, это звук морского побережья, это атмосфера, наполненная поцелуями, релаксом, стихами.

Я в последние годы много об этом думал: вот я прихожу в кинотеатр, гаснет свет... Зачем-то же я иду туда, отдаю экрану два часа своей жизни, и ведь не чипсы же я поесть пришёл, правда? Потом я зачем-то выхожу, порой на середине сеанса, а с какой-то другой картиной остаюсь до конца титров. И думаю: что у меня останется после просмотра?.. Настроение, останется именно настроение. Оно состоит из картинки, звука и лёгкой истории – я ведь не хотел, чтобы меня сейчас «грузили» или поучали чему-то. Я выхожу из зала с настроением.

Кстати, зритель сейчас тоже не

любит, когда его пытаются чему-то научить. Жизнь настолько насыщена информационно, мы впитываем, впитываем, впитываем информацию, бесконечную рекламу, устаём от неё и в итоге перестаем на всё это реагировать.

«Парк развлечений» в фильме – одна из идей, моделей сегодняшнего мира, в котором существуют наши герои. Это некая модель сумасшедшего мира, понимаете?

– Это был настоящий парк или вы его придумали?

– Мы его придумали и построили. Каждый фильм должен обрести пропуск. Сразу было понятно, что снимать будем у моря, перебирали варианты и остановились на Судакской крепости – невероятной красоты месте. Там до сих пор частично наши декорации остались. Съёмки начались в мае, а в широкий прокат картина вышла в октябре.

– Вы – актёр «серьёзных» ролей. Насколько сложно было вжиться в персонажа?

– Я актёр темы, никогда не хотел сыграть какую-то определённую роль. И никогда не мечтал, работая в театре, сыграть что-то из классического репертуара «мужского набора». В 2019 году выйдет ещё одна подобная картина, тоже собственного производства. Кстати, если вы пересмотрите фильм на второй раз, вы

заметите, что я нигде не улыбаюсь – а ведь это всё-таки комедия. Это, безусловно, комедия, и люди в зале смеются – кто-то громко, кто-то просто улыбается. Многие эпизоды, вызывающие смех, – житейские, «поднятые с пола» истории. С живыми диалогами, запоминающимися фразами. Думаю, они даже могут разойтись на цитаты. Сценарий изначально доводили до такого вида, чтобы он был чуть ли не самостоятельным литературным произведением, чтобы картинка сразу представлялась. И чтобы у актёров было поменьше импровизаций с репликами – отобранные, точные, чёткие фразы, которые, как говорят, «чтобы заходило». Заходило в ухо зрителю. – Актёрам прямо запретили импровизировать на площадке? – Нет-нет, разумеется, им этого не запрещали! На съёмочной площадке в принципе постоянно что-то идёт не так, не по заранее прописанному плану, что-то меняется и переписывается на ходу. Где-то, разумеется, в этом принимают участие сами актёры, которые знают и чувствуют своего персонажа. Нам очень хотелось светлой иронии, и, конечно, самоиронии – того, чего нам в жизни не хватает. Мы ведь очень серьёзно ко всему относимся



и в первую очередь – к себе. Из-за этого происходит очень много неприятностей в жизни, обид, мы сами обижаем близких и даже случайных прохожих. А ведь если задуматься, то все наши мелкие обиды – это просто бытовые ситуации, которые

задели наше слишком серьёзное отношение к себе. Улыбнуться, пойти дальше, не обратить внимания – то, что сегодня людям сделать очень сложно. Мы отчего-то сразу начинаем выяснять отношения. А в картине мы даже обхотили работу в театре Вахтангова и хит этого театра – пьесу «Евгений Онегин». В которой я сам играю. Здесь даже есть некий биографический момент. Когда я говорил Игорю Угольникову, своему начальнику: «Это не моя роль», он ответил, что и в театре про Онегина так же говорил. Если заметите в фильме плакат в трейлере, то увидите довольно известный московский театр, а на этой афише написано: «А. С. Пушкин. «Страсти по Татьяне». В главной роли – Александр Христофоров. Причём кого он там играет, Онегина или Татьяну – это тот ещё вопрос! – На главную роль другие претенденты не рассматривались, а как выбрали других актёров? Кастинг был сложным?

– Нет, изначально было понятно, что есть две актрисы, которые могут сыграть психолога и Маргариту в нашем российском кино. Это Фандера и не буду называть вторую – их две всего, кто точно подходил по стилю, по психофизике, по представлению. Лидию Бережову (бывшую жену или первую жену героя) предложил режиссёр Шулякин. Кастинг принадлежит всегда режиссеру, великие режиссеры всю жизнь и всегда пишут и говорят, что правильный кастинг – это 70 % успеха фильма. Только так он сложится хотя бы на монтажном столе. Очень долго искали Полину Пушкорук. Перепробовали около семи десятка актрис, пока не нашли её. Мы и сами не до конца понимали её персонажа, но она так здорово сыграла. Вы спрашивали про импровизацию? Вот как раз в финальной сцене после титров она была. Я очень люблю этот эпизод, и режиссёр его очень любит, здесь актриса оставила некий довесок от себя. И у нас не поднялась рука

его выбросить, Полина пришла и сказала: «Ну, нет какой-то апочки, мы чуть-чуть намекаем, а где эта точка ее, где она?» Сегодня я представлю картину в Новосибирске и надеюсь, что вы тоже напишите что-то приличное, потому что в других городах, где уже провели премьерный показ, слышали только очень хорошие отзывы. Людям понравилось. А с другой стороны, можно и неприличное – это, в любом случае, останется только вашим мнением как журналиста и как зрителя, и я его уважаю. Вы наверняка смотрите много хорошего кино, и спасибо за это. – Я вышла после просмотра фильма с ощущением, что любовь правит миром... – По-любому, правит! – Вы сказали о своей супруге, что

вместе с ней уже 30 лет. Алексей, расскажите, в чём секрет вашего личного семейного долголетия? – Самый главный секрет – оставлять за порогом всё, что ты там наполучал за день. И нехорошие, и хорошие моменты, вообще любые моменты. Потому что вторая половина – это не мусорное ведро. Ведь очень часто происходят ситуации, что приходит человек домой и говорит: «Вот, представляешь, Коля – такая сволочь!» И твоя вторая половина начинает жить с тем, что Коля – сволочь. Ты уже давно помирился с Колей, ты уже давно получил от Коли сообщение: «Старик, извини». Но больше никто об этом не знает, и в вашей жизни начинают накапливаться ненужные, нехорошие вещи. Вам и без того наверняка есть чем поделиться друг с другом. Например, настроением.



Петь, как Brilliant!



Искусство

В Новосибирске уже 3 года работает школа музыки Brilliant. Мы поговорили с её основательницей Галиной Дёминой и выяснили, как научиться петь, если очень хочется.

– Галина, как вы решили открыть свою школу вокала?

– Я с самого детства очень люблю музыку, занимаюсь пением с 5 лет, сейчас у меня два музыкальных диплома, я много раз становилась лауреатом различных конкурсов, постоянно повышаю свой уровень вокального мастерства в России и за границей. Достигнув определённого опыта, поняла, что хочу с ним делиться – так и появилась школа музыки Brilliant, в которой я не только руководитель, но и педагог.

И, кстати, действующая артистка: работаю по контракту за рубежом и со своей рок-группой в Новосибирске.

– Петь действительно могут все?

– Если есть слух от природы, то да! Главное, понять, что вокал – это процесс, который требует усилий, времени и эмоциональной отдачи. Есть слух и желание научиться владеть своим голосом – значит, в нашей школе вы этому обязательно научитесь. У нас работают только дипломированные специалисты, это педагоги по вокалу очень высокой компетенции со знаниями психологии. Часто секрет успеха в обучении музыке кроется не только в технике исполнения, но и в отсутствии психологических зажимов. На занятиях всегда царит теплая семейная атмосфера, с учениками мы общаемся и вне школы. В школе Brilliant кроме вокального есть ещё фортепианное, гитарное отделения и теория музыки, некоторые ученики приходят семьями или на несколько направлений сразу – для них это ещё и выгоднее. На уроках мы помогаем реализовать все творческие задумки, вплоть до помощи с записью песен в студиях звукозаписи, с которыми мы тоже сотрудничаем.

– Записи песен? Значит, мы уже где-то могли слышать ваших учеников?

– Да, многие уже выпустили целые музыкальные альбомы! Некоторые из учеников уже стали настоящими артистами, хотя пришли учиться буквально «с нуля» и продолжают работать над своим талантом. Но у нас есть и ученики, которые приходят с опытом, музыкальным образованием. К сожалению, не во всех музыкальных вузах нашей страны есть молодые специалисты, которые умеют правильно работать с голосом, а педагоги пожилого возраста просто не стремятся следить за быстрым развитием вокального мира. Меняется не только музыка, но и техника, а педагоги остаются

на месте, не способствуя развитию своих студентов. И последние идут к нам, чтобы перенять опыт крутых преподавателей, которые сами имеют опыт концертной деятельности на самых разных площадках страны. Никакой предварительной подготовки ученика не требуется, мы обучаем «с нуля» и абсолютно в любом возрасте, от 5 лет, а в некоторых случаях принимаем и учеников и младше – для самых маленьких будущих певцов у нас есть детский преподаватель, который проводит занятия в игровой форме.

– Для тех, кто хочет обучиться владеть своим голосом, но не для пения, у вас тоже есть специальный курс. Кому он может быть полезен?

– Верно, я сейчас активно работаю над авторской методикой «Эффективный голос», и уже в некоторых компаниях как бизнес-тренер представила её перед аудиторией. Эта методика направлена не столько на пение, сколько на постановку речи, дыхания, правильную артикуляцию, актерскую подачу материала. Этот курс рассчитан на сотрудников, работающих на публику или в call-центрах – на тех, кому важно уметь владеть своим голосом и доносить людям информацию наиболее выгодным образом. Можно сказать, что мы обучаем настоящих ораторов, которые будут уметь пользоваться своим голосом на 100% – это очень важно в современном мире.



Г. Новосибирск, ул. Орджоникидзе, 40;
ул. Блюхера, 71а
Тел.: +7 (996) 544-37-36
VK: vk.com/1brilliant_nsk, @brilliant_nsk

РЕКЛАМА

КАМЕРА, МОТОР!

Как создать продающее видео



Продающий видеоролик – это один из самых действенных методов привлечения клиентов и увеличения продаж.
О том, что важно учитывать при создании продающего видеоролика расскажут основатели студии видеопроизводства «Камера Мотор» Максим Третьяков и Михаил Онучин.



Советы по созданию продающего видео

Первые 5-10 секунд – самые важные, именно за этот промежуток времени зритель решает смотреть видео дальше или нет.

Хронометраж

Идеальный хронометраж продающего видео – 15 – 120 секунд.

Философия продающих видеороликов

Рекламное видео должно продавать идею бренда, а не сам товар. Например, если вы продаете варежки, то здесь можно говорить об идее сохранения традиций, создания тепла и уюта для ваших покупателей. Если человеку близки ценности бренда, показанные в видео, то в дальнейшем из множества вариантов на рынке он выберет именно ваше предложение.

Демонстрация товара/услуги в действии

Самый действенный метод про-рекламировать ваш продукт – показать, как он решит проблему покупателя.

РЕКЛАМА

Нужно проявить креативность в ролике и отказаться от клише! Использование шаблонных фраз, например, «наши окна самые лучшие на рынке» или «мы гарантируем высокое качество товаров» с самого начала значительно понижают интерес к вашему видео.

Мобильные зрители

В последние годы все больше людей просматривают видео контент на мобильных устройствах, нужно учитывать этот фактор и не допускать в кадре деталей мелкого размера и шрифта. Нужно правильно расставлять акценты, чтоб зритель не чувствовал дискомфорт из-за большого количества информации на экране.

Интересный сюжет

Зачастую в рекламных роликах полностью отсутствует сюжет, и по факту это просто набор красивых кадров. Такую рекламу может и посмотрят, но вряд ли запомнят так как она ничем не выделяется из сотен подобных видео. Просмотры рекламы с оригинальным сценарием будут значительно выше, и она хорошо запомнится благодаря нетривиальному сюжету.

Концовка

Последние секунды видео важны не меньше чем первые. Разместите в конце ролика призыв к действию чтоб вызвать желание у потребителя приобрести или воспользоваться вашим товаром или услугой.

ИТОГ

Надеемся мы смогли вкратце рассказать о концепции создания продающего видео контента. Конечно не стоит рассматривать эти советы как инструкцию, в каждом отдельном случае могут быть изменения и дополнения к сказанному.

При обращении к нам вы получите несколько вариантов сценария для вашего рекламного видео уже на первой встрече.

Мы предоставляем полный комплекс услуг по созданию видеопроизводства от разработки концепции и написания сценария до съемки и монтажа.

С радостью проконсультируем и поможем вам в создании вашего рекламного ролика.

Свет, Камера, Мотор!

@kameramotorpro, kamera-motor.pro
Tel: +7 (962) 834-8364, +7 (913) 898-3888

Искусство



ЦАРСКИЕ ПАЛАТЫ

Хороши для русской души!

Парк-отель «Царские палаты» – это современный загородный отель, расположенный в селе Колмогорово на берегу реки Томь, недалеко от города Кемерово. Здесь вы можете не только провести свое банкетное мероприятие, но и насладиться чистым воздухом и природной красотой наших окрестностей, отдохнуть от городской суеты, прекрасно провести время с друзьями, коллегами и семьей.



Уютные номера категории «Люкс», «Полулюкс», «Пентхаус», апартаменты для большой компании, охотничий домик, ресторан с русской и классической европейской кухнями. Наш просторный зал с удовольствием примет любое ваше мероприятие, будь то выпускной, свадьба, юбилей или корпоративная вечеринка, русская банька, сауна, бассейн, бильярд.



Программа «Полный пансион»
(заселение: вс-пт) в «Царских палатах» :
«Полулюкс» (завтраки-обеда-ужины)
4 часа русской бани

«Люкс» (завтраки-обеда-ужины)
4 часа русской бани

Охотничий дом
(завтраки-обеда-ужины)
2 часа сауны с джакузи
2 часа русская баня
2 часа сауна с бассейном от 16 000**

СКИДКА

20%

при бронировании в будние дни

* Скидка не распространяется на услуги ресторана.
**Цены указаны на полный пансион полулюкс, подробности у администратора



РЕКЛАМА

Парк-отель «Царские Палаты»:
Кемеровская обл., Яшкинский район, с. Колмогорово,
ул. Лесная, 3 (50-й км по Яшкинской трассе)
Телефон: 8 (3842) 49-59-59

www.palaty.ru



Интеллектуальный семинар Павла Астахова

Известный юрист Павел Астахов стал хэдлайнером обучающего семинара, который прошёл в Кемерове при поддержке «Кузбасской медиагруппы».

События

Кроме него свои уникальные практики по развитию новых навыков коммуникации и стратегическому планированию представили ведущие бизнес-тренеры: коуч (РСМА) Вероника Шкарбань, а также владелец Центра развития бизнеса «Не Ваше Дело», руководитель рекламного агентства SMG, сертифицированный тренер Международной организации труда при ООН, автор эксклюзивных программ мониторинга бизнес-климата и уровня управленческих компетенций и нескольких десятков тренинговых программ и методик Дмитрий Зеленогорский.

Целью семинара стало повышение квалификации специалистов разных отраслей: юридических отделов, HR-специалистов, топ-менеджмента. В ходе него разобрали кейсы для всех направлений деятельности компании: работе с сотрудниками, взаимодействию с контрагентами и привлечению клиентов, инвесторов. Спикеры представили авторские наработки, озвучили идеи, важные

для успешного развития бизнеса, которые не всегда могут генерировать сами руководители компаний, загруженные ежедневными рабочими процессами.

Павел Астахов осветил тонкости темы «Заключение договоров. Ответственность за недобросовестное ведение переговоров. Ответственность за недостоверные заверения, сравнительно-правовой анализ». Он разобрал этапы развития за рубежом и в России законодательства в поддержку добросовестных участников сделок, дал разъяснения по существующим статьям ГК РФ и готовящимся изменениям, проанализировал решения судов первой и апелляционной инстанций по делам о недобросовестном ведении переговоров.

Завершил семинар лучший бизнес-тренер на рынке недвижимости России 2015 года по версии CREDO Алексей Гусев. Он выступил с темой «Адаптивность компании к изменениям внешней среды. Управление изменениями».

18+



с 01.02.2019

по 08.03.2019

Определение победителей
23 февраля и 8 марта

Выиграй Билеты в лето!



Покупай в Сан Сити от 2000 рублей



Выиграй туристическую путевку
и другие ценные призы



ТРЦ «Сан Сити», пл.Маркса,7



mfk-suncity.ru



vk.com/mfk_sun_city

Сроки проведения акции "Билеты в лето" с 01.02.2019 по 08.03.2019 гг. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов по результатам такой акции, сроке, месте и порядке их получения можно уточнить на mfk-suncity.ru

Медиа-2018. Люди. Итоги. События

Кемерово, 25 января



В лонг-лист премии вошли 100 номинантов: люди, чьи достижения прославили Кузбасс, компании, реализовавшие значимые проекты. Победителей определило компетентное жюри из 20 отраслевых экспертов, премии вручили в 19 номинациях.

Торжественную церемонию провел актер Михаил Пореченков, в ходе вечера для гостей выступили Евгений Гришковец и «Июльсанамбль», выросший из мастерской художника ЦИМа Виктора Рыжакова в Школе-студии МХАТ.

В столице Кузбасса определили победителей премии «Медиа-2018. Люди. Итоги. События». Торжественная церемония вручения главной кузбасской премии года, организованной «Кузбасской медиагруппой» (входит в ХК «СДС»), прошло в Музыкальном театре им. А. Боброва. Организатором выступила Коллегия адвокатов «Регионсервис».

Мероприятие, приуроченное к 300-летию Кузбасса, прошло под патронатом регионального Сове-

та по вопросам попечительства в социальной сфере в Кемеровской области. По словам председателя Совета Анны Цивилевой, в преддверии юбилея Кузбасса премия актуальна и значима.

– Мы чествовали людей, которые получили заслуженное признание, которые своим трудом, энергией и силами делают Кузбасс лучше. Такой праздник должен быть ежегодным. Нужно знать своих героев в лицо, – сказала Анна Цивилева.



БИЗНЕС-СОБЫТИЯ в отеле Domina Novosibirsk



Презентация Siberian Life

Новосибирск, 15 декабря

События

В фитнес-клубе класса premium в середине декабря прошла презентация первого номера нового издания – журнала Siberian Life.



Siberian Life – это экспертное уникальное и первое в Сибири специализированное медицинско-деловое издание, которое уделяет большое внимание качеству подготовки информации по наиболее востребованным у читателя темам: медицине, технологиям, здоровью и ЗОЖ, культуре и искусству, а также главным событиям Сибири и мира, экспертам медицины и бизнеса.

Гостей вечера встретили чарующая музыка маэстро саксофона Сергея Поспелова, живая музыка звучала на протяжении всего вечера. После приветственной речи главного редактора издания Ларисы Науменко всем друзьям и партнёрам журнала предложили насладиться вкуснейшими угощениями от кейтеринга Галины Заливиной. **Кондитерская Галины Заливиной** – это торты, пирожные и различные сладости для ваших праздников и для уютного домашнего чаепития. Секрет успеха вкуснейших закусок и десертов – натуральные продукты и любовь к своим покупателям. А насладиться десертом и выпить чашечку ароматного кофе вы можете в кондитерской на Красном проспекте, 28 (@galinazalivina).

К угощениям Галины очень кстати пришлось изысканные напитки от партнёра Siberian Life – Холдинга «Ариант» «Шато Тамань» – поставщика, пожалуй, лучших российских вин, а также ресторана Bierhof – свежесваренные напитки угодили взыскательным вкусам тех, кто предпочитает пенное. Ну а для гостей за рулём Siberian Life предусмотрел то, в чём разбирается лучше всего – чистая вода Tassay из минеральных источников традиционно сопровождает все события, организованные изданием.

Разумеется, презентация первого номера журнала не обошлась только лишь гастрономическими удовольствиями: гостей ждала масса удовольствий. Одно из них – 3D-видеоспиннер – специальная платформа с вращающейся камерой, которая снимает в slow-mo потрясающие ролики! Каждый гость получил себе уникальный видеоролик с личной презентацией.

Неожиданным сюрпризом на вечеринке по случаю выхода первого номера Siberian Life стало выступление Артура Аржакова – финалистом проекта «Голос» и невероятно сильным вокалиста. Хиты в его исполнении не оставили равнодушным гостей и не смогли удержать от танцев! Зажигательную атмосферу на протяжении всей вечеринки поддерживал известный многим новосибирцам ведущий и шоумен Андрей Масленников.



Настоящую культурную программу организовал бутик «Perfect Style», продемонстрировав коллекцию спортивных купальников. Если среди одежды самыми известными и значимыми итальянскими марками считаются Dolce&Gabbana, Gucci, Armani и Fendi, то в белье эту нишу занимает бренд La Perla. Эта марка является не просто производителем роскошного белья класса люкс, но и родоначальником различных тенденций в мире белья в принципе.

Изумительное белье, купальники и линия одежды для дома, предлагаемая дизайнерами бренда, отвечают самым последним тенденциям моды и являются желанным, драгоценным приобретением для любой женщины, ценящей красивые, изысканные вещи. Купальники от La Perla похожи на вечерние наряды – при всей их утилитарности, они будут уместными даже на самой феешенебельной вечеринке у бассейна.

После выступления мецената журнала – Владислава Ильина, основателя и руководителя компании «Био-Веста» – гостей ждал розыгрыш от партнёров издания Siberian Life. Мы благодарим наших друзей за помощь в организации, ценные подарки всем присутствующим на презентации:



События



ZimaLetto (@zimaletto.group.nsk) – тропический уголок в центре Новосибирска. Свежие сочные фрукты прилетают каждую неделю с сертифицированных плантаций Таиланда и Вьетнама, чтобы мгновенно очутиться на вашем столе. Манго, маракуйю, папайю и другую экзотическую вкуснятину можно купить не только для себя, но и собрать в оригинальную подарочную композицию для родных, близких, друзей и коллег.

Автопрокат «За рулем» (arendacar.ru) предоставляет автомобили премиум-класса, без водителя, марок Infiniti, Mercedes, Audi, Porsche, Lexus. Автопрокат «За рулем» работает в крупнейших городах России: Сочи, Екатеринбурге, Новосибирске, Иркутске и Владивостоке.

New Vision of Fashion... (vk.com/nvstyle) – знает, что нужно, чтобы по-настоящему блистать! Тёплые изделия не только согреют вас в любое время года, но и подарят внимание окружающих. «Живите ярко, любите сильно, а мы просто будем рады поддержать вас в этом» – вот девиз компании!



«Слимминг центр» (@slimmingcenternsk) – центр восстановительной терапии тела. Лучший центр коррекции фигуры 2018 Новосибирска по номинациям народной премии «ПРОФИ» с инновационной технологией вакуумнотермальной терапии – оздоравливайся и худей! Эффективные программы по снижению веса, объемов, устранения целлюлита и изменения состава тела. Безопасная потеря в весе за программу до 30 кг!

«Азимут» (azimutx.com) – IT-компания, разработчик таких проектов, как социальное мобильное приложение – сервис для жизни Can Help и уникального проекта для работодателей – «Бюро Трудовых Историй».

Флоатинг-студия Grand Float (grand-floating.ru) – здесь вы найдете уникальную услугу флоатинга. Флоатинг – это самый эффективный и быстрый метод глубочайшего расслабления и восстановления за 60 минут, недостижимый другими способами. Хотите полноценно отдохнуть – посетите флоатинг! После посещения сеанса флоатинга в Grand Float спортсмен полон сил, энергии и пребывает в состоянии «боевой готовности», а мышцы восстанавливаются намного быстрее благодаря глубокому расслаблению!





События

Салоны сети ROYAL THAI (nsk.royalthai.ru) – драгоценная жемчужина, островок Таиланда и сказочной Индии для вашего отдыха и восстановления сил. Здесь воссоздана обстановка роскошного SPA-курорта: мягко мерцают свечи, звучит тихая музыка, воздух наполнен ароматом экзотических цветов и натуральных масел. Царит атмосфера тайского гостеприимства и искренней радости каждому гостю!

Генеральным партнёром презентации первого номера Siberian Life стал «Абсолют Банк».

Информационные партнёры презентации – телеканал РБК и программа «Индустрия здоровья», «Русское Радио», DFM, «ХитFM».

Благодарим отель Domina за комфортное размещение гостей журнала Siberian Life и его сотрудников со всей Сибири.

Макияж и причёски ведущих и сотрудников издания – студия красоты **Face Control**, лично благодарим **Юлию Климову** за великолепные образы!



Благодарим телеканал РБК за освещение наших событий и информационную поддержку.

Спасибо нашим друзьям:
Оптический салон Vision express (vision-express.ru)
Салон массажа и красоты Antistress express
Массажный салон Dove massage salon
Автосалон Porsche
Компанию Best Brilliants
 За щедрые подарки гостям праздника!

Н О В Ы Е В И Н А Ю Г А Р О С С И И

ВЫСОКИЙ БЕРЕГ



УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ
О НАШИХ ВИНАХ



Серия «Высокий Берег» названа в честь известного места в городе Анапа, в окрестностях которого расположены виноградники нашей винной группы компаний. Вина коллекции созданы из известных европейских сортов винограда, отличаются высокой гастрономичностью, чистыми ароматами и вкусами. Задачей было создать «изысканную классику», подчеркивающую гармоничное сочетание изысканных сортов винограда, винодельческих традиций и статуса компании. Использование уникальных технологий производства (ферментация в дубе белых вин, использование кратковременной выдержки в дубе красных вин и производство розового вина из красного сорта по оригинальной технологии) делает линейку «Высокий Берег» интересной для экспертов и потребителей.

РЕКЛАМА

www.kuban-vino.ru

/kubanvino1956

/chateautamagnerussie

Beauty Detox Новосибирск в «Алтике»



Первый гляцевый журнал о здоровье и красоте в Сибири Siberian Life провёл в Новосибирске уникальное мероприятие – Beauty Detox. Событие в клинике косметологии Spa & Beauty «Алтика» оценили гости журнала – приверженцы красоты и здорового образа жизни.

Первый гляцевый журнал о здоровье и красоте в Сибири Siberian Life провёл в Новосибирске уникальное мероприятие – Beauty Detox. Событие в клинике косметологии Spa & Beauty «Алтика» оценили гости журнала – приверженцы красоты и здорового образа жизни. Beauty Detox – это уникальный проект, объединяющий ведущих специалистов в области медицины, пластической хирургии, косметологии и здорового образа жизни и читателей издания Siberian Life, ведь именно на этом проекте мы узнали много нового о здоровье и о том, как быстро очистить организм и после Новогодних праздников.

Вечер 11 января в клинике «Алтика» начался с приветственных звуков живого саксофона в исполнении Максима Иванычева – настоящего виртуоза этого духового инструмента, победителя всевозможных российских и международных музыкальных конкурсов. На протяжении всего события Максим радовал нас особой атмосферой. Для гостей журнала организовали фуршет и дегустации, причём попробовать можно было множество натуральных и, главное, здоровых продуктов! Миф о том, что вкусная праздничная еда не может быть здоровой, всего лишь миф, это доказали наши партнёры и друзья Siberian Life.

Например, сервис ежедневной доставки здорового питания на весь день The FOOD позволил попробовать гостям своё меню – доставка питания избавляет от рутины подсчёта БЖУ, а три линейки питания, разнообразное меню помогают достичь своих целей гораздо быстрее. Кстати, над полезным и вкусным меню работали абсолютный чемпион Новосибирской области по бодибилдингу Алексей Кирпиченко и высококвалифицированные диетологи и шеф-повара.

Instagram: @thefood_nsk
сайт: www.thefoodnsk.ru
Тел. +7 (923) 1111-554

Российская компания «Вертера Органик» (VERTERA ORGANIC) представила гостям Beauty Detox свой уникальный продукт, в создании которого использовались разработки советских учёных – безаналоговый диетический пищевой продукт на основе ламинарии. Продукт компании VERTERA ORGANIC называют технологией по продлению жизни, так как он целостный по составу, «живой», органический, абсолютно натуральный, близкий и естественный для организма человека, с широким спектром действия. Специалисты компании приготовили гостям разнообразные коктейли на основе продукта, ещё раз доказав, что очищение и оздоровление организма может быть очень-очень вкусным! Это неудивительно, ведь миссия «Вертеры» – здоровье семьи, рода и нации!

Instagram: @kuleshi1313
Тел. +7 (913) 927-90-77

Не только пища, но и чистая, полезная вода становится источником здоровья в каждой семье. Вода Tassay из чистых источников со сбалансированным минеральным составом сопровождала гостей мероприятия на протяжении всего вечера.



После фуршета и small-talks гостям устроили небольшую информативную экскурсию по клинике «Алтика». Косметология, спа и красота – главные направления работы клиники с медицинской лицензией. Лазерная косметология, омоложение, удаление сосудистых образований и шрамов, косметология лица и тела, полноценный комплекс спа и массажа для мужчин и женщин – лишь малая часть того, что пациенты клиники могут получить в «Алтике».

Клиника косметологии «Алтика» сочетает в себе много направлений: лазерная косметология, косметология лица и тела, мужская косметология, а также отделение снижения веса с диагностированием и консультативным приёмом специалистов, таких как диетолог, эндокринолог, психолог, дерматолог, трихолог. В клинике косметологии «Алтика» вы можете пройти обследование, сдать лабораторные анализы и сделать генетический паспорт.





В прошлом году в «Алтике» появился новейший итальянский аппарат Isoone Laser – он уже стал настоящим хитом в Европе и в столичных клиниках, а теперь доступен и сибирякам. Isoone способен на многое: он моделирует овал лица, уменьшает рубцы и шрамы, убирает отечность, снимает напряжение и боли в мышцах, улучшает самочувствие, помогает ускорить восстановление после пластических операций, может использоваться при лечении варикоза, остеохондроза и артрозов.

Гости издания поразились, как много направлений красоты и здоровья может совмещать одна клиника! Это очень удобно: в одном месте можно получить услуги по очищению лица, коррекции бровей и ресниц, пройти депиляцию и биоревитализацию, и даже процедуры нитевого лифтинга и мезотерапии!

Г. Новосибирск, ул. Декабристов, 41.
altika-clinic.ru
Тел. +7 (383) 335 00 70, @altika_clinic



@didali.nsk
Тел. +7 (961) 873-71-76

Бренд NatuCosmet – крафтовое производство натуральной косметики, производство которого расположено в Омске – также продемонстрировал свои уникальные продукты гостям события.

Тел. +7 (913) 203-44-11
@NatuCosmet, @NatuCosmet_nsk
(для заказов в Новосибирске)

Кроме того, посетителей Beauty Detox ждали экспресс-макияж от визажиста Ирины Кирилловой – настоящего мастера красоты и безусловной королевы макияжа в Новосибирске. Мастер по оформлению бровей и макияжу показала, как за несколько минут можно придать образу более завершённый вид.

8-923-246-17-75
@rusya.muah.brow



После экскурсии гостей ждали полезные и нескудные лекции от специалистов «Алтики» и других приглашённых медиков, диетологов, косметологов, фитнес-тренеров. Ольга Павлова (врач-диетолог, эндокринолог, нутрициолог) рассказала о методах, программах и средствах очищения и восстановления организма. Олег Кулешов (сотрудник НПО «БИОМЕДИЦИНСКИЕ ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ») – о технологиях продления жизни с помощью питания, подбора правильного и здорового рациона.

Аркадий Гончаров (врач анестезиолог-реаниматолог, массажист, специалист по аппаратной коррекции фигуры) рассказал о применении аппарата iCoone Laser в комплексной детоксикации организма. Нина Кучерова (врач-косметолог, дерматолог, лазерный терапевт) о детоксе для лица, красоте кожи и выводе токсинов.

Напитавшись новыми знаниями, друзья и партнёры Siberian Life приняли участие в различных мастер-классах и презентациях здоровых продуктов, косметики и средств по уходу. Официальный представитель натуральной косметики для ухода за красотой лица, тела и волос бренда Didali в Новосибирске @didali.nsk рассказал, что эту косметику отличает то, что в ее состав входят только натуральные активные компоненты, полученные из экстрактов растений, а также витамины, минералы, аминокислоты и другие полезные микроэлементы. Косметические средства гигиеничны и безопасны, вся продукция проходит сертификацию в соответствии с международными стандартами качества.

**Максим
Иванычев**
саксофонист Новосибирска

Тел.: +7 (961) 220-63-21
+7 (961) 872-34-99
vk.com/maximivanychev



РЕКЛАМА

За **25 лет** занятий музыкой Максим достиг свободного владения саксофоном и красивого харизматичного звучания этого замечательного музыкального инструмента.

10 лет в музыкальной школе и колледже, **10 лет** выступлений с ансамблями и оркестрами, тысячи выступлений на публике от одного человека до десятков тысяч зрителей и индивидуальный подход к каждому выступлению привели Максима к сольной карьере саксофониста.

В его репертуаре – популярная танцевальная музыка и красивые медленные композиции.

Максим выступал во многих городах России: Москве, Санкт-Петербурге, Сочи, выступал на сценах Государственного Кремлевского Дворца, ГКЗ «Россия» в Лужниках, на Параде Победы 9 Мая на Красной площади. На протяжении семи лет радует своим творчеством публику Новосибирска и Сибири, с удовольствием выступая на праздничных и торжественных событиях – как личных, так и деловых, и создаёт прекрасное настроение!



А студия ArtlabSchool @artlab_shkola_novosib провела необычный мастер-класс, который стал полезным уроком по рисованию. ArtlabSchool – это творческое пространство, где даже не имея художественного опыта можно погрузиться в творческую атмосферу и создать свой первый шедевр под чутким руководством преподавателей, отвлечься от повседневных забот и отдохнуть душой и телом, развить в себе творческий потенциал и творить вместе с нами! Вместе с художником студии гости совместно нарисовали необычную картину – образ здоровья и фигуры мечты!

«АртЛаб Школа», тел. +7 (913) 777-75-39
Ул. Галуцака, 1а, БЦ «Фараон», 2 этаж, офис 7

В конце вечера все гости получили подарки от друзей Siberian Life, а также приняли участие в розыгрыше призов. Благодарим фотографа Сергея Сметанникова, который запечатлил наше уникальное событие и облёк его в магию кадра. Фотографии Сергея – это истории о счастье, живые эмоции, искренние чувства, а семейные фотосессии – это дружба и любовь, которая останется в памяти навсегда и будет согревать сердца в течение жизни.

Тел. +7 (923) 222-83-58
Instagram: sergei.smetannikov



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

АЛТИКА®

КЛИНИКА КОСМЕТОЛОГИИ

Уникальный итальянский аппарат Isoope Laser – новейшая технология для ухода за кожей лица и тела.

Isoope — это уникальный аппарат для эстетических и медицинских процедур по лицу и телу, основным принципом которого является запатентованная технология MMAS. Две ведущие технологии – мультимикромассажная стимуляция (MMAS) и лазерный липолиз позволяют получить желаемый эффект.

Аппарат творит настоящие чудеса в области коррекции объёмов тела, способствует выведению из организма застойной жидкости, активизирует процесс расщепления жировых клеток и одновременно стимулирует выработку коллагена и эластина. Дренаж, моделирование силуэта, подтяжка и омоложение кожи — три слагаемых идеальной фигуры! Заметные изменения видны уже после одной комфортной процедуры, не требующей специальной подготовки и реабилитации, а значит, подготовиться к пляжному сезону за две недели – реально!

Технологии LED и LASER в сочетании с технологией MMAS и массажем одновременно двумя руками позволяют достигнуть долгосрочных результатов еще быстрее!

Клиника косметологии «Алтика» это:

- Лазерная косметология
- Косметология лица, мужская косметология
- Отделение снижения веса
- Спа-программы, обёртывания, массаж
- Подология, маникюр и педикюр



altika-clinic.ru

г. Новосибирск, ул. Декабристов, 41
Тел. +7 (383) 335-00-70, @altika_clinic

РЕКЛАМА

Семейная
фотография –
это история
о счастье!



Живые эмоции, искренние чувства, дружба и любовь внутри семьи – это то, что согревает наши сердца в течение жизни. Каждая семья имеет право на свою фотоисторию – яркую, счастливую!

Инстаграм @sergei.smetannikov
Вконтакте vk.com/smitnsk
Телефон 8-923-222-83-58

РЕКЛАМА

С 16 ФЕВРАЛЯ



ПРЕМЬЕРА СЕЗОНА



300 КУЗБАСС
РЕКОРДОВ

РЕКЛАМА

ГУБЕРНСКИЙ ТЕЛЕВИЗИОННЫЙ И РАДИОВЕЩАТЕЛЬНЫЙ КАНАЛ "КУЗБАСС" СВИДЕТЕЛЬСТВО О РЕГИСТРАЦИИ СМИ ОТ 20.12.2013 Г. СЕРИИ ЭП №ТУ 42-00597
ВЫДАНО УПРАВЛЕНИЕМ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ СВЯЗИ, ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАССОВЫХ КОММУНИКАЦИЙ ПО КЕМЕРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Beauty Кемерово



Кемерово, 17 января



Вслед за Beauty Detox от Siberian Life, который прошёл 11 января в Новосибирске, эстафету здорового образа жизни и восстановления сил принял город Кемерово. Площадкой проведения события стал кемеровский центр косметологии «Золотая Линия».

Детокс по-кемеровски прошёл в интересном формате благодаря нестандартному распределению зон со здоровой пищей, напитками, зала для лекций и фотозоны в холле клиники. Вечеринка, посвящённая детоксикации организма с помощью правильного питания и фитнеса, началась с приветственного слова главного редактора Siberian Life Ларисы Науменко. А дальше гостей праздника здорового образа жизни ожидала большая дегустация под замечательное музыкальное сопровождение – звуки живого саксофона в исполнении Максима Неволлина (vk.com/max_sax42).

Максим Неволлин
Незабываемый праздник с прекрасной музыкой +7-953-797-51-49
[Vk.com/max_sax42](https://vk.com/max_sax42)

Центром притяжения во время дегустации стал кемеровский ресторан паназиатской кухни Sabai bar – ресторан с вкусной и качественной едой, а также удобный сервис по заказу еды на дом. Визитной карточкой ресторана является один из самых известных супов в мире – Том Ям. Кстати, все супы Sabai bar имеют неповторимый вкус, так как шеф-повар



разрабатывал их рецепты в течение нескольких месяцев, используя особые виды приправ и один секретный ингредиент, который и делает Том Ям особенным. Ресторан паназиатской кухни представил гостям Beauty Detox фирменные суши и роллы – изготовленные из риса и свежей рыбы, они традиционно считаются полезной пищей, а многие виды роллов – и диетической.

Sabai bar ресторан
паназиатской кухни
Советский проспект, 35
+7-923-508-18-22

Второе «место силы» детокса – островок кемеровской кофейни Port Coffee – привлёк гостей необычностью сочетания кофе и ЗОЖ. Дело в том, что Port Coffee по праву считается лидером Кемерово по мастерству альтернативного заваривания кофе. Так в чашку попадает меньше всего кофеина, напиток остаётся ароматным, а эксклюзивные сорта кофе способны раскрыться полнее.

Port Coffee
Весенняя, 13





Во время всего вечера друзья журнала рисовали картину совместными усилиями, каждый – по несколько мазков кистью по холсту, и к концу события получилась полноценная картина, изображающая женскую фигуру. А помог гостям раскрыть свои художественные таланты преподаватель сети фотошкол и школ рисования «ПИКЧА» (vk.com/pikcha42), которая работает по всей России и в странах ближнего зарубежья. Каждый присутствующий смог убедиться, что даже если ты не умеешь, но хочешь развиваться, значит, ты можешь рисовать! Начать учебу в школе «ПИКЧА» можно в любое удобное время и в абсолютно любом возрасте, посетив пробное бесплатное занятие.

«ПИКЧА»
Кузнецкий проспект, 14а
+7 (3842) 242-111

Гвоздем вечера стали лекции сотрудников «Золотой Линии»: Владислав Андронов подробно осветил тему «правильного похудения или ЗОЖ с аппаратной косметологией», а фитнес-тренер Евгения Васина поделилась секретами о том, как войти в рабочий ритм тренировок после любых праздников. Российская компания «Вертера Органик» (VERTERA ORGANIC) не

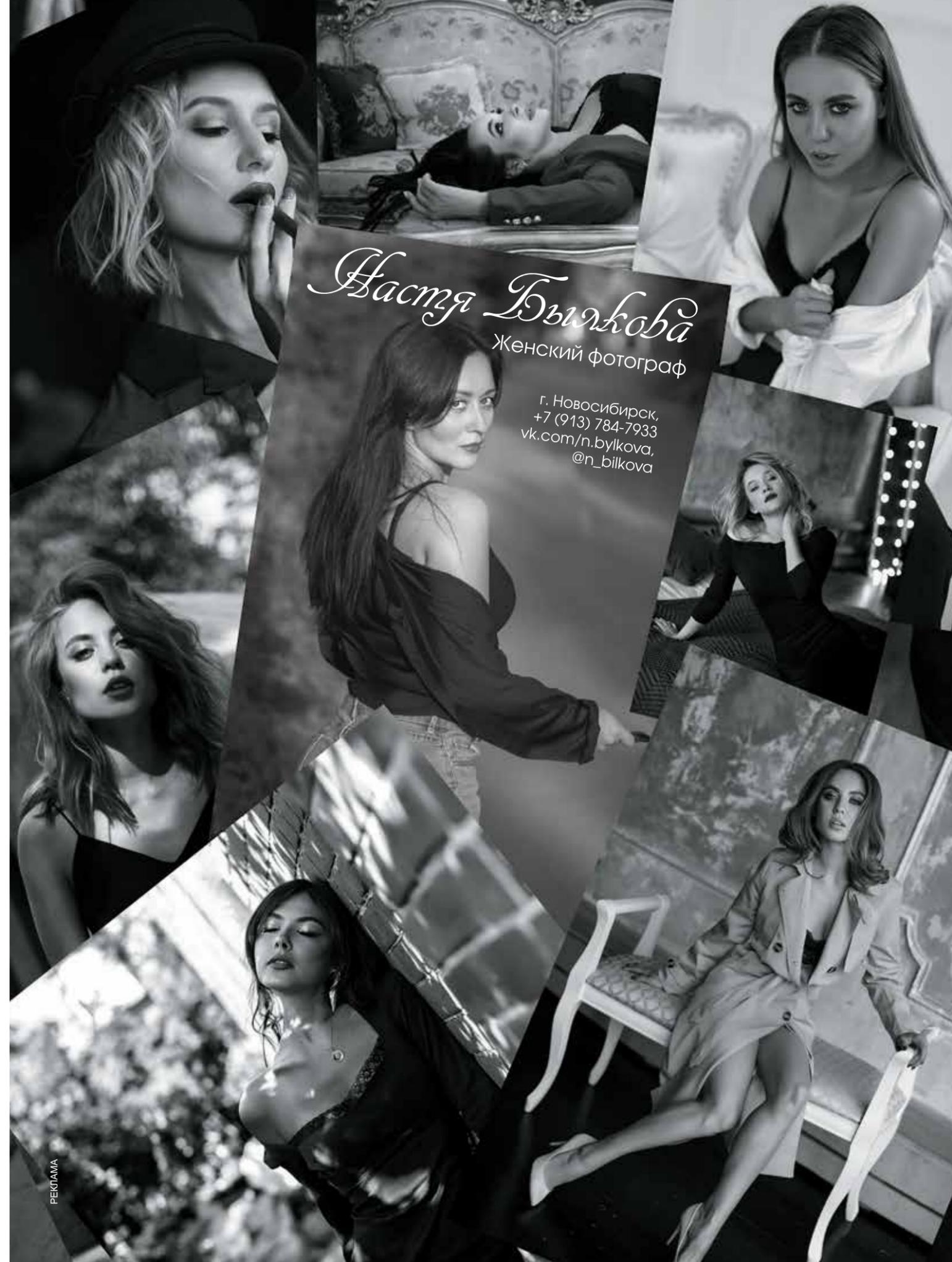
упустила возможности посетить оба «Детокса» журнала и показала кемеровчанам свою продукцию на основе ламинарии. Специалисты компании продемонстрировали, как правильно готовить здоровые коктейли на основе их продукции, рассказали, как хранить и как употреблять «супер-еду».

@kuleshi1313
Тел. +7 (913) 927-90-77

Мастер-классы на лекциях не закончились, впереди гостей ждал наглядный урок, как из простых предметов и растений возможно собрать невероятный букет, который станет украшением любого интерьера. Помогла в этом Ольга Ушакова (тел. +7 (903)-907-1188) – профессиональный флорист-дизайнер, выпускница международной школы флористов-дизайнеров «NiKole» и призер чемпионата Сибири по профессиональной флористике.

Ольга Ушакова
+7-903-907-11-88
@olgaushakovaart

Тему необычных букетов продолжила Анастасия Ичанская (vk.com/vash_buket42) – руководитель мастерской съедобных подарков «Ваш букет», молодого и популярного



Настя Былкова
Женский фотограф

г. Новосибирск,
+7 (913) 784-7933
vk.com/n.bylkova,
[@n_bylkova](https://instagram.com/n_bylkova)



направления в сфере эксклюзивных подарков. Мастерская создает атмосферные букеты, которые расскажут о ваших чувствах и останутся в памяти на всю жизнь. Каждый букет свежий, удивительный и собран с любовью, поэтому никто не останется равнодушным.

«Ваш Букет»
+7-913-289-68-15
@Vash_buket42

В конце вечера гостей ждал показ женской одежды для спорта, отдыха и активной жизни от магазина Splytfit – официального представителя многих российских брендов (NEBBIA, ELITEBODY, IRON MAFIA, BONA FIDE, FORSTRONG, EUPHORIA, VERGO, PROFIT, ARGO). Для производства спортивной одежды используются самые современные технологии и качественные материалы, модные принты и удобные модели. Магазин выбирают известные фитнес-блогеры (Анастасия Созоник, Катерина Вакерина), спортсмены и танцоры.

Прекрасную одежду для спорта показали модели школы студии танца и фитнеса «Стимул». Хореограф, тренер, руководитель студии танцев – Елена Мединская.
+7-913-416-56-03
@stimuldancekem

Конечно же, не обошлось и без розыгрыша ценных подарков от партнеров журнала! Siberian Life благодарит всех, кто интересуется здоровьем, здоровым образом жизни, медициной и фитнесом.

Одежда Splytfit
@splytfit
+7-903-909-45-08

Выражаем огромную благодарность фотографу Максиму Киселёву, который запечатлел самые яркие моменты Beauty Detox Кемерово! Благодарим телеканал СТС-Кузбасс за информационную поддержку и освещение событий журнала Siberian Life.



Романтика
жилой комплекс

Застройщик: ООО ИСК «Дом-Строй»
Разрешение на строительство № 54-Ру 54303000-203-2016 от 07.10.2016 г.
Проектная декларация на сайте Романтика54.рф



НОВОСИБИРСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ТРАВМАТОЛОГИИ
И ОРТОПЕДИИ ИМ. Я.А.ЦИВЬЯНА

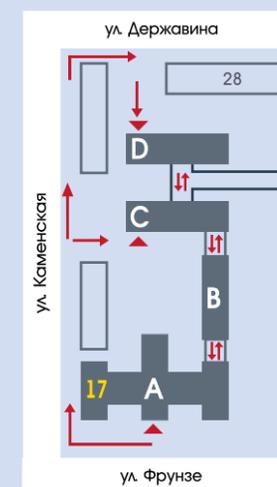


Полный цикл медицинской помощи –
от консультативного приема
до высокотехнологичных операций

- травмы и заболевания позвоночника
- периферическая травма
- эндопротезирование суставов
- эндоскопическая хирургия суставов
- деформации позвоночника у детей и подростков
- детская и подростковая ортопедия
- нейроонкология
- нейроортопедия
- рентген, денситометрия
- УЗИ-диагностика, МРТ, МСКТ
- компьютерная оптическая топография
- функциональная диагностика

СХЕМА

расположения корпусов
Новосибирского НИИТО им. Я.А. Цивьяна



www.niito.ru

630091, Новосибирск,
ул. Фрунзе, 17
Телефон: 8 (383) 373-32-01



Красный пр., 28

9:00-21:00 пн-пт
10:00-21:00 сб, вс

Д.Ковальчук, 1, к2

Galina[®]
Заливина

Свежая выпечка, лёгкие ягодные десерты, ароматный европейский кофе и весеннее настроение – всё в кондитерских Галины Заливиной!

ВЫ МОЖЕТЕ ДЕЛАТЬ ПОДАРКИ, ДАЖЕ НАХОДЯСЬ В ДРУГОМ ГОРОДЕ

Достаточно оформить предварительный заказ на сайте: galinatorty.ru
или по телефону: **(383) 363-63-00**