LifeSPA magazine

№ 1 2016

СУПЕРФУДЫ
ВОЗВРАЩЕНИЕ К ИСТОКАМ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

ЭКОЛОГИЧНО и органично

ЭКООТЕЛИ
РОСКОШНО ДЛЯ ГОСТЕЙ, ЭТИЧНО ДЛЯ ПРИРОДЫ

16+

ISSN 2224-204X

ПОКОЛЕНИЕ ЗЕЛЕНЫХ
БЫТЬ В НАТУРАЛЬНОМ ПРАВИЛЬНО

WWW.LIFESPA.RU

реклама

IMPERIAL
Park Hotel & SPA

Империал Парк Отель & SPA

Империя вашего отдыха!

Только для вас:

- стильный архитектурный комплекс
- живописные пруды и сосновый бор
- уютные номера premium класса
- уникальный spa-клуб и медицинский центр
- три уютных ресторана различной направленности
- высокий сервис и множество развлечений

143397, Москва, поселение Первомайское, д. Рогозинино (24 км от МКАД по Киевскому ш.)
+7 (495) 428 5885 • info@imperialhotel.ru

Содержание

№ 1 2016

НОВОСТИ 9

SPA

SONEVA KIRI RESORT
Место, где никто не торопится 16

ROOMS HOTELS
Возрождение величия 20

СПА С ВИДОМ
Релакс под кодовым замком 24

ЧЕСТНОЕ СЛОВО MAHASH 26

МЕСТО
Красить по-британски 30

ОПЫТНЫМ ПУТЕМ
Определяемся с целью 32

УХОДЫ ДЛЯ ЛИЦА И ТЕЛА
Органические составляющие 36

SPA-СОВЕТЫ
Экологично - значит бережно 38

WELLNESS

СОВРЕМЕННАЯ КОСМЕТИКА:
Новое поколение 42

ОРГАНИЧЕСКАЯ ТАЙНА
Парфюмерные ароматы с органическими и натуральными составляющими 48

КАК Я ВСТРЕТИЛА АНУ ФОРРЕСТ
Мастер практики о Forrest-yoga 50

МАСЛЯНАЯ КАРТИНА КРАСОТЫ
Причины проблем и их масляные решения 58

FOOD

ЗДОРОВЫЕ РЕЦЕПТЫ
От Ginza Project 56

ЧЕЛОВЕЧЕСКОЕ ТЕЛО ПОДДАЕТСЯ НАСТРОЙКЕ
Интервью с доктором Наилем Зайсановым 50

Всегда точные решения
для Вашего красивого долголетия

GMTCLINIC
German Medical Technologies
Клиника Немецких Медицинских Технологий

пластическая хирургия | инъекционные методики | аппаратное омоложение

Программы преображения к лету

Мощная работа с птозом
и 3D-моделирование лица

НИТЕВОЙ ЛИФТИНГ
МЕЗОНИТИ, APTOS,
DERMAFIL HAPPY LIFT (PROMOITALIA)**

от 1900 ₽ за ед.

ВЫРАЖЕННЫЙ ЭКСПРЕСС-ЛИФТИНГ.
ЕСТЕСТВЕННЫЙ РЕЗУЛЬТАТ.

Сочетанные методики
безоперационного лифтинга лица

КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ
ИНЪЕКЦИОННОГО ОМОЛОЖЕНИЯ
FACELIFTING

от 17500 ₽

ИДЕАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО КОЖИ.
ЧЕТКИЕ КОНТУРЫ.

Многоуровневый лифтинг
без сезонных ограничений

РЕВОЛЮЦИОННОЕ
3D ОМОЛОЖЕНИЕ
INFINI***

19800 ₽

УПРУГОСТЬ. СИЯНИЕ.
ИДЕАЛЬНЫЙ ТОН.

нитевой лифтинг | коррекция фигуры | эстетическая гинекология

флебология | трихология | подология

Запись на прием:
+ 7 499 29 000 29 www.gmt-clinic.ru

Москва, Новинский б-р, 20А, стр 9
№ ЛО-77-01-011714 от 29.01.2016

реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

*Аптос **Дермафил Хэппи Лифт (Промоиталия) ***Фэйслифтинг ****Инфини

Содержание

№ 1 2016

СМОТРИ В КОРЕНЬ
Суперфуды – зачем они нужны 58

И СНЭК ПОЛЕЗНЫМ МОЖЕТ БЫТЬ
Обзор правильных «перекусов» между едой 62

TRAVEL

МАРШРУТ ПО ВОДНЫМ РАЗВЛЕЧЕНИЯМ
Купальни Будапешта 70

ОРГАНИЧЕСКИЙ ГОРОД
Хельсинки – столица будущего 74

ЭКО ЗДОРОВО!
Роскошные отели с бережным отношением к природе и людям 76

IMAGE

ТРЕНД НА КОЛЛАБОРАЦИИ:
Интервью с ювелиром Ириной Амовой 82

ПОКОЛЕНИЕ ЗЕЛЕНЫХ
Марки одежды с этичной философией из натуральных тканей 84

МАРИЯ КОНТЭ
10 принципов сыроедения 88

НУЖНО ОДЕВАТЬСЯ КРАСИВО
Модные вещи для будущих мам 90

SUBARU BRZ 2016
Ненормальность 84

HONDA CR-V
Автомобиль для реалиста 85

NEBO
Wellness Club
Отдых и спорт
на высшем уровне
-уникальный панорамный вид
-самый высокий фитнес в европе
-тренажёрный зал премиум-класса
-3 бассейна
+7 (495) 721-10-00 доб. 1763
+7 (916) 044-08-41
Москва-сити, Пресненская наб. 12
Башня Федерация, 61 этаж

LifeSPA
magazine

Издатель и учредитель: ООО «Медиа-Нуш»
Генеральный директор: Алина Мкртчян, director@lifespa.ru
Главный редактор: Анна Маркарьян
Шеф-редактор: Мариника Маркова
Корректор: Мария Шафранская
Арт-директор: Лариса Попова
Коммерческий директор: Сусанна Давоян
Директор по спецпроектам: Инна Алимбекова
Менеджер по работе с иностранными клиентами: Оксана Вебер

Отдел рекламы:
+7 (499) 391-03-09
e-mail: adv@lifespa.ru

Авторы: Карина Матевосян, Мариника Маркова,
Михаил Д'орогавцев Марина Харламова, Ольга Хотимская,
Виктория МелешкоТатьяна Илларионова,
Дарья Зорина, Марийка Швед

Фото: Филип Ндзана
Стиль: Рома Травин

Представительство в Санкт-Петербурге: spb@lifespa.ru
Представительство в США:
Ашхен Бабаян: ashkhen.b@lifespa.ru

Подписка: +7 (499) 391-03-09
podpiska@lifespa.ru
Отпечатано в типографии ООО «ВИВА-СТАР»,
107023, Россия, г. Москва, ул. Электрозаводская, д. 20, стр. 3
Тираж: 25 000 экз.
Адрес редакции:
г. Москва, Балаклавский проспект 48
+7 (499) 391-03-09,
e-mail: lifespa-mag@lifespa.ru,
www.lifespa.ru

Founder and Publisher Limited liability society Media-Nush
General director: Alina Mkrtchyan, director@lifespa.ru
Editor-in-chief: Anna Markaryan
Senior Editor: Marinika Markova
Proof Reader: Maria Shafranskaya
Art director: Larisa Popova
Commercially director: Susanna Davoyan
Director of special project: Inna Alimbekova
International Account Manager: Oksana Weber

Advertising sales department
Tel. +7(499) 391-03-09
e-mail: adv@lifespa.ru

Authors: Karina Matevosyan, Marinika Markova,
Viktorya Meleshko, Marina Kharlamova,
Michael D'orogavrsev, Tatyana Illarionova,
Mariika Shved, Olga Hotimskaya

Translation texts: Marina Vasil'eva
Photo: Philipp Ndzana
Style: Roma Travin

Director of St.-Petersburg department: spb@lifespa.ru
Director of foreign department (USA)
Ashkhen Babayan ashkhen.b@lifespa.ru

Subscribe: +7 (499) 391-0309
podpiska@lifespa.ru
Printed by Viva-Star Ltd.
Elektrozavodskaya str., 20, b. 3, Moscow, Russia, 107023
Circulation 25 000 copies
Publisher address:
Zubovski bulvar, 4, Moscow, Russia,
+7(499) 391-0309
e-mail: lifespa-mag@lifespa.ru
www.lifespa.ru

Фото на обложке из личной коллекции Марии Контэ

#ПОДЛИННАЯИСТОРИЯ

НЕКТАР НЕЖНОСТИ

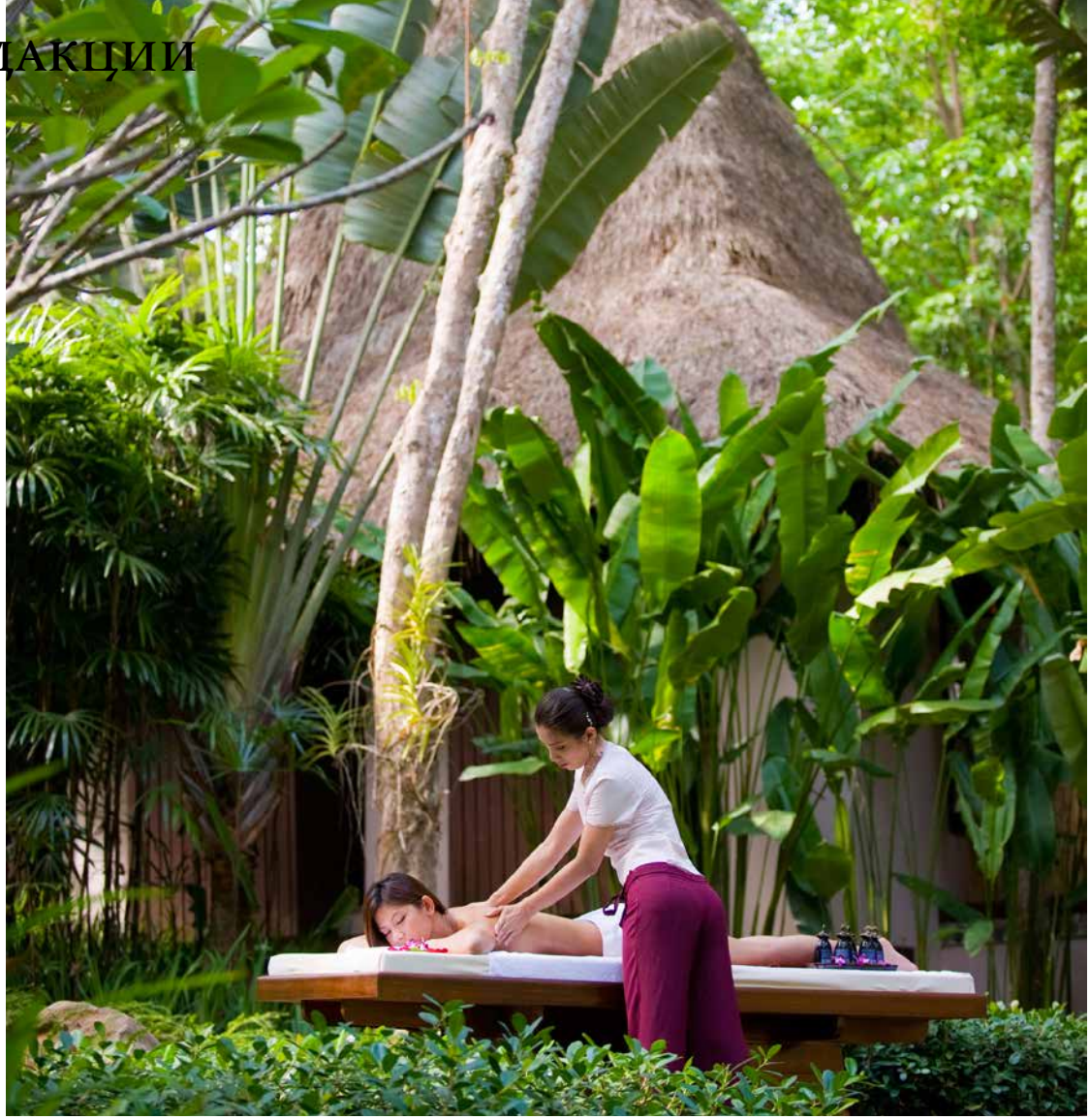
МИНДАЛЬНОЕ МАСЛО ДЛЯ ДУША

Роскошное питательное масло для душа — уникальное средство по уходу за кожей, которое уже более 10 лет является бестселлером во всем мире. При соприкосновении с водой золотистая текстура масла превращается в нежную воздушную пену, великолепно очищающую и окутывающую вас божественным ароматом миндаля — сладким и согревающим.

8 800 700 45 11
www.loccitane.ru

* Л'Окситан из Прованса. С 1976 года. ООО «Л'Окситан Рус», 119180, г. Москва, ул. Большая Якиманка, д. 22, пом. №40, 1067746721239. Реклама. Товар сертифицирован

L'OCCITANE
EN PROVENCE
depuis 1976



Быть сегодня в тренде – значит следовать новым веяниям во всем. В образе жизни и отношении к себе. В отношении к окружающим и понимании, что за новейшими технологиями стоят многовековые традиции и современное их звучание. Экологически чистые продукты и материалы – не только дань моде, но и постепенное понимание глобальности перемен в мире. Того, что ранее было общепринятым, банальным и понятным, а сейчас открывается заново.

Совершенно простые вещи, как ходить босиком на протяжении отпуска в отеле Soneva Kiri, натуральные ткани из чистого хлопка и льна, для каждого дня и для будущих мам, продукты, которые еще 15 лет назад можно было купить в самом простом, не экомагазине, выращенные без нитратов и прочих искусственных средств, средства для ухода за лицом и телом без использования химических добавок – все это не просто модно. Привычные для большинства людей старшего и среднего поколения вещи сегодня – тренд для людей молодых, практичное и полезное веяние, к которому нас всех подталкивает сегодняшняя реальность. Быть приверженцем бережного отношения к природе, этичного к окружающей цивилизации, становится нормой. Именно поэтому наш новый номер – про эко и органические тренды в красоте, моде и здоровом образе жизни. Ведь это так просто – относиться этично ко всему, что нас с вами окружает. И что самое замечательно – получать от этого и пользу и чистые человеческие эмоции.

С наилучшими пожеланиями,
ваш LifeSPA

ФОТО SHUTTERSTOCK.COM

NEWS

ОБНОВЛЕННЫЙ SAVOY LAUSANNE

После масштабной реновации, занявшей 5 лет и потребовавшей вложений в размере 100 миллионов швейцарских франков, Hotel Royal Savoy Lausanne вновь открыл свои двери. Выполненный в стиле ар-нуво, отель заслуженно получил звание важного исторического памятника Лозанны. Отель располагает 196 номерами и сьютами, из которых 101 находится в историческом здании отеля и 95 – в новом крыле со стороны сада. В самом сердце исторического здания находится лобби-лаунж с баром, на седьмом этаже отеля, на открытой террасе, располагается Sky Lounge, откуда открывается невероятная панорама на город с возможностью обзора в 360 градусов – единственное подобное место во всей Лозанне. С 2016 года SPA-комплекс отеля Royal Spa площадью 1500 м^2 обещает стать новым исключительным местом для отдыха и расслабления с высочайшим уровнем сервиса.

ФОТО: ELEPHANT PR

ВАША КОЖА В АЛЬПАХ

Одна из недавних новинок – CELL SHOCK TOTAL LIFT ДНЕВНОЙ КРЕМ SPF 20, от бренда SWISS LINE, для людей живущих в мегаполисах. Как и все кремы серии Total Lift, этот продукт оказывает мощный антивозрастной и лифтинг-эффект. В отличие от 24-часовых кремов, огромным преимуществом крема TOTAL LIFT является комплекс из УФ-фильтров и витаминов-антиоксидантов. Он обеспечивает широкий спектр защиты от ультрафиолетовых лучей типов А и В, а также от свободных радикалов, надежно защищая кожу от фотостарения и оксидации. Оказывают направленное воздействие на естественный фактор роста фибробластов, присутствующий в коже, одновременно защищая её и оптимизируя все процессы жизнедеятельности. Факторы роста получены из 100% растительного сырья.

КОНЦЕПЦИЯ «КОЖА. ТЕЛО. ДУХ»

Новые средства от первооткрывателя использования натуральных эфирных масел в косметических средствах DECLÉOR (Франция): сыворотка для тела и укрепляющий крем для тела AROMA SVELT – следуя лозунгу концепции – предназначены для моделирования фигуры и похудения, а так же для улучшения текстуры кожи и повышения ее упругости. Видимый длительный эффект достигается за счет использования 100% натуральных эфирных и растительных масел.

Средства содержат эфирные масла грейпфрута и майорана, которые оказывают дренажный эффект и способствуют выводу токсинов из организма. Масло пачули, которое препятствует образованию отечности и растительные масла жожоба и макадамии.

ШЕЛКОВАЯ ПОМАДА

Новая помада-карандаш SILKY DESIGN ROUGE ОТ SENSAI с маслом подсолнечника и экстрактом шелка Koishimaru, который обладает превосходными увлажняющими свойствами, универсальное средство для губ с шелковистой текстурой. Она легко наносится благодаря формуле «Гладкий Бальзам» и питает губы, придавая им сияние. Сочетая в себе преимущества помады и карандаша для контура губ, обеспечивает четкий контур и желаемую плотность покрытия.

ИСПАНСКИЙ УХОД ЗА СОБОЙ

Испанская компания Sesderma, ведущий разработчик дермато-косметики, в арсенале которой более 300 видов продуктов для здоровья и красоты кожи и волос, открыла официальное представительство в России. В аптеках будет представлены как получившие признание средства серии профессиональных продуктов MEDIDERMA, так и линейка новых для России антивозрастных средств Sesderma MD. Крема, сыворотки и маски так же доступны в профессиональных клиниках и как прежде будут назначаться пациентам их лечащими врачами.

ФОТО: ELEPHANT PR, ПРЕСС-СЛУЖБА X-FIT, JMGROUP, FIVESPA, COSMOTHECA, ORLY

ЮБИЛЕЙ ДОМА АРОМАТОВ

В честь 20-летия французского Парфюмерного Дома M.Micallef в ГУМе, состоялась презентация лимитированной коллекции аромата-бестселлера Royal Muska, выпущенного специально для главного универмага России. Владелица известного на весь мир нишевого парфюмерного бренда, Мартин Микаллеф, приехала в Россию, чтобы лично представить эксклюзивную коллекцию российской публике и пообщаться с поклонниками марки. Посетители ГУМа имели возможность приобрести редкое издание аромата Royal Muska, а г-жа Микаллеф, которая известна и как талантливая художница, по традиции наносила на флаконы изящные рисунки. Парфюмерный Дом M.Micallef уверяет, все самое интересное – впереди.

ПРАЗДНИК ЙОГИ ДЛЯ ВСЕХ

V Международный Фестиваль Йоги и Здоровья FREE SPIRIT – самый масштабный профессиональный Фестиваль йоги в России. 3 дня ярких впечатлений, разнообразных классов и радостного праздника для всей семьи. FREE SPIRIT объединяет развитие, творчество, музыку и отдых на природе. Более 60 классов и лекций на 8 площадках. Для участия приглашены лучшие российские и иностранные преподаватели: Сергей Агапкин, Елена Ульмасбаева, Йогачарья Саджи (Индия), Кэролайн Кован (Великобритания), Йохан Гичар (Франция) и другие. Главная звезда концертной программы – музыкальный коллектив Prem Joshua & Band! Классы и расписание на фестивале составлены таким образом, что каждый сможет принять участие в максимальном количестве занятий не зависимо от своей физической подготовки. Фестиваль состоится 15-17 июля 2016, в культурном центре Этномир (80 км от Москвы). Сайт фестиваля http://free-spirit.ru

СОВЕРШЕННО НОВОЕ МЕНЮ

Ресторан Кому ЖИТЬ ХОРОШО, на Пречистенской набережной Москвы-реки представляет совершенно новое меню, которое разработал шеф-повар Алесей Желнов. Он умело сочетает ингредиенты, уделяя большое внимание подаче, в результате чего каждое блюдо действительно – шедевр и настоящее авторское прочтение классики. Например борщ - Алексей готовит с оригинальными луковыми пампушками, сельдь «а-ля рус» - приобретает особую изысканность за счет с картофельного салата, свекольного винегрета и бисквита из водорослей. А известный десерт «Птичье молоко» шеф-повар делает с лимонным гелем и украшает лепестками роз.

ДЕНЬ ДИАГНОСТИКИ МЕЛАНОМЫ

23 МАЯ 2016 г. при поддержке Дерматологической Лаборатории La Roche-Posay в России в 10-й раз пройдет День диагностики меланомы. В акции примут участие более 900 дерматологов из 90 российских городов, которым можно будет абсолютно бесплатно показать свои родинки с целью профилактики и раннего выявления одной из самых злокачественных опухолей – меланомы. Записаться на прием к дерматологу можно по телефону бесплатной Горячей линии 8 800 2000 345. Линия будет открыта для записи 24 апреля 2016 г.

НАСТОЯЩИЙ ЭКО-АВТОМОБИЛЬ

Будущее наступило – электрический кабриолет Citroen E-Mehari – уже можно купить. Внешне он повторяет концепт Citroen Cactus M, а начинкой – модель Bollor Bluesummer. Двигатель – 50 кВт (68 л.с.), питается от литиево-металлполимерной батареи ёмкостью 30 кВт/ч и позволяет разогнаться до вполне приличной скорости – 110 км/ч. Пробег без подзарядки — 200 км в городе. От бытовой розетки на 16 ампер (220–240 вольт) батарея E-Mehari полностью заряжается за восемь часов. Материалы внутренней отделки нового авто такие же водонепроницаемые, как и съемная крыша. Четырёхместный салон можно самостоятельно мыть из шланга и быть уверенным в том, что все будет в полном порядке. Однозначно – нет предела французскому эко-мышлению.

САЙКЛИНГ – ЭТО ЗДОРОВО

Открытая в башне «Город Столиц» в Москва-Сити, моно-студия сайклинга нового поколения – VELOBEAT – уже стала трендовым и популярным местом. Студия оборудована новейшими велотренажерами марки Schwinn Fitness A.C. Performance: во время тренировки можно следить за скоростью вращения педалей, количеством потраченных калорий и прочими нюансами. Инструкторы студии – профессионалы, следящие за качеством исполнения упражнений и боевым настроем каждого, кто присутствует в зале. Нагрузка рассчитана так, чтобы дать оптимальный, но достойный уровень сопротивления – вращение педалей синхронизируется с музыкальным ритмом тренировки.

ЛИТОТЕРАПИЯ: И КАМНИ ЛЕЧАТ

CrystalBed – в ARYAN EAST WEST CLINIC, – кровать с наполнением из натуральных камней. Ее форма и состав уникальны. Это полотно повторяющее формой ДНК человека, с отверстиями, заполненными полудрагоценными камнями, которые рекомендованы для сеансов исцеления по восточным и аюрведическим методикам, применяемым в клинике. Во время сеанса, сверху, сквозь натуральные кристаллы кварца высокой очистки, излучается свет. Его вибрации соответствуют частоте вибраций каждой чакры (энергетический точки). Получая вибрационные импульсы, все чакры включаются в определенный ритм. Это позволяет сбалансировать энергетическое тело человека и гармонизировать работу всех органов. Уже после первого сеанса нормализуется сон, повышается работоспособность, поднимется настроение. CrystalBed может помочь в исцелении заболеваний пищеварительной, костной и мочеполовой системы, а так же головных болей.

ТУТТА ЛАРСЕН ВЫБРАЛА HUGGIES

Huggies® Elite Soft для новорожденных дарит нежность и заботу о нежной коже малыша с первых дней его жизни. Они имеют уникальный внутренний слой со специальными подушечками, обеспечивающими невероятную мягкость, а специальный слой Soft Absorb за секунды впитывает влагу. Опытные многодетные мамы, как например, телеведущая Тутта Ларсен, предпочитают именно этот бренд: «Я вижу, что новые Huggies® Elite Soft для новорожденных стали мягче, чем те, которыми мы пользовались раньше. Очень удобные застёжки-липучки отлично крепятся в любом месте. Да и индикатор влаги даже мне, маме с большим опытом, очень помогает в своевременной смене подгузника» Для еще большей нежности в составе новых Huggies® Elite Soft присутствует 100% органический хлопок.

ФОТО: JUMEIRAH GROUP PR, MERCURY PR, АГЕНТСТВО SEASONS, EXTRA LOUNGE MOSCOW, POLA, GOLDWELL, ПРЕСС-СЛУЖБА BEAU-RIVAGE PALACE.

ПОЛЕЗНО И УДОБНО

Фирменный детокс-бар от Organic Religion в башне «Империя» (Москва Сити) место, где резиденты делового центра, а также его частые гости могут найти большой ассортимент соков Organic Religion, детокс-программы, функциональные соки холодного отжима и заказать бесплатную доставку интересующих продуктов марки непосредственно в бар. В меню так-же есть и смузи с протеином – что особо актуально для посетителей спортивных центров, а также для тех, кто хочет заменить один или два приема пищи вкусным белковым коктейлем.

ПЕЙТЕ ВОДУ НА МАЛЬДИВАХ

Роскошный курорт All-Suite Hideaway Beach Resort & Spa на Мальдивах, почти год производит собственную питьевую воду! Это не просто маркетинговый уход, а один из важных новых шагов курорта в направлении предоставления экологически чистых услуг. Завод по розливу и опреснению находится в рабочей зоне курорта, где вода проходит два цикла фильтрации и стерилизации, что бы соответствовать международным стандартам. Вода подается гостям в стеклянных бутылках, которые затем возвращаются к розливу для промывки и повторного наполнения. Пятизвездочный курортный остров планирует производить около 400 литров питьевой воды каждый день – в том числе и газированной – что сохранит 12 тонн привозной воды каждый месяц.

ЭМАРИ: ЙОГА+SPA

В новом московском beauty-пространстве ЭМАРИ, открывшемся в начале 2016 года, запускается программа «йога + SPA»: это уроки хатха йоги/йоги для похудения (Slim Yoga) + процедура по телу на аппарате ICOONE. Суть ее в том, что сначала клиент идет на йога-урок, а сразу после этого спускается в салон на процедуру, что помогает достичь максимального эффекта от ухода. Основой философии Студии красоты и центра косметологии ЭМАРИ является вера в природную красоту и неповторимость каждой женщины, стремление подчеркнуть достоинства каждой клиентки, и одновременно создать ощущение естественности образа в целом.

СЛАДКАЯ ЖИЗНЬ

В отеле Le Meurice, принадлежащий Dorchester Collection, в легендарном ресторане Le Dali, где каждый элемент напоминает кабинет редкостей, который был популярен в 16 и 17 веках, с деталями, цветами и материалами самых разных стилей, каждый день проходит традиционное английское чаепитие. Посетители могут уютно расположиться на одном из удобных кресел и отведать чай с новыми сладкими угощениями от шефа-кондитера Седрика Гролле (Cédric Grolet). Десерты с разнообразием фруктовых начинок и вихрем цветовой палитры – настоящий гимн сюрреализма. Классический чай будет подан со «звездами» нового меню: свежеиспеченными сконами с британскими сливками и с удивительной цветной палитрой джема на любой вкус, непревзойденными хрустящими мини-сэндвичами, выпечкой с вкуснейшим шоколадом и фруктами и другими элегантными лакомствами.

БЕЗУСЛОВНАЯ КРАСОТА

Новинка – Silk-épil 9 SkinSpa – на сегодняшний день самый быстрый и точный из всей линейки эпиляторов Braun – это три бьюти инструмента в одном: эпилятор, щеточки-насадки для деликатного, а также для более глубокого пилинга. Этот «гаджет красоты» не только быстро и безболезненно удаляет даже самые короткие волоски, но и предотвращает их врастание между процедурами эпиляции с помощью двух щеточек-насадок для пилинга, которые удаляют омертвевшие клетки кожи, возвращая коже природное сияние и подготавливая ее к увлажнению. Кожа остается невероятно гладкой до 4 недель! Новая щеточка для глубокого пилинга создана при использовании технологии отшелушивания Sonic, благодаря которой более 3000 микровибраций в минуту очищают кожу до шести раз эффективнее по сравнению с механическим пилингом.

БОНУСЫ ОТ BROW&GO

Идеальные брови в Москве от Brow&go. Кроме правильной для каждой клиентки формы, которую тут делают только пинцетом, тут знают, как правильно подобрать и цвет бровей. Ведь далеко не всем идет угольно-черный. Поэтому в Brow&go брови могут осветлить или придать им тот цвет, который будет наиболее выигрышным. Кстати, Brow&go первыми выпустили мобильное приложение с бонусной программой, которое решает сразу две задачи: экономит время и средства. Процесс самостоятельной записи на процедуру оптимизирован до 5 кликов: выбор студии, услуги, мастера (по желанию), даты и времени. Каждый зарегистрированный пользователь автоматически получает персональный промо-код на скидку в 500 рублей и возможность дарить его подругам. За посещение каждой из них на виртуальный счет обладателя поступают 500 рублей.

УЛЫБКА НА ДЕСЕРТ

Кто не ел в детстве зубную пасту?! Теперь это можно делать безбоязненно, так как это вкусно, и главное – с пользой для здоровья. Theodent – первая в мире зубная паста, получившая наивысший статус безопасности G.R.A.S. (Generaly Recognizer as Safe), ранее присваиваемый только продуктам питания. Ведущему исследователю компании Theodent Тетсуо Накамото потребовалось более 30 лет клинических исследований для создания революционной формулы Rennou, ана-логов которой в мире нет. Главный ингредиент формулы пасты – теобромин – вещество, получаемое из какао-бобов. Он стимулирует образование собственных кристаллов гидроксиапатита, запускает естественный процесс восстановления зубной эмали и останавливает развитие кариеса на ранней стадии. Детский вариант пасты Theodent KIDS – имеет вкус настоящего шоколада!

СОЛНЦЕ БЕЗ ЗАГАРА

Этим летом сияния кожи можно добиться без вредного солнца. Летняя коллекция эко-косметического бренда на основе минералов JANE IREDALE «Солнечный румянец» объединяет любимые бронзанты и новинку бренда бальзам для губ FLIRT LIP DRINK. Поцелуй солнца на щеках глазах и губах, все четыре оттенка можно смешивать, подбирать и создавать индивидуальный тон для своего цветового типа, пока экстракты граната и сосновой коры насыщают кожу антиоксидантами и защищают ее от негативных факторов окружающей среды.

SPA

ЛУЧШИЙ В СИАМЕ

Многократный победитель в номинации Best Luxury Wellness SPA на Всемирной премии Luxury SPA Awards и признанный лучшим SPA-курортом Таиланда Conrad SPA Koh Samui расположен на вершине холма с панорамным видом на Сиамский залив. Этот роскошный SPA-центр предлагает сочетание традиционных и современных методов для отдыха и расслабления. Помимо роскошных кабинетов для процедур, занимающих два этажа – для индивидуального использования и пар, в каждом из них есть широкая панорамная терраса, к услугам гостей также парные комнаты, сауны, душевые, салон красоты, зал отдыха, занятия гимнастикой тай-чи и пилатесом, SPA-библиотека и бутик. Гости массажного кабинета VIP Suite могут поплавать в частном бассейне или отдохнуть в персональном джакузи.

ФОТО: CONRAD SPA KOH SAMUI IMAGES

ФОТО: ELEPHANT PR

ОТЕЛЬ SONEVA KIRI

ТАИЛАНД

Снимите обувь. Готовность к смене тактильных ощущений и принятие, хотя бы на время, фразы “no shoes, no news”* как основного постулата в жизни, даст неожиданные результаты. Именно так, босоногими, встречает своих гостей невероятный эко-курорт Soneva Kiri, находящийся на острове Ко Куд в Сиамском заливе. Частный самолет курорта за 30 минут совершает перелет из стремительного Бангкока в практически не тронутый цивилизацией оазис тайского аутентичного мира и бережного отношения к природе.

Тут все не так, как в реальной жизни. Персонального сопровождающего, положенного для каждой из люкс-вилл отеля называют мистер или миссис Пятница (mr./mrs. Friday) – по аналогии с героем «Робинзона Крузо». Вода – не модных брендов, а своя, очищенная и разлитая по стеклянным бутылкам со старомодными пробками. Дома-виллы – построенные целиком, от пола до краешка балдахина над кроватью – из натуральных материалов, например, бамбука искуснейшей выделки, и потому выглядящего, как эбонит или махагон. Машины – багги-электрокары. Даже трубочки для коктейлей в барах и ресторанах – из переработанной бумаги. Потому что только так их можно переработать без вреда для окружающей природы.

Основа философии Soneva – термин slow life (жизнь в медленном темпе) – не просто понятие-тренд, а анаграмма из первых букв слов Sustainable, Local, Organic, Wellness и Learning, Inspiring, Fun, Experiences. И каждое из них бережно культивируется в жизни Soneva Kiri и тех, кто приезжает сюда за новой порцией интеллигентного и умного luxury-сервиса.

Здесь готовят в основном из собственных продуктов, выращенных в садах и огородах отеля, преимущественно орга-

* Нет обуви, нет новостей.

Чтобы дни были максимально долгими и солнечными, в Soneva действует свой часовой пояс. Восход всегда около 7 утра, закат – в 7 вечера.

ническую пищу. Четверг – день без мяса. Все, что было использовано для гостей и возможно переработать, не выбрасывается, а идет на изготовление дополнительных приспособлений (этим в качестве игры занимаются гости-дети). SPA-комплекс курорта Six Senses использует в процедурах только органические средства. И даже самый модный тренд в косметике – популярное кокосовое масло – тут свое. Сделанное вручную минимальными партиями. Как развлекаться, когда нет телевизора, а телефоны персонал отеля вежливо просит отключать? Просто, но с отменным вкусом. Пикники на отдаленных пляжах и снорклинг в прозрачной воде залива. Занятия йогой и аюрведические программы. Походы в джунгли, на рыбацкие фермы и водопады. Обед

В отеле 36 вилл: на морском берегу, на скале или холме, президент-виллы. В каждой бассейн и персональное джакузи.

в одном из 6 совершенно разных ресторанов. Например, в Benz, где меню изменяется каждый день? Или в уникальном, расположенном в подвесной плетеной корзине.

Влажными тропическими вечерами, когда цикады затягивают свою вечную песню, в Soneva принято, наслаждаясь горящими факелами на дальнем пляже, сидеть у кромки воды. Пробовать каждый день новый сорт из коллекций собственного мороженого или шоколада на верандах деревянного променада отеля. Наблюдать за звездами в маленькой обсерватории. Или просто смотреть кино на огромном экране посреди небольшого озера. Полулежа на мягких диванах и чувствуя запахи ночных джунглей.

И напоследок... Перед тем как с Soneva Kiri придется расстаться, отправьте из отеля открытку самому себе. С фотографией своей виллы и пляжа. Перелетев через океаны, квадратик из бумаги с кусочком солнечного света на картинке будет напоминать о том, что только slow life имеет смысл в этой жизни. И что небесный рай на земле вполне досягаем.

Фуршетная аллея отелей

ROOMS HOTELS

ГРУЗИЯ

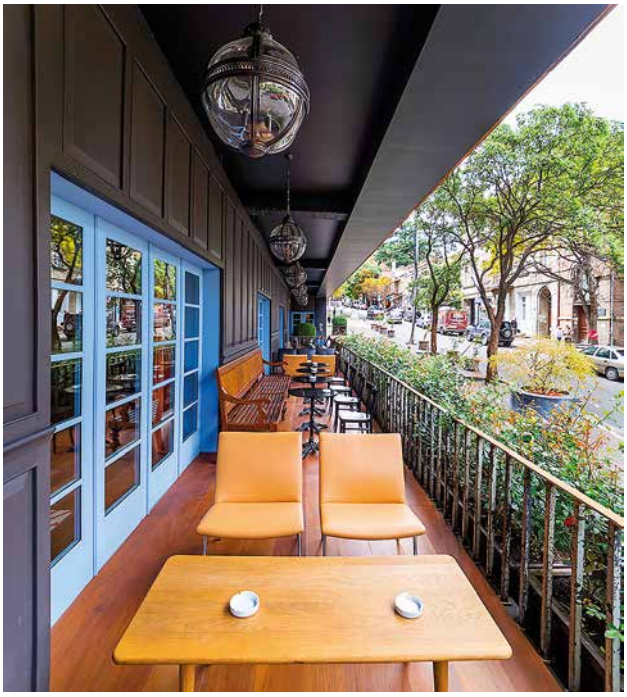
Грузия – новая Европа. 3 часа лёта от Москвы до Тбилиси, возможность арендовать машину, гастротуры, набережная с видом на горы в современном Батуми, горнолыжные курорты и удивительный, манящий Тбилиси. Вместе с потоком туристов растет уровень сервиса, предлагающего не скучные громады сетевых отелей, а искреннее радушие и аутентичность, за которые и ценят эту страну.

Отели Rooms Tbilisi и Rooms Kazbegi смело можно назвать частью программы возрождения былого величия Грузии: здание в Тбилиси – бывшая типография, курорт у подножия кавказских гор – отреставрированный санаторий. До сих пор отелей такого типа в Грузии не было. Благодаря развитию инфраструктуры эти места становятся центром притяжения, куда стягивается и местная молодежь: посидеть за разговорами в баре или ресторане отеля в Тбилиси, который расположен в модном столичном квартале Вера. А это верный признак новой волны.

Безусловно, в отелях сделана ставка на дизайн. Вековая старина сочетается с индустриальностью – прием, так любимый интеллигентной публикой, воротящей нос от откровенного новодела. Легко, с иронией создается современный грузинский шик – выжимка из всего лучшего старого и «нащупывание» лучшего в новом, которое со временем тоже станет традиционным. Создается ощущение, что ты приехал к грузинским родственникам, у которых последний раз гостил на школьных каникулах, а они за это время отучились в Нью-Йорке, попутешествовали, вернулись домой, привезли прекрасные образцы экодизайна и

Дизайн ванных комнат напоминает винтажную нью-йоркскую атмосферу: белый кафель, мраморные раковины и зеркала в состаренных, словно потертых, рамах, а также аксессуары в духе shabbychic.*

** потертый шик (англ.).*



органично вписали их в свою старую квартиру. Сочетание цветов, фактур, произведений искусства, мебели, музыки и света создает легко узнаваемый стиль интерьеров гостиниц сети. Хотя в горах дизайн больше приближен к деревенскому, некоторые детали, например, вручную сотканные ковры и тщательно отреставрированные дубовые панели местного производства, присутствуют в оформлении обоих отелей.

Главный фасад Rooms Tbilisi украшают дубовые панели, которым более 150 лет, а бывшая шахта лифта типографии превратилась в вертикальный цветущий сад, который проходит по всей высоте здания.

Пускай горнолыжный сезон позади, но, как известно, лучше гор могут быть только горы, причем в любое время года. Весной, летом и осенью в Rooms Kazbegi можно смело ехать осваивать грузинскую кухню через мастер-классы. В это благодатное время здесь готовят блюда из продуктов местных фермеров с обилием горных трав, которые цветут на протяжении всего теплого периода. Не привезти домой лишние 3-5 кг зимой позволят лыжи, а летом – долгие горные прогулки, спортзал и активные процедуры SPA с панорамным видом на горы. И то вряд ли. Но это с лихвой окупится ощущением прикосновения к прекрасному – возрождению удивительной страны.

ФОТО IDEA GRANDE PR

РЕЛАКС ПОД КОДОВЫМ ЗАМКОМ

Для своих отелей по всему миру сеть Rocco Forte Hotels выбирает примечательные здания с историей. Не стал исключением и Берлин – Hotel de Rome расположился на одной из центральных площадей города Бебельплац, по соседству с Берлинской оперой и в пешей доступности от Музейного острова, в здании 1889 года. Архитектурная сдержанность постройки неудивительна – до 1945 года здесь располагалась штаб-квартира крупнейшего в Германии «Дрезднер банка».

На здание, специально построенное под нужды банка, денег не жалели, потому строили его на века. После трехлетней реконструкции под управлением директора по дизайну всей коллекции отелей Rocco Forte Hotels Ольги Поллицы и архитектора Томазо Зиффера пространства сохранили налет старины, строгости и монументальности: чугунные перила лестниц, мозаичные полы, деревянные панели в отделке. В бывшем операционном зале теперь проводят балы и званые ужины, а зона релаксации, SPA de Rome, вообще расположилась в хранилище драгметаллов. Двадцатиметровый бассейн, 6 комнат для процедур, финская сауна и парная прячутся за массивными и надежными сейфовыми дверьми.

В бывшем операционном зале теперь проводят балы и званые ужины, а зона релаксации, SPA de Rome, вообще расположилась в хранилище драгметаллов.

С января этого года в Hotel de Rome, как и в других отелях сети, обновилась SPA-концепция. Теперь гостям предлагают не только расслабляющие и оздоравливающие процедуры (а здесь есть даже массаж для беременных и деток), но и программы правильного питания и занятия фитнесом на самом современном оборудовании. Испытать его эффективность можно, даже если спорт не входил в ваши планы или специальной одежде не нашлось места в чемодане. Гостям предоставляется большой выбор одежды из натуральных тканей «в аренду» для тренировок в зале, йоги или пробежки по городу.

SPA-процедуры теперь проводят на собственной марке косметики – Forte Organics. Ингредиенты для нее собирают в садах одного из курортов сети – сицилийского Verdura Resort: оливковые и ореховые масла, растения, фрукты и цветы этого крупнейшего острова Средиземноморья.

Косметику для тела стремились создать нейтральной – у некоторых средств аромат практически отсутствует.

ФОТО

ЧЕСТНОЕ *СЛОВО*

ОТКРЫВАЯ ПЕРВЫЙ В РОССИИ SPA-ЦЕНТР MAHASH NATURAL DAY SPA, ЕГО ОСНОВАТЕЛИ АЙЗЕК И ИНАРА МОРЕНО ТОЧНО ЗНАЛИ, ЧТО БУДУТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТОЛЬКО НАТУРАЛЬНУЮ ПРОДУКЦИЮ. ПРОРАБОТАВ НА РЫНКЕ ОКОЛО 5 ЛЕТ, СОБСТВЕННИКИ MAHASH ТОЧНО ЗНАЮТ ПОЖЕЛАНИЯ СВОИХ ГОСТЕЙ: КАКИЕ ПРОДУКТЫ ИМ НРАВЯТСЯ, КОНСИСТЕНЦИЯ И АРОМАТ, КАКИХ СРЕДСТВ НЕ ХВАТАЕТ В ДРУГИХ ЛИНИЯХ...

ТЕКСТ: МАРИНИКА МАРКОВА

С приобретенным опытом пришло понимание, как много преимуществ, когда есть возможность самостоятельно контролировать качество продукции. так, возникло решение запустить собственную косметическую марку MAHASH.

БЫТЬ НАСТОЯЩИМ

Концепция MAHASH SPA изначально была настоящей во всем. Идеологи и основатели философии Махаш всегда стремились к натуральности – будь то ингредиенты для спа-ритуалов в хаммаме или дизайнерское оформление салона. Концепция косметического бренда органично выросла из концепции спа-центра и пожеланий гостей. Все сложилось естественно, не надуманно, этап за этапом. «Мы, безусловно, шестым чувством не ограничивались - изучали рынок органической продукции. Знакомились с интересными брендами. Но, в любом случае, всегда оставались верны своему видению в запуске собственной марки - говорит Айзек Морено».

МАКСИМАЛЬНАЯ НАТУРАЛЬНОСТЬ

Создавая косметику MAHASH, основатели марки - истинные перфекционисты - стремились к идеальному составу – безвредному, но при этом действительно эффективному. В линии MAHASH есть продукты, содержащие до 82 % органических ингредиентов и это действительно очень большой процент. В линейке средств представлены настолько натуральные продукты, имеющие сертификацию "food grade" – (например бальзамы для губ полностью состоят из органических ингредиентов) что их даже можно есть!

К поиску производства косметики, Морено отнеслись с такой же серьёзностью, с какой современные родители выбирают своему ребенку школу или детский сад. Выбор был сделан в пользу Канады, где, во-первых - очень высокие требования к качеству выпускаемого продукта, а во-вторых, самое важное для косметики – качество воды. Вода в Канаде - идеальная. Как по минеральному составу. Так и на вкус.

НАТУРАЛЬНОЕ ОТЛИЧИЕ

Чем отличается марка MAHASH от остальных органических брендов? По словам своих «родителей», они очень честная компания. Поводов для сомнений нет: на каждой баночке открыто указан реальный состав средства, - какой процент натуральных ингредиентов, а какой - органических содержится в продукции. «Не путайте натуральные и органические ингредиенты - подчеркивает чета Морено, - натуральной считается продукция, в состав которой, в большей степени входят природные компоненты, а не ингредиенты синтетического происхождения. Органические ингредиенты – это ингредиенты, которые

Среди бестселлеров MAHASH – натуральный заменитель гиалуроновой кислоты на основе экстракта сенны александрийской. Эффект от экстракта даже более продолжительный, чем от традиционной гилауроновой кислоты.

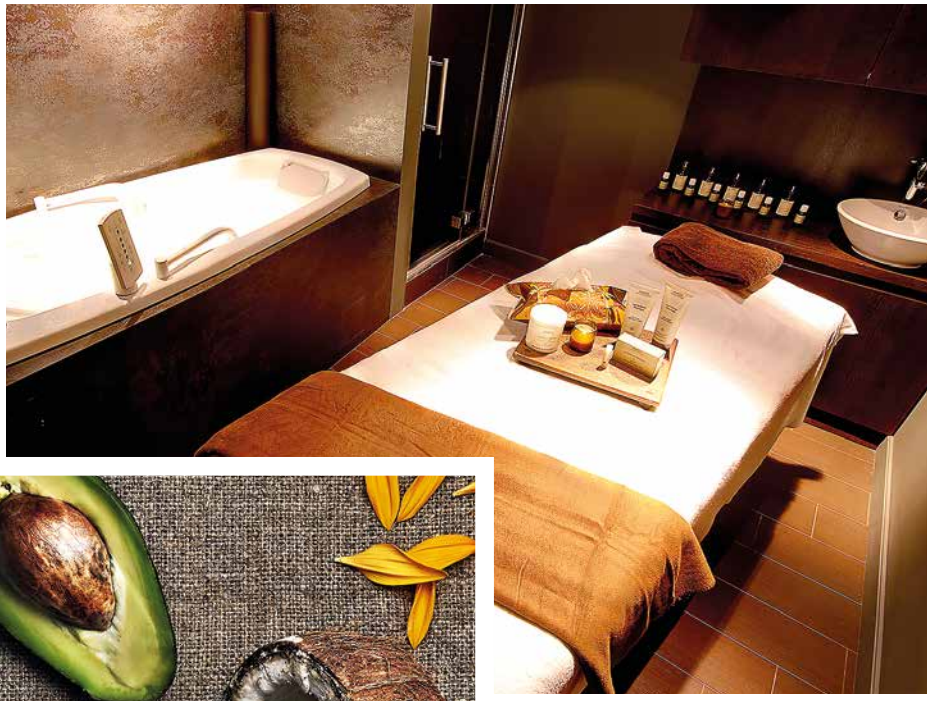
произведены без использования пестицидов, нефтяных удобрений и сертифицированы соответствующими организациями». И в самом деле, зачастую продукция, которую продают и называют органической, содержит всего лишь 10 % органических ингредиентов! Люди же думают, что покупают безвредный органический продукт, хотя это, к сожалению, не всегда так. В составе средства могут присутствовать и ненатуральные, вредные химикаты.

УСПЕШНОЕ НАЧАЛО И СЕРЬЕЗНОЕ БУДУЩЕЕ

Судя по восторженным отзывам в Instagram ведущих бьюти-экспертов, которым-то не так просто угодить, MAHASH ждет большой успех и серьезное будущее. Ведь у проекта цельная философия и очень предприимчивые создатели. Запустив марку для домашнего ухода, Айзек и Инара не затягивая, создали профессиональную, салонную линию - на ней сейчас выполняются различные уходы для лица. В ближайших планах MAHASH Cosmetics - расширить линейку домашних средств - в скором времени поклонникам честной органической марки представят продукцию для различных типов кожи: проблемной, чувствительной, а также, для нормальной и комбинированной. А чуть позже, сбудется мечта всех, кто одержим стройностью. В марте ожидается запуск органической линии для тела The Body Rocker, направленной на антицеллюлитный эффект и слимминг.

Стать поклонниками бренда сможет не только московская аудитория. С весны 2016 года косметика MAHASH будет продаваться в Европе, а в Барселоне откроется первый европейский спа-центр MAHASH.

КОСМЕТОЛОГИЯ MAHASH – ЭТО КОМПЛЕКСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЦЕЛЕБНЫХ СВОЙСТВ РАСТЕНИЙ, АРОМАТОВ И ТЕХНИК МАССАЖА ДЛЯ РЕШЕНИЯ ПРОБЛЕМ КОЖИ, ПОДВЕРГАЮЩЕЙСЯ НЕГАТИВНОМУ ВЛИЯНИЮ СВОБОДНЫХ РАДИКАЛОВ, СТРЕССУ И АТМОСФЕРЫ МЕГАПОЛИСА.



LUMINOUS

Уход для осветления и выравнивания тона кожи 90 мин

Высокоэффективные увлажняющий уход, разработанный для коррекции избыточной пигментации, осветления и восстановления внешнего вида тусклой и уставшей кожи. Растительная гиалуроновая кислота глубоко увлажняет клетки, а комплекс лучших активных компонентов освежает и омолаживает.

Основа ухода – сыворотка – содержащиеся в ней природные осветляющие вещества, которые по данным клинических испытаний эффективнее и безопаснее гидрохинона, вернут коже ровный тон и свечение.

Основные ингридиенты формул LUMINOUS

- MSM – специальный растительный серосодержащий комплекс, участвующий в обновлении клеток
- полисахарид из семян сенны александрийской (растительная гиалуроновая кислота)
- гамамелис виргинский, кошерный овощной глицерин, собранный в природе трутовик лакированный (койевая кислота)
- гликолевая кислота, гидроксиэтилцеллюлоза, каррагенан
- собранные в природе: ива лоснящаяся (ивовая кора/салициловая кислота), китайский женьшень, мелисса лекарственная.
- Органические: алое, лакрица, анис, хрен деревенский, лимонник китайский, фенхель, эфирное масло мелиссы лекарственной, масло жожоба.

PEELING HAPPY

Органический пилинг 60 мин

Эффективная и безопасная процедура, органическая альтернатива микродермабразивного пилинга, только без покраснений и обезвоживания. Благодаря содержанию высокоэффективных натуральных ингридиентов в смеси для пилинга в сочетании с мануальными техниками, кожа приобретает гладкость и сияние, стираются признаки усталости и старения.

Основные ингридиенты формул peeling happy

- Мелкая крошка натуральных минералов (алмазная пыль)
- дерева ши, масло авокадо, масло из виноградных косточек, масло жожоба, конопляное масло, овощной глицерин, токоферол (витамин Е)

Красить по-британски

В БРИТАНСКОМ САЛОНЕ КРАСОТЫ SACO ИСПОЛЬЗУЮТСЯ ИННОВАЦИОННЫЕ УХОДЫ ДЛЯ ВОЛОС FABULOSO PRO НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ.

Они позволяют стилисту разработать индивидуальный коктейль-цвет для поддержания цвета между визитами в салон, созданный персонально для кажого клиента и его оттенка и типа волос. Система **Fabuloso pro** предназначена, для быстрого, эффективного ухода. * Без осветления*. Без аммиака*. Без оксидантов*. Без повреждения волос и кожи головы*. Без воздействия перманентного красителя*. **Fabuloso pro** продлевает стойкость цвета, укрепляет волосы, оптимально увлажняет волосы, обеспечивает дополнительную UV-защиту.

Салонный маникюр с доставкой на дом

Выездной сервис маникюра **SHELLY**, для тех, кто умеет сочетать дефицит времени и планирует рабочее и свободное время до минуты. Мастер сервиса (заказать услугу можно он-лайн на www.shelly.ru) приезжает, когда и куда удобно клиенту со всем необходимым оборудованием. Все инструменты стерилизованы, упакованы и распечатываются при клиенте; одноразовые принадлежности выбрасываются сразу после процедуры. В палитре Shelly более 35 оттенков лаков и гель-лаков компании Essie, которые можно выбрать сразу на месте — весь набор и оборудование мастер возит с собой. Все мастера **SHELLY** имеют большой опыт работы, сертификаты/дипломы о профессиональном образовании, проходят тренинги, стажировку с опытным наставником, обучение в Академии L'Oreal. Сервис работает в Москве в пределах МКАД.

ФОТО: БРИТАНСКИЙ САЛОН КРАСОТЫ SACO, SHELLY

ПОДГОТОВЬТЕ ФИГУРУ К ОТПУСКУ!

Slim-массаж в исполнении тайских мастеров сети СПА-салонов Вай Тай – один из немногих способов похудеть без угрозы набрать вес снова.

Уникальная методика Slim-массажа в сочетании с моделирующим кремом **«Красный перец»** помогает избавиться от лишних сантиметров и целлюлита в рекордно сжатые сроки.

Рекомендуемый курс из **10 процедур** надолго сохранит гладкость и упругость кожи.

(495) 645 09 45 · WWW.WAITHAISPA.RU

ОПЫТНЫМ ПУТЕМ

ЗАДАЧИ SPA-ПРОЦЕДУР НЕ СВОДЯТСЯ К ОДНОМУ ТОЛЬКО РАССЛАБЛЕНИЮ. С ИХ ПОМОЩЬЮ ТАКЖЕ МОЖНО ПОВЫСИТЬ ОБЩИЙ ТОНУС, РЕШИТЬ ПРОБЛЕМЫ СО ЗДОРОВЬЕМ И ДАЖЕ НАЛАДИТЬ ОТНОШЕНИЯ С ЛЮБИМЫМ ЧЕЛОВЕКОМ. НУЖНО ЛИШЬ ОПРЕДЕЛИТЬСЯ С ЦЕЛЬЮ, И SPA-РЕШЕНИЕ НАЙДЕТСЯ БЫСТРО.

Что: *«Радикальное обновление» от космецевтики Thalgo M-CEUTIC*
Где: *салон Ю'Бьюти*

Этот уход на французской марке показан при значительных нарушениях текстуры кожи: тусклость, пост-акне, стойкая пигментации. Процедура начинается с подробной диагностики всех аспектов, влияющих на качество и физиологический баланс кожи. Дерматолог определяет, какой из 3-х вариантов пилинга (концентрация кислот от 8% до 22,5%) необходим для ухода зависимости от состояния кожи. Подготавливается кожа с помощью геля для снятия макияжа и глубоко очищающего отшелушивающего геля, которые, как и все последующие средства, смываются влажными японскими полотенцами «ошибори» различной температуры. Второй этап– нанесение обновляющего пилинга, состоящего из 3 кислот: салициловой, стабилизированной аскорбиновой и яблочной гидроксикислоты. После очередного умывания, на избавленную от всего лишнего кожу наносится пенная сыворотка-активатор Pro-Detox с чистым активным кислородом (5%). А на нее – гель на основе запатентованного комплекса MESOLIFT MARIN (14 минералов, 18 аминокислот, гиалуроновая кислота, витамины, нуклеотид) – он восстанавливает метаболизм клеток подобно инъекциям. Третий этап процедуры – профессиональная маска-сыворотка, после которой гладкая кожа красиво отражает свет. Пока действует маска, косметолог делает расслабляющий массаж головы, рук или ног. Весь процесс завершается нанесением крем-сыворотки, восстанавливающей текстуру кожи, и крема-экрана SPF50 для продления эффективности действия средств и защиты кожи от УФ-лучей. При однократном, профилактическом использовании – эффект от процедуры заменен в течение недели. А при прохождении всего курса – более 4 месяцев.

ФОТО SHUTTERSTOCK, THAI LAB, «ГЛОБАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «КРАСОТА», GOLDENMILE, GMT CLINIC

Что: *Процедура глубокого увлажнения Intraceuticals*
Где: *Diplomat clinic*

В случае с отделением косметологии Diplomat Clinic, небольшие размеры клиники становятся ее преимуществом – здесь собраны только лучшие и проверенные временем и опытным директором, аппараты и процедуры. Например, глубокое увлажнение от Intraceuticals – одна из самых эффективных процедур «на выход». Она создает эффект, которого ждут от прймеров, шиммеров и прочих строббингов – сияющая, наполненная кожа, сообщающая окружающим о здоровье и ухоженности хозяйки. Достигается такой эффект за счет проникновения в глубокие слои кожи низкомолекулярной гиалуроновой кислоты – результата медицинских исследований компании Intraceuticals. Эффективная «доставка» осуществляет с помощью аппарата, наконечник которого напоминает аэрограф: сыворотка Intraceuticals находится в специальном резервуаре и сильной струей кислорода «вбивается» по всей поверхности лица. Сам по себе кислород борется с тусклостью кожи, а гиалуроновая кислота увлажняет кожу, буквально заставляя ее сиять. Вся процедура занимает порядка 40 минут – 1 часа, она так же полезна в качестве профилактики обезвоживания в зимнее время и межсезонье (чтобы лицо не замерзло, последним этапом наносят колд-керм). При этом никаких синяков, следов от инъекций и отёков, а результат виден сразу – любоваться собой хочется во всех поверхностях, который могут отражать.

Что: *SPA-маникюр Mahash*
Где: *Mahash SPA на Молодогвардейской*

В Mahash Spa даже обычный маникюр превращается в расслабляющий ритуал. В общей концепции полной натуральности проходит процедура спа-ухода и сам маникюр: после мыльного пилинга с частичками белой вулканической глины, руки омывают в глубокой деревянной чаше, которая выглядит как самодостаточный предмет эко-интерьера. Здесь стремятся к необрезному маникюру, когда кутикула и ногтевые валики обрабатываются специальными пилками – всего в арсенале мастера их 4. Это отличный вариант для тех, кто хочет отказаться от обрезного маникюра – процесс небыстрый, но после 3-5 сеансов в Mahash ногти перестанут зарастать с предательской скоростью. Если же пилочки не справляются с полным удалением кутикулы, мастер деликатно убирает несовершенства щипчиками: никаких неприятных ощущений, воспалённой кутикулы и микроранок.

После «технической» части, мастер повторяет процедуру со скрабом и омыванием. Массаж с питательным кремом завершается горячим полотенцем, в которое заворачивают руки для глубоко проникновения натуральных компонентов косметики Aveda. Покрытие – почти полная палитра лаков Cristina Fitzherald, от разнообразия которых кружится голова.

Что: *Уход и восстановление волос от Macadamia Professional*
Где: *ШАРМ Дистрибьюторс*

Натуральная косметика Macadamia давно доказала свою эффективность, когда необходимо напитать сухие, спутанные, ломкие волосы, или волосы после активного окрашивания или химической завивки необходимой влагой. Двойное мытье головы шампунем Rejuvenating Shampoo, который состоит только из натуральных компонентов и масел экзотических деревьев, продолжается нанесением по прядям питательной увлажняющей маски (Macadamia Nourishing Moisture Masque) для выбранного типа волос. Для равномерного распределения и дополнительного питания маску прочесывают фирменным гребнем, пропитанным маслом арганы и макадамии. Нанесенный состав мгновенно, буквально «на глазах» впитывается в волосы. После 15-20 минут под утепляющим колпаком, маска смывается и на волосы наносят невесомый спрей-масло, который одновременно дает дополнительное увлажнение и ухаживает за внешним видом волос. Проникая вовнутрь каждого, он создает защитный барьер для поддержания влаги внутри. Когда маска смыта, но волосы еще не высушены, заметно, что сухие кончики стали более «живыми». На этапе сушки и укладки волос – время которых уменьшается почти в 2 раза - эффект восстановления становится более очевидным и отпадает острая необходимость отрезать пару сантиметров. Специалисты бренда советуют проводить полную процедуру 2-3 раза в месяц для поддержания стойкого эффекта. А в промежутках поддерживать состояние волос с помощью домашнего ухода.

Что: *Увлажняющий коктейль для тела Moisture Quencher, Clarins*
Где: *SPA Clarins , Санкт-Петербург*

Это увлажняющая программа ухода, обеспечивающая абсолютное ощущение комфорта обезвоженной коже. Устраняет ощущение сухости и стянутости, питает и смягчает кожу всего тела.

Перед каждой процедурой мастер проводит тест кожи для определения нужного вида ухода, а также чтобы понять желания самого гостя SPA. После этого на предварительно очищенную кожу тела (всем посетителям необходимо сначала посетить душ) при использовании специальной мануальной методики наносятся поочередно косметические составы Clarins Pro для питания и увлажнения. Разработанная в институте красоты Clarins в Париже методика основана на плавных движениях не только кистей рук того, кто проводит процедуру, но и локтей с предплечьями.

После самой процедуры на кушетке визажист марки восстановит мейкап, поэтому процедуру можно смело назначать перед вечерним выходом или в начале насыщенного дня. Даже на тонкой, сухой и чувствительной коже, эффект от процедуры держится несколько дней, не говоря уже об избавлении от стресса после долгого переезда из другого города.

Приятным сюрпризом стал подарок от салона – полная косметичка средств по уходу за кожей, который позволил некоторое время поддерживать полученный результат.

ФОТО SHUTTERSTOCK, «ЧЖУД-ШИ», САЛОН DOMENICO CASTELLO

Что: *SPA-уход для ног «Молоко лося»*
Где: *Fresh SPA by Natura Siberica*

По моему мнению, это действительно первый спа-салон российской марки мирового уровня: от дизайна до протокола процедур, от общения персонала до полностью натуральных ингредиентов. Ими марку снабжают местные семейные или небольшие локальные производства по всей России: например молоко лося для этой процедуры добывают в республике Коми с мая по август, замораживают и отправляют в Москву. Здесь его добавляют в ванночку для ног, а в качестве пены используют экстракт мыльного корня. Распаренные ножки массируют скрабом, который не страшно съесть: лосиное молоко, ягоды, таежный мед, сибирские масла и соль рапы – насыщенного солевого раствора, который добывается в лиманах и озерах. Ножки избавляются от всего лишнего и подготавливаются впитывать полезные вещества из маски. В ее основе белая глина, облепиха, морошка, комплекс алтайских масел и таежный мед. В термо-носочках процесс увлажнения происходит быстрее – вас оставляют отдохнуть на 10-15 минут, за которые можно подробнее рассмотреть интерьер комнаты, выполненный из срезов натуральных камней, дерева, камня и бронзы. Процедура хороша сама по себе для расслабления после тяжелого дня или в комплексе с педикюром – ножки еще долго выглядят ухоженными и отдохнувшими.

GLOBAL BEAUTY
MOSCOW

ГЛОБАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ – «КРАСОТА»

AFT метод – «платиновый» стандарт безболезненного удаления волос навсегда!

Удаление волос с помощью AFT технологии признано во всем мире самой комфортной, безопасной и эффективной процедурой!

- Без боли
- Без нагрева
- Без следов

Акция! При оплате 3-х процедур, 4-я в подарок!

8-800-33-77-15
(ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ)

Москва, Столярный переулок, д. 2
www.gclinic.ru

gbclinic

Реклама. Медицинская лицензия № ЛО-77-01-005050

ПОЛУЧИТЕ КОНСУЛЬТАЦИЮ У СПЕЦИАЛИСТА ПО ОКАЗЫВАЕМЫМ УСЛУГАМ И ВОЗМОЖНЫМ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯМ

ЭТИЧНЫЙ УХОД – *целостный подход*

ФОТО: ФИЛИПП НДЗАНА
СТИЛЬ: РОМА ТРАВИН

1. Urban Tribe 04.1 Helix
средство для создания локонов с органик элементами.

2. Leonor Greyl Маска с цветами орхидеи Masque a L'Orhidee
для вьющихся волос и волос с химической завивкой.

3. DR. JART+ Trans-foam Clay
Набор масок-пенок для глубокого очищения на основе французской глины.

4. CLARINS Relax Body Treatment Oil

Расслабляющее масло для тела

5. THALGO Marine Marine Cleanser with organic orange blossom

Молочко для очищения лица с цветами Органического Апельсина

6. YES TO CARROTS

Морковный питательный и отшелушивающий пилинг для нормальной и сухой кожи лица

7. SAMPAR, Source de Jour

Дневной крем « Утренняя роса» с инновационными активными ингредиентами.Для обезвоженной кожи с признаками сухости и мимическими морщинками.

ЭКОЛОГИЧНО – значит бережно!

ТЕКСТ: ИРИНА ШИФРИНА

АНЖЕЛО ВЕРДЕ – АРТ-ДИРЕКТОР И АВАНГАРДНЫЙ МАСТЕР САМОГО ИТАЛЬЯНСКОГО САЛОНА КРАСОТЫ В МОСКВЕ DOMENICO CASTELLO – ОБ ОСОБЕННОСТЯХ ЭКОУХОДОВ ЗА ВОЛОСАМИ, НЕОБХОДИМОСТИ ИСПОЛЬЗОВАТЬ НАТУРАЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ И ПОЛЕЗНЫХ ПРИВЫЧКАХ.

В чем отличие экоподхода к уходу за волосами от того, к которому мы все привыкли?

Главное в подходе «эко» – бережно относиться к тому, чем человека наградила природа! Поэтому мы в **Domenico Castello** очень внимательны к природным данным каждого нашего гостя, и все манипуляции, которые проводим, очень аккуратные и бережные.

Что первостепенно: правильное мытье волос или обязательный уход после?

В уходе за волосами важно все – и правильно мыть, и правильно расчесывать, и сушить, и бережно красить.

Экоподход к уходам за волосами – это мода и тренд, необходимость для тех, кто живет в мегаполисах или нечто другое?

Экоподход действительно стал довольно модным направлением и в сфере красоты, и в еде, и в путешествиях. Но мы свою философию выработали давно и придерживаемся ее вне зависимости от тенденций. Хотя, я думаю, жителям больших городов очень сильно не хватает близости с природой, поэтому почему бы не последовать популярному тренду!

Стоит ли ухаживать за волосами по рецептам наших бабушек: помыть голову желтком яйца или кусочком черного хлеба? Ведь и яйца сейчас, и хлеб – совсем не

ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО NSTD-AGENCY.COM

такие, как были 20-30 лет назад.

Действительно, яйца и хлеб – не самые удобные ингредиенты для ухода за волосами современной модной девушки большого города. Но зато существует косметика, которая максимально натуральна. Кстати, у себя в салоне, в программах ухода, мы используем нашу авторскую натуральную маску Arte e Natura из реально натуральных составляющих: оливкового масла, лимона, итальянских трав и еще пары-тройки секретных ингредиентов, которые мы не раскрываем. Поверьте, действует она не хуже русского черного хлеба!

Кто в большей степени нуждается в таком «особо бережном» уходе – люди с окрашенными / химически обработанными волосами или с натуральными?

Уход требуется и натуральным, и окрашенным волосам. Он помогает окрашенным волосам оставаться здоровыми и не портиться от воздействия агрессивных сред красок, а натуральным – выглядеть красиво, больше блестеть.

Как при выборе ухода, средств для мытья не ошибиться в том, что покупаешь или выбираешь в салоне?

Конечно, 100 % натурального шампуня вы не найдете – долго они не хранятся, да и намылить такой шампунь на волосы довольно проблематично. Сейчас же многие бренды заявляют о себе как об экомарке или продукте, но таковыми по сути не являются. Но можно использовать средства, максимально приближенные к идеальным. Мы в Domenico Castello работаем на средствах итальянских брендов Davines и Philip Martin's.

Если вы дома и не собираетесь на встречу, не сушите волосы феном, дайте им возможность высохнуть естественным путем. Придайте легкую форму при помощи мягкой щетки и рук.

Как правильно ухаживать за волосами в сезон, когда меняется температура на улице и в помещении много сухого воздуха?

Очень важно чаще использовать маски и кондиционеры. Это стоит назвать обязательным условием сохранения красоты и качества волос. Если вы дома и не собираетесь на встречу, не сушите волосы феном, дайте им возможность высохнуть естественным путем. Придайте легкую форму при помощи мягкой щетки и рук. На ночь не оставляйте волосы в тугом хвосте – пусть они лучше «отдыхают» в легкой косе.

Что необходимо делать для волос регулярно? Например, каждую неделю?

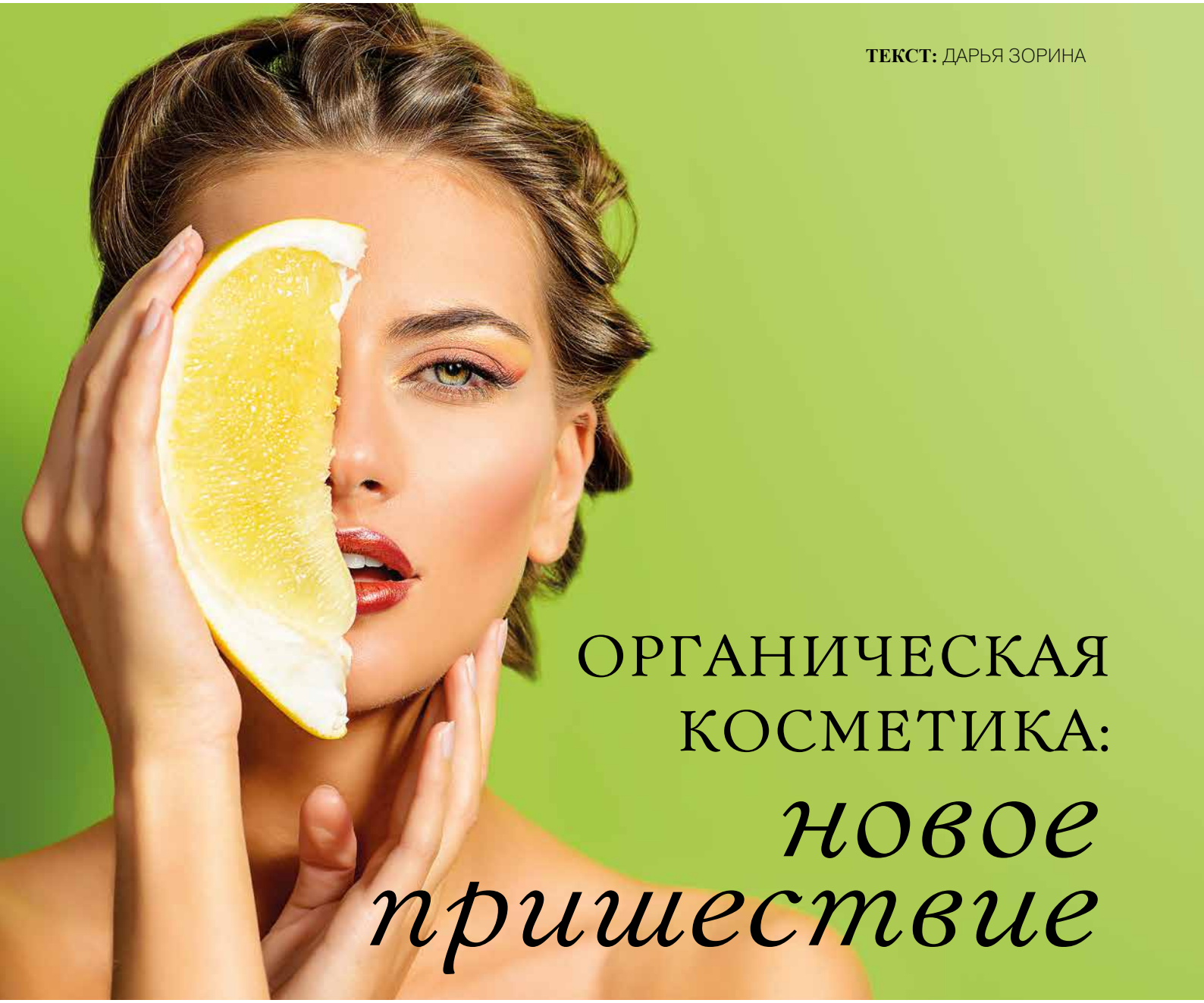
Старайтесь мыть голову максимально натуральными средствами для этого предназначенными. Но обязательно имейте в виду: даже «натуральные» шампуни могут иметь технологичность (химический состав помогает «вытянуть» из натуральных ингредиентов самые полезные составляющие). Не забывайте про маски и кондиционеры! Смешивайте уходы: ваш шампунь может быть предназначен для объема, маска, которая наносится на кончики, – для окрашенных волос, а спрей перед укладкой – для придания дополнительного увлажняющего ухода.

ФОТО INNOVATION NORWAY CREDIT: INNOVATION NORWAY - VISIT NORWAY.COM
PHOTOGRAPHER: JOHAN WILDHAGEN

WELLNESS

НЕ ТОЛЬКО ФЬОРДЫ

Стремление апологетов здорового образа жизни получать от окружающей обстановки исключительно полезное приводит к осознанному выбору мест, где это можно осуществить. Южная Норвегия (называемая Сёрланде (Sørlandet) – почти не тронутый глобализацией край Скандинавии, где купание в озерах, употребление местной еды и прогулки – уже сами по себе настоящий природный велнес и комплексный уход за собой. Вдоль всего побережья здесь небольшие городки с яркими домиками, пляжи, чудные места для купания, а яхтинг стал практически культовым занятием. Снять дом на лето в Южной Норвегии – все равно что получить льготный абонемент на полное оздоровление без тяжелых тренировок, зато с неизменным удовольствием от процесса и результата.



ТЕКСТ: ДАРЬЯ ЗОРИНА

ОРГАНИЧЕСКАЯ КОСМЕТИКА: *новое пришествие*

СОВСЕМ НЕДАВНО ДОТОШНЫЕ КЛИЕНТЫ, ВЧИТЫВАЮЩИЕСЯ В СОСТАВ КОСМЕТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, УКАЗАННЫЙ НА ЭТИКЕТКЕ, И РАЗБИРАЮЩИЕСЯ В ИХ ПРИНЦИПАХ РАБОТЫ НЕ ХУЖЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОНСУЛЬТАНТА, БЫЛИ РЕДКОСТЬЮ. СЕГОДНЯ ТАКОЙ ПОКУПАТЕЛЬ СКОРЕЕ ПРАВИЛО, НЕЖЕЛИ ИСКЛЮЧЕНИЕ. ТЕНДЕНЦИЯ К ЭКОЛИЗАЦИИ НАЛИЦО: МАГАЗИНЫ И РЕСТОРАНЫ ЗДОРОВОЙ ЕДЫ, ОТКРЫВАЮЩИЕСЯ ОДИН ЗА ОДНИМ, РАСТУЩАЯ С КАЖДЫМ ДНЕМ ПОПУЛЯРНОСТЬ ФЕРМЕРСКИХ ПРОДУКТОВ, ХВАЛЕБНЫЕ ОДЫ В ПОЛЬЗУ ОТВЕТСТВЕННОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ В СМИ И, КОНЕЧНО ЖЕ, НАСТОЯЩИЙ БУМ ОРГАНИЧЕСКОЙ КОСМЕТИКИ.

Еще лет 5 назад органик-бренды в нашей стране воспринимались, скорее, как что-то экзотическое, сделанное для определенного круга людей, которые почему-то непременно должны увлекаться йогой, вегетарианством и настоями из лекарственных трав.

Неприметный вид баночек, странный, иногда чересчур «натуральный» запах или его отсутствие вместо привычных приятных отдушек, не прибавляли органик-средствам привлекательности в глазах покупателей.

Сетевые магазины косметики терпели поражение, выставляя на свои полки органик-бренды, – клиент упорно отказывался принимать такую новинку и продолжал делать выбор в пользу привычных глазу и телу средств.

SLOW FOOD – SLOW LIFE – SLOW SKINCARE?

В середине 80-х годов XX века итальянский политический журналист Карло Петрини придумал термин slow food в противовес fast food. Он выступал за традиционные ценности – хорошее вино, рестораны с домашней кухней – и выражал недовольство захватившей сознание людей любовью к нездоровой «быстрой еде». Тогда Карло с трудом находил единомышленников, и лишь в начале 2000-х людям удалось, наконец, осознать важность здорового питания и образа жизни – начался настоящий бум slow life – моды на размеренную и вдумчивую жизнь. Неправда ли, странно звучит «мода на размеренную жизнь»? Но только не в XXI веке, когда сообщения приходят одновременно в нескольких мессенджерах, лента в социальных сетях забита информацией, а сами вы уже не помните, обедали сегодня или нет.

Все, что происходило с середины 2000-х, медленно, но верно приближало к осознанному потреблению, и концепция органической косметики как нельзя лучше вписалась в него.

КАК ВЫБИРАТЬ?

Органические средства учат задумываться о влиянии продукта не только непосредственно на организм, но и на окружающую среду. Основные условия: этическое производство (выращивание в экологически чистых природных зонах без применения химических удобрений, пестицидов и техники), биоразлагаемые упаковки, содержание органических компонентов в составе средств – не менее 95%, отсутствие компонентов животного происхождения и запрет тестирования на животных. О том, что такой продукт не содержит в себе ни намека на силиконы, парабены и продукты нефтепереработки, говорить даже не приходится.

Для того чтобы убедиться, что перед вами органическое средство, надо отыскать на его упаковке отметку сертифицирующей организации. Самые популярные – французские ECOCERT и COSMEBIO, немецкие BDIH и NaTrue, итальянский ICEA и американский USDA. В 2011 году и в России появился свой стандарт сертификации – Bio.Rus. Если остались сомнения, можно обратиться к сайту www.ekokosmetika.ru

ЭВОЛЮЦИЯ ОРГАНИКИ

За последние 5 лет в органических средствах изменилось все, начиная от внешнего вида и заканчивая разнообразием ассортимента.

Джероми и Кестон Мьюджис – основатели марки Grown Alchemist:
«Создавая Grown Alchemist, мы всегда ориентировались на научный подход к красоте. Например, в основе формулы нашего самого популярного средства – восстанавливающего ночного крема с нейропептидами и экстрактом листьев фиалки – лежит принцип воздействия ингредиентов средства на организм в определенные моменты наших циркадных ритмов, так называемых внутренних часов человека. В ночные часы наш организм интенсивно восстанавливается, и если использовать правильные компоненты, чтобы ему помочь, именно в это время можно достигнуть действительно впечатляющих результатов. Мы вообще за высокотехнологичные, "умные" ингредиенты: пептиды, гиалуроновую кислоту, антиоксиданты и, конечно же, полностью органические компоненты, насыщенные аминокислотами и минеральными солями».

УПАКОВКА

Только увидев французские средства **Patyka**, их сразу хочется подарить: так нарядно выглядит картонная оригами-упаковка. Модных австралийцев **Grown Alchemist** с флаконами из темного стекла можно сразу отправить на туалетный столик и представить себя где-нибудь в Сохо. Минималистичных (российских!) **Pure** тоже не стыдно обнаружить в своей косметичке. А черно-белая гамма и узоры на упаковке французской **Absolution** не оставляют равнодушию шансов – они заручились профессиональным одобрением журнала Wallpaper за лучший дизайн.

СОСТАВ И ТЕКСТУРА

Бессульфатные шампуни плохо пенятся? Получите: все такие же органические, но и замечательно мылящиеся

Aveda, Less is More, Weleda. Но придется привыкнуть к тому, что, смыв силикон, входящий в состав большинства моющих средств, волосы не будут лежать так же гладко, как раньше, зато приобретут естественный блеск.
Создатель холистической марки **Dr. Alkaitis** – ученый, эксперт в сфере органики, молекулярный биолог, доктор наук по физической химии Саулиус Алкаитис пошел дальше всех в усовершенствовании формул органических средств и создал составы, которые реально можно попробовать. На вкус.
Захлестнувшая мир мода на персонализацию всего – от инициалов на вещах до индивидуально разработанного парфюма – дошла и до косметики. Органик-бренды предлагают миксовать крем и сыворотки для получения средства, идеально подходящего именно вашей коже.
Мультифункциональность – еще одна черта современной косметики: увлажняющий бальзам для губ и стик для кутикулы в одном **Le Baume Absolution;** стик, который можно использовать как румяна или помаду марки **Ilia.** Последняя особенно в тренде, еще несколько лет назад органической декоративной косметики почти не было. Теперь есть выбор: **Ilia,** с ее цветовым многообразием, **ZAO Organic Make-up** в симпатичных деревянных коробочках, **Dr.Hauschka**

с декоративной линией и модное, дизайнерское творение датчанки Кирстен Кьер Вайс **Kjaer Weis.**

ОРГАНИЧЕСКАЯ ПАРФЮМЕРИЯ

У этих ароматов в составе самые простые формулы и натуральные отдушки. Среди первопроходцев Оливия Джакобетти, создавшая французский бренд органик-парфюмерии **Honore des Pres.** Ингредиенты – из экологически чистых полей Прованса, флаконы упаковывают в стаканчики для кофе на вынос и в емкости, похожие на баночки для варенья!

Марка **A Perfume Organic** – результат изысканий американки Аманды Уокер, долго работавшей в бьюти-индустрии и обратившей внимание на отсутствие альтернативы привычным парфюмам с фталатами и прочими достижениями в области химии. В линейке 5 ароматов, а ингредиенты – не только экстракты цветов и растений, но и неожиданные ноты бурбона, черного трюфеля и розового вина.

ТЕНДЕНЦИИ

Сегодня органические марки – это огромная индустрия, выпускающая товары для детей, солнцезащитные средства, автозагары и даже средства для уборки дома.

Как правило, за большинством органик-брендов стоит личная история человека или его близких, решивших создать собственную марку и сделать мир немного лучше.

Например, известную во всем мире австралийскую марку **Murchison-Hume** основала супружеская пара Питер и Макс Кейтеры. Они придумали полностью безопасные составы чистящих и моющих средства для дома и облачили их в необычную упаковку. Это средства с ароматом белого грейпфрута и инжира в бутылках из темного стекла в аптекарском стиле.

Основательница марки **Ausganica** Морин Лиао приобрела за пределами Сиднея 400 акров сельскохозяйственной земли и выращивает на ней растения специально для средств бренда. У марки есть линии по уходу за лицом, телом и волосами с приятными, натуральными ароматами.

Основательница бренда ограник-автозагара **EcoTan** говорит, что поводом к созданию марки послужила меланома, обнаружившаяся у ее сестры. EcoTan абсолютно безопасная альтернатива настоящему солнцу, в его составе только экстракты фруктов, цветов, трав, масло кокоса.

COOLA – марка, выступающая за сознательное потребление. Компания использует энергию ветра и солнца и упаковку, созданную из переработанных материалов. Кроме того, регулярно делает пожертвования в фонды борьбы с раковыми заболеваниями.

Актриса Джессика Альба – одна из создательниц **The Honest Company.** Во время беременности актриса, как и многие другие мамы, столкнулась с проблемой выбора качественных и экологичных товаров для детей. В итоге ее компания начала с выпуска детских подгузников, а превратилась в корпорацию, производящую безопасные чистящие средства, средства личной гигиены и детскую косметику.

Вероника Валетова, бренд-менеджер марки Ausganica:

«Основным минусом первых органических составов была нестабильность и непредсказуемость поведения средств: расслоение текстуры, возможность появления осадка, изменение консистенции, ароматов, цвета. До сих пор существуют мифы о том, что результата от органики ждать долго, эффект может быть только накопительным. Ausganica разрушает эти стереотипы. Выверены сочетания и комбинации эфирных масел, антиоксидантов, сроки годности увеличились до 1,5-2 лет. Благодаря практически полному отсутствию воды в составах, высоким концентрациям органических ингредиентов, сочетаниям экстрактов, соков, эфирных масел, средства безопасны и даже рекомендованы для использования людям с крайне чувствительной кожей, обеспечивают мощный видимый эффект, сравнимый с действием лучших профессиональных космецевтических брендов».

БЕРЕЖНО К ПРИРОДЕ – ПОЛЕЗНО ДЛЯ СЕБЯ

ВОПЛОЩЕНИЕ ПРИНЦИПОВ ОТВЕТСТВЕННОЙ КРАСОТЫ ИСПОВЕДУЕМЫХ CLARINS

Органический состав: масла какао и карите, экстракт смородины.

«Умный» пигмент: адаптируется к уровню pH губ, усиливает естественный оттенок, придает сияние.

Экологичная упаковка: картон.

Eclat du Jour, умный блеск в этичной упаковке

ОПТИСАЛТ

«Метосепт плюс», «Витанорм плюс», «Бактрум», «Максифам плюс»:

ЗДОРОВЬЕ В ЧЕТЫРЕХ ФЛАКОНАХ

О пользе витаминов, минеральных веществ и других микроэлементов знает каждый, но устроить так, чтобы их всегда хватало, получается далеко не у всех. К сожалению, часто поступающих с пищей полезных веществ оказывается недостаточно, что отрицательно сказывается на всем организме: кожа становится сухой и вялой, волосы – тусклыми и ломкими, а ваше настроение и самочувствие оставляет желать лучшего.

Дисбаланс микроэлементов, стрессы, различные интоксикации (тяжелые металлы, вирусы, бактерии, продукты жизнедеятельности патогенных микроорганизмов) могут привести к серьезным изменениям в организме: снижению иммунитета, антиоксидантной защиты, аллергии, воспалительным процессам в органах и тканях. Применение микроэлементов с целью профилактики и восстановления здоровья позволяет скорректировать отклонения в минеральном обмене на начальных этапах и, тем самым, предупредить развитие целого ряда заболеваний.

Вот уже более 10 лет компания «Оптисалт», опираясь на научный опыт ведущих российских специалистов в области фитологии, паразитологии, иммунологии, микробиологии и микроэлементологии, разрабатывает натуральные растительные препараты, помогающие решить множество проблем со здоровьем.

У вас есть уникальная возможность воспользоваться всем необходимым от природы.

Одна из универсальных разработок компании – препарат «МЕТОСЕПТ плюс», обладающий широчайшим спектром действия. «МЕТОСЕПТ плюс» является противопаразитарным, противовоспалительным, антибактериальным, противогрибковым, седативным, желчегонным, противомикробным и ранозаживляющим препаратом, созданным на основе натуральных растительных компонентов: пижмы, тысячелистника, гвоздики, плодов брусники, корня одуванчика и полевого хвоща.

«МАКСИФАМ плюс» содержит кладезь полезных для организма натуральных компонентов: цинк, марганец, хром, кремний, йод, селен. Он необходим для нормального функционирования нервной системы, поддерживает работу сердечно-сосудистой и мышечно-суставной системы, иммунной системы, печени, пищеварительного тракта, прием препарата благотворно сказывается на кроветворении, мышцах, коже, волосах.

Столь же богат микроэлементами препарат «ВИТАНОРМ плюс», содержащий корень лопуха, корень одуванчика и имбирь, люцерну. Он «работает» в организме как сорбент, оказывает антиаллергическое, желчегонное, иммуномодулирующие действие.

Состав «ВИТАНОРМ плюс» содержит растительные белки, железо, цинк, селен, йод,кальций, фосфор, бор, калий, магний, марганец, медь, хром, серу, а также витамины и ряд других жизненно важных биологически активных веществ.

«БАКТРУМ», в состав которого входят клубни топинамбура сорта «Экстра», инулин, витамин Е и пищевые волокна, является важной составляющей в восстановлении ЖКТ, натуральный пребиотик, способствует росту собственных бифидо- и лакто бактерий. Все препараты эффективны в различных программах детоксикации организма в повседневной жизни, в лечебно-профилактических мероприятиях, на этапах восстановления здоровья после фармакологических воздействий и с целью профилактики возникновения заболеваний.

Продукция компании «Оптисалт» клинически апробирована на кафедре инфекционных болезней РМАПО, в Институте Биологии Развития им. Н.К.Кольцова РАН и имеет международный сертификат «Экологически чистой и безопасной продукции».

Удивительно, но маленькие флакончики, содержащие весь комплекс необходимых микроэлементов, способны вернуть вам здоровье, сильный иммунитет и отличное настроение!

ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О КАТАЛОГЕ ПРОДУКЦИИ КОМПАНИИ «ОПТИСАЛТ» МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ПО ТЕЛ. +7(495)-988-02-50 И НА САЙТЕ WWW.OPTISALT.SU
ДОСТАВКА ПРЕПАРАТОВ 8(800)555-755-8 (добавочный – 2)

1
2
3
4
Paul Emilien
Bougie en Cire
Sous la Treille
EAU
ITALIE

ТАЙНА В СОСТАВЕ

1. Ароматическая свеча **Paul Emilien - Sous la Treille (C Toi Collection)**

2. Диффузор **Eau D'Italie Verbena and Sage**

3. **CHATOYANT** духи, **Rouge Bunny Rouge**

4. **AKOWA – Martine Micallef** аромат с тайным ингредиентом из африканского растения

5. **The Silk от Sensai –** парфюмерная вода

6. **RAMON BEJAR MAGNUM IRIS –** парфюмерная вода

7. **PARFUMS DU CHATEAU DE VERSAILLES –** туалетная вода

8. **CEDRAT от L'Occitane –** туалетная вода для мужчин.

КАК Я ВСТРЕТИЛА *Ану Форрест*

ЕСТЬ МНЕНИЕ, ЧТО ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ПОСТОЯННО ОБЩАЮТСЯ МЕЖДУ СОБОЙ, НАЧИНАЮТ ЗЕРКАЛЬНО ПОВТОРЯТЬ ДЕЙСТВИЯ ДРУГ ДРУГА. ТО ЕСТЬ У НИХ В ПОВЕДЕНИИ НАЧИНАЕТ ПРОЯВЛЯТЬСЯ ЧТО-ТО ОБЩЕЕ: ЛЮДИ СХОДЯТСЯ ВО ВЗГЛЯДАХ НА МИР, НА КАКИЕ-ТО ЖИЗНЕННЫЕ УСТАНОВКИ, СТАНОВЯТСЯ СХОЖИМИ СОСТОЯНИЯ ИХ ДУШ В ДАННЫЙ МОМЕНТ.

ТЕКСТ: ТАТЬЯНА ИЛЛАРИОНОВА (IT-YOGA)

Так или иначе какие-то люди проходят по нашей собственной жизни, как тени. А другие светятся так, что их сияние заставляет «поворачивать голову» и идти за этим светом.

Так произошло со мной, постоянной участницей различных йога-конференций, на которых я встречаю много мастеров и учителей. И всех их я люблю за мудрость и практику.

В ноябре 2013 года на конференции Yoga Journal своим светом меня озарила американская преподавательница йоги, женщина-шаман Ана Форрест.

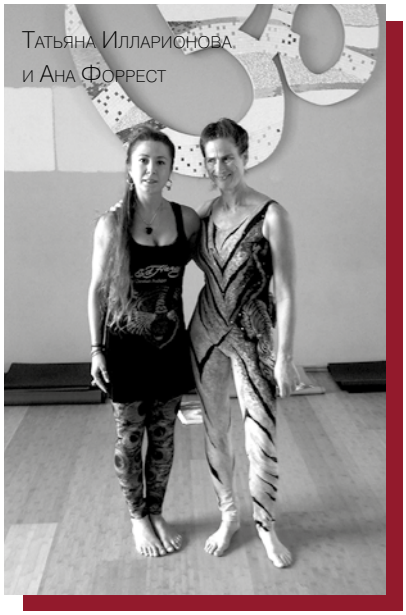
Мастер-класс на конференции дал мне импульс познакомиться с ее книгой «Танец с драконами». А описание жизненного пути Аны, идущее через всю книгу и изобилующее различными ситуациями и примерами, совершено точно срезонировало с моим внутренним состоянием. Это «соприкосновение со светом» Аны сформировало у меня намерение обязательно пропустить через себя и саму практику Forrest Yoga.

Эта собственная практика Аны очень интересна. Она построена на ряде асан хатха-йоги. Некоторые практики работы со вниманием похожи на древние индейские ритуалы: танцы с бубном, обращение к силам сторон света и к собственной внутренней силе. Ввиду непростого личного опыта (жестокое обращение в детстве, насилие, проблемы с наркотиками и алкоголем, булимия, депрессии) Ана разработала также и терапевтическую практику работы с зажимами, в основе которых могут лежать как физические, так и психологические проблемы человека.

Классы Forrest Yoga подходят и женщинам, и мужчинам. Занятия сбалансированы с точки зрения силы и гибкости: много растяжек, прогибов и стоек на руках, предплечьях и переходов из одной силовой формы в другую. И мне кажется, что терапевтический аспект Forrest Yoga – это одна из причин для активного посещения этой практики именно женщинами.

Кстати, женщин на классах гораздо больше еще и ввиду того, что они, как правило, более эмоциональны. Ана – очень сильная женщина, и она отличается от многих американских преподавателей честным выражением собственных эмоций. Она не улыбается всем подряд и не «надевает» улыбку, когда не хочет улыбаться. В ее взгляде – вся эмоциональная палитра. Она откровенна в своих эмоциях и принимает их.

Именно этому – принимать и понимать свои эмоции – можно научиться на классах Forrest Yoga.



Татьяна Илларионова и Ана Форрест

Моментами я ощущала волны материнской заботы, исходящие от Аны, и очень хотелось ее обнять... И этот взгляд, в котором читалось «я знаю, что вы чувствуете, я там была с вами, и я знаю, как с этим разобраться и принять. В тебе есть эта сила».

Ана одним взглядом может остановить суету в голове практикующего и дать ему уверенность в своих силах. Она часто строга со своими учениками, но при этом очень их любит и называет своими «детьми».

Моментами я ощущала волны материнской заботы, исходящие от Аны, и очень хотелось ее обнять... И этот взгляд, в котором читалось «я знаю, что вы чувствуете, я там была с вами, и я знаю, как с этим разобраться и принять. В тебе есть эта сила».

Теперь Берлин ассоциируется у меня с ранним подъемом по утрам, 9-часовой практикой и лекциями о работе с психическими паттернами на Advanced Teacher Training с Аной Форрест.

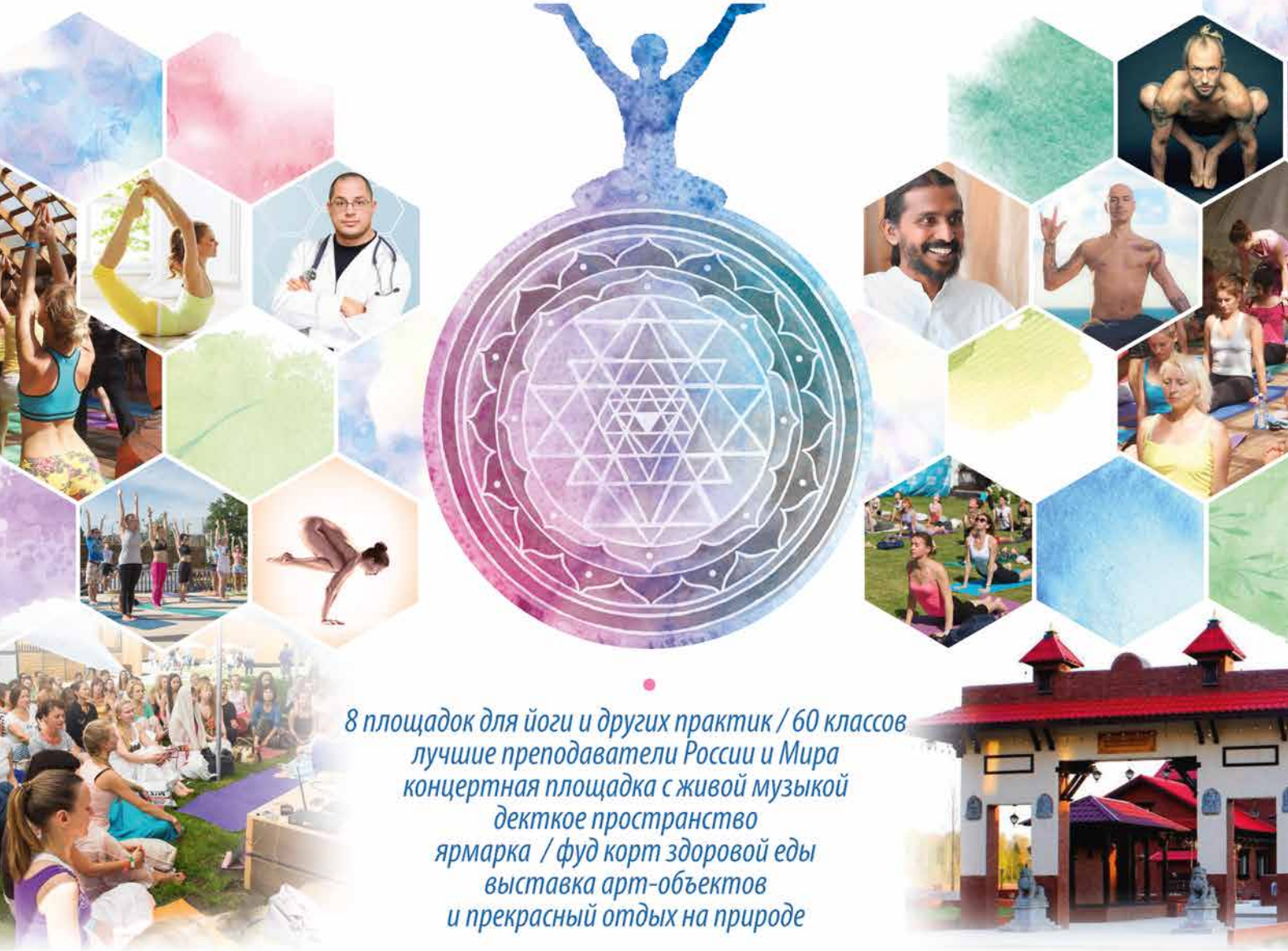
Walk in the beauty – таков девиз пути, который избрала Ана. Она говорит не о глянцевой красоте, а о красоте настоящей, искренней. И эта красота порождена любовью, добротой и уважением к себе, миру и ко всем законам Вселенной, которые наш мир сотворили.

FREE SPIRIT festival

15-17 Июля, Этномир

5-й Международный Эко-фестиваль йоги и здоровья

САМЫЙ СИЛЬНЫЙ
СОСТАВ УЧИТЕЛЕЙ

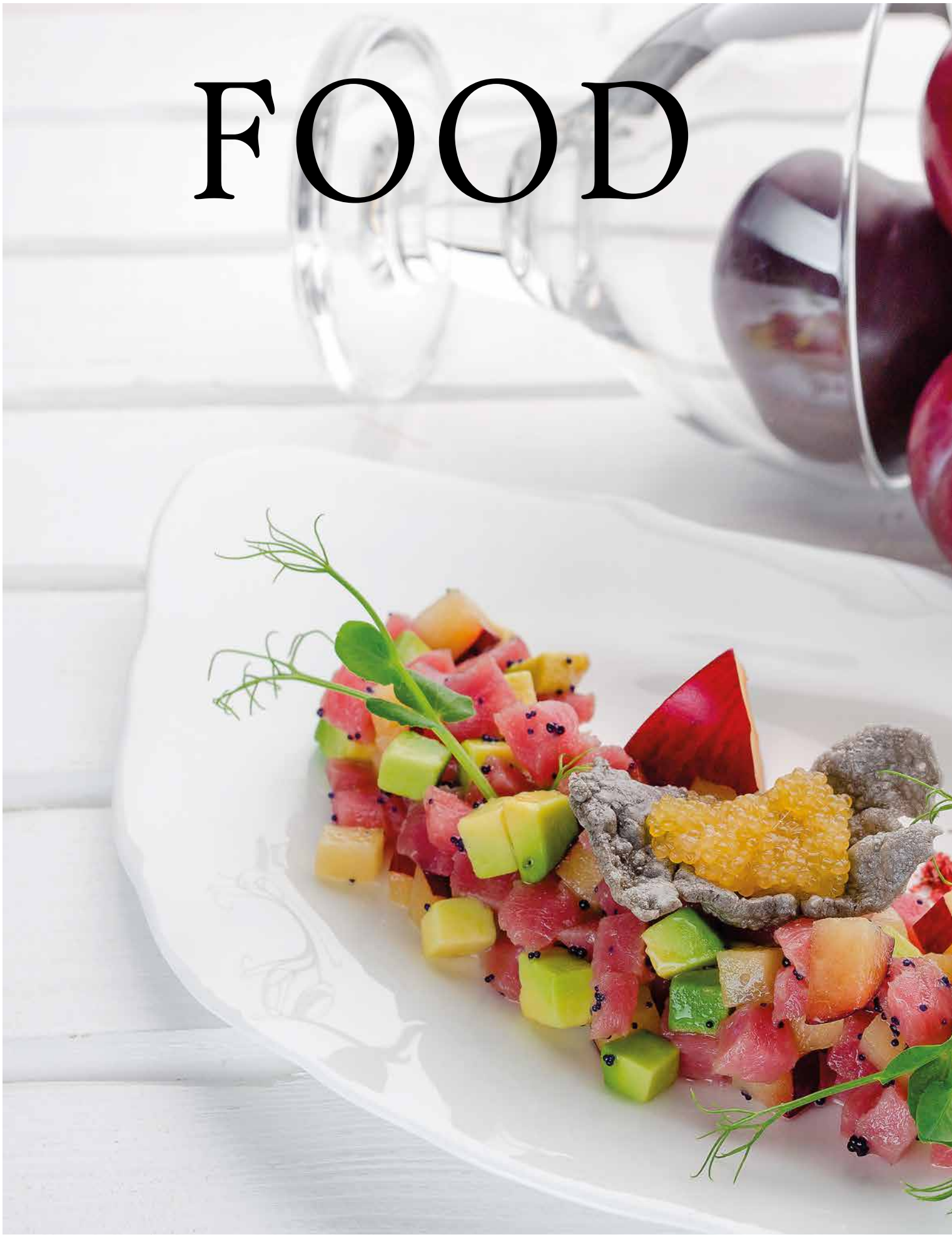


8 площадок для йоги и других практик / 60 классов
лучшие преподаватели России и Мира
концертная площадка с живой музыкой
декткое пространство
ярмарка / фуд корт здоровой еды
выставка арт-объектов
и прекрасный отдых на природе

Подробная информация, расписание классов и стоимость билетов на нашем сайте: **free-spirit.ru**

САМ СЕБЕ
ИКСПОНАТ!
МИХАИЛ БОБРОВ
ФИТНЕС-ТРЕНЕР X-FIT
УЗНАЙ
СПЕЦИАЛЬНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ
НА ФИТНЕС В МАЕ! *
НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ.
ЗВОНИ СЕЙЧАС!
8-800-333-52-52
ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЕТЬ ФИТНЕС-КЛУБОВ X-FIT
WWW.XFIT.RU | WWW.XFIT-PRO.RU
x·fit
FITNESS CLUBS
ФИТНЕС-КЛУБЫ КЛАССА PREMIUM С МОРСКИМ БАССЕЙНОМ В МОСКВЕ:
м. Алтуфьево, м. Динамо, м. Кунцевская, м. Парк Победы, м. Фрунзенская
ФИТНЕС-КЛУБЫ X-FIT С БАССЕЙНОМ В МОСКВЕ:
м. Алтуфьево, м. Бибирево, м. Марьино, м. Нагатинская,
м. Отрадное, м. Речной Вокзал, м. Чистые пруды (Premium)
X-FIT В ДРУГИХ ГОРОДАХ:
Санкт-Петербург, Волгоград, Воронеж, Казань, Краснодар,
Новосибирск, Пермь, Ростов-на-Дону, Самара
* СРОКИ АКЦИИ, ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ, ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ,
ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОРГАНИЗАТОРЕ, УСЛУГАХ, ИХ КОЛИЧЕСТВЕ
НА САЙТЕ XFIT.RU И В ОТДЕЛАХ ПРОДАЖ ФИТНЕС-КЛУБОВ X-FIT.
ПУБЛИКАЦИЯ НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ.
ВЫБЕРИ СВОЙ X•FIT

FOOD



СИНЕРГИЯ ЕДЫ И УЮТА

Еда должна быть разной. Простой и сытной, как street-food; доступной и разнообразной, как в студенческой столовой; или такой, как в новом московском заведении Katusha. Где синергия полноценного ресторана, гастрономического бутика и кондитерской, соединены с уютным европейским интерьером. Это первый подобный проект в России. При приготовлении блюд здесь используются только качественные натуральные ингредиенты. Продукты привозят со всего мира и с российских частных ферм. Рецепты проверены временем и неизменно радуют гостей гастрономического дома.

ЗДОРОВЫЕ РЕЦЕПТЫ ОТ ГИНЗЫ

Маттео Лаи, бренд-шеф ресторана "Jamie`s Italian":

«И дома, и на работе я готовлю только из натуральных продуктов. Покупать их лучше на рынках и у знакомых фермеров, зная, откуда этот продукт и в каких условиях произведен. Сейчас и в супермаркетах можно найти натуральные продукты от фермерских хозяйств, но здесь опять же важно знать, что это за компании, и внимательно читать состав и срок годности. А лучше всего, конечно, покупать проверенные ингредиенты и готовить самому.

У нас в "Jamie`s Italian" строгие требования к продуктам: только фермерское мясо и рыба, свежие овощи, домашняя паста, лучшие сорта оливкового масла, яйца free-range (от кур свободного выпаса), колбасы без глютена, минеральная соль. У нас есть несколько поставщиков в России, чья продукция прошла многостороннюю проверку и соответствует международным стандартам качества бренда "Jamie`s Italian". Например, известная на весь мир «счастливая курица» выращивается в свободном выпасе и без искусственного прикорма на ферме под Санкт-Петербургом с соблюдением самых высоких экологических стандартов».

ФОТО ПРЕСС-СЛУЖБА GINZA PROJECT

ПАНАКОТА С ГЛИНТВЕЙНОМ И ШОКОЛАДНЫМ ГАНАШЕМ

КОЛИЧЕСТВО: *1 порция*

ЧТО ПОНАДОБИТСЯ:

70 мл молока
130 мл сливок
25 г сахара
палочка ванили
3,5 г желатина
120 мл красного вина
палочка корицы
2 г гвоздики
3 г аниса
5 г цедры апельсина
10 г меда

Для шоколадного ганаша:
50 г горького шоколада 55 %, 50 г сливок 33 %

КАК ГОТОВИТЬ:

1. Вино со специями варим до 80 градусов (не должно кипеть!), добавляем апельсиновую цедру. Снимаем с плиты, немного настаиваем при комнатной температуре.
2. Убираем в морозилку на несколько часов до состояния фруктового льда.
3. Готовим шоколадный ганаш: подогреваем шоколад и сливки.
4. Замачиваем желатин в 14 мл воды.
5. Молоко, сливки, ваниль и сахар доводим до кипения, снимаем с плиты, добавляем желатин, тщательно перемешиваем и остужаем.
6. Наливаем панакоту в форму, сверху украшаем глинтвейном и теплым ганашем.

«НА "БАЛКОНЕ"»

Все знают, что морская российская рыба одна из лучших и самых чистых в мире. Именно морская корюшка и представлена в ресторане «Балкон». Вылавливают ее на Дальнем Востоке. И, что очень важно для нас, сразу после вылова и минимальной обработки ее привозят к нам в ресторан.

Корюшка – практически универсальная рыба: она очень вкусна в жареном, вяленом, копченом виде, а также в рыбном супе. Обладает нежным вкусом и не нуждается в дополнительных специях при приготовлении.

В ресторане «Балкон» корюшка подается жареной с толченым картофелем.

СМОТРИ В КОРЕНЬ!

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ СЕЙЧАС В ТРЕНДЕ, И ВСЕ В ОДИН ГОЛОС ЗАГОВОРИЛИ О СУПЕРФУДАХ. О ТОМ, ЧТО ЭТО ТАКОЕ И С ЧЕМ ЕДЯТ ЭТИ ЧУДО-ПРОДУКТЫ, МЫ ПОГОВОРИЛИ С ХОЗЯЙКОЙ РЕСТОРАНА FRESH ИРИНОЙ АЗАРОВОЙ.

БЕСЕДОВАЛА: КАРИНА МАТЕВОСЯН

Сейчас слово «суперфуд» у всех на устах. Так что же это на самом деле такое?

На самом деле речь идет о продуктах растительного мира, которые обладают высокой концентрацией полезных веществ, нигде больше не встречающейся в природе. Это кладовая природы, которую активно использовали наши предки в медицине и гомеопатии еще несколько веков назад. В какой-то момент про них забыли, люди увлеклись искусственными биодобавками, а возникающую боль стали решать одной таблеткой парацетамола. Но сейчас, на волне всеобщего увлечения здоровым образом жизни, на чудо-ягоды и корешки обратили пристальный взгляд вегетарианцы, спортсмены, детокс-гуру и звезды, которые стали активно пропагандировать здоровый образ жизни. Стоило Миранде Керр поведать миру, что в день она выпивает бутылочку сока нони, как его продажи резко пошли в гору. Когда Мадонна поделилась секретом, что во время тренировок утоляет жажду кокосовой водой, ее тут же начали предлагать в фитнес-клубах.

Почему люди именно сейчас стали так много внимания уделять здоровому образу жизни?

В первую очередь это, конечно, связано с ускорением темпа жизни. Людям стало намного сложнее поддерживать себя в состоянии равновесия и гармонии, а значит сохранять свое здоровье. Во-вторых, состав витаминов и минералов в продуктах сейчас сильно изменился. Исследования показывают, что даже по сравнению с 40 годами прошлого века овощи и фрукты стали содержать на 80 процентов меньше питательных веществ из-за истощения земли. Поэтому уделяя столько внимания здоровому образу жизни, мы вернулись к суперфудам, как к одним из главных источников витаминов, минералов, белков и других элементов.

То есть эта такая «волшебная пилюля», которую съел и тут же оздоровился?

Если человек ведет беспорядочный образ жизни, не соблюдает режим и не следит за рационом, курит и злоупотребляет алкоголем, то ему каша из крупы амаранта с порошком маку и семенами чиа, запитые соком нони, погоду не сделают. Невозможно стать здоровым, делая упор лишь на что-то одно — должен быть баланс: стараться составить такой рацион, где хотя бы 70% пищи будет давать организму живую энергию и витамины, больше двигаться, регулярно делать спа-процедуры, направленные на очищение и детокс, и не зацикливаться на проблемах. Слишком серьезно к этому относиться тоже нельзя, нужно иногда позволять себе какие-то разумные поблажки и маленькие радости и делать это с максимальным позитивом. Совсем недавно, выйдя из фитнеса, мне так захотелось сладкого. Я купила себе целую плитку молочного шоколада с изюмом, съела ее всю и получила невероятное удовольствие и заряд позитива. А главное, что она правильно усвоилась и нигде не отложилась. И вообще девушкам нельзя себя сильно ограничивать, тогда организм будет отвечать взаимностью. И если вдруг вы съедите как-нибудь неправильную еду, тело легко с ней справится. Поэтому суперфуды - это лишь одна из ступеней к здоровому образу жизни.

Невозможно стать здоровым, делая упор лишь на что-то одно – должен быть баланс: стараться составить такой рацион, где хотя бы 70% пищи будет давать организму живую энергию и витамины.

Правда ли что суперфуды растут только в труднодоступных местах планеты вроде Амазонки и Тибета?

Абсолютная ерунда! У нас почему-то популярны в большей степени заграничные продукты, Покупатели охотнее верят в чудодейственные возможности ягод годжи, чем в сверхспособности родной свеклы. Но не нужно забывать, что и на нашей земле растет огромное количество полезных овощей, корнеплодов и зелени. Кроме того не стоит пренебрегать принципом локальных продуктов. Все же генетически заложено так, что наши предки если морковь и картошку, а не ананасы и авокадо. Поэтому мне бы хотелось акцентировать внимание именно на наших продуктах: петрушка, кинза, укроп, вся зелень и корнеплоды, которые растут в огороде у наших бабушек, - самые настоящие суперфуды.

Какие еще наши продукты могут заменить экзотические диковинки?

Гречка содержит почти столько же белка, сколько модные амарант и киноа. Облепиха гораздо полезней и годжи, и асаи, а в семенах льна не меньше полезных веществ, чем в семенах чиа. Понапрасну забыта сныть трава, которая легко заменяет экзотическую гаурану. Она растет вдоль дороги как сорняк и продается в аптеках. Свежие листья сныти содержат большое количество витамина С и микроэлементов: медь, марганец, железо, бор, титан. В цветках также содержатся эфирное масло, флавоноиды и стероиды. Кроме употребления в свежем виде, трава годится для засолки и маринования и может быть неплохим поставщиком витаминов в зимнее время.

А какие еще наши суперфуды полезны для зимы?

Самый банальный - это шиповник. Плоды шиповника в лечебных целях или просто как общеукрепляющее средство можно использовать круглый год в качестве добавления к фруктовым коктейлям, а также в составе сухих завтраков и травяных чаев, а так же как легкий "перекус" для поднятия энергии.

Как использовать суперфуды?

Суперфуды помогают малыми объемами добиться больших результатов. Совершенно необязательно много читать о них и запоминать состав каждого. Нужно просто отслеживать свое внутреннее состояние и, согласно своим предпочтениям, разнообразить ими свой рацион. Например, каждый день добавлять ложку семян чиа, которые сами по себе являются очень мощным источником белка, в овсянку или бросать несколько ягод годжи в йогурт. И резать побольше зелени в салаты. Ни в коем случае нельзя заставлять себя ими давится. Так как наши желания чаще всего обусловлены нашими потребностями. Поэтому если каждый раз спирулина встает у вас поперек горла, возможно организм просто пытается вам сказать, что на данный момент в ней совершенно не нуждается.

Получается, что у каждого суперфуда своя функция?

Да. Если вам нужно сконцентрироваться, следует пить радиолу - она повышает внимание и память. А если, наоборот, расслабиться, то стоит приготовить себе миндальное молоко. Как-то, пригласив друзей к себе я решила удивить их вкусным миндальным напитком с финиками. В итоге вечеринка превратилась в лаунж, всех расслабило невероятно.

Вы, конечно же, едите суперфуды каждый день.

Я стараюсь с умом использовать их, добавляя к своему рациону сырые какао-бобы, иногда семена чиа или ягоды годжи. Вообще я всем советую каждый день выпивать 30 граммов витграсса. Этот коктейль из ростков пшеницы по своим питательным компонентам равняется трем килограммам овощей и наполняет наш организм силой и заряжает невероятной жизненной энергией. К тому же витграсс содержит в себе массу растительного белка, который с легкостью усваивается нашим организмом.

Кстати о белке! Как вы относитесь к животному белку?

Я лично не ем ни курицу, ни мясо. Я просто не люблю свое состояние после того, как съедаю кусок мяса. Я перестаю чувствовать легкость, мне лишний раз хочется прилечь на диван. Кстати, совсем недавно лучшим бургером по версии одного американского журнала был назван веганский бутерброд, для приготовления которого не использовались продукты животного происхождения. И по словам шеф-повара, популярность этого сэндвича, не содержащих мяса, растет с каждым днем.

А как вы справляетесь со стрессом?

Главное что я всегда остаюсь сама собой в гармонии с собой, окружающими людьми и миром. Для этого нужно слушать себя. Порой это сделать сложнее всего.

И СНЭК ПОЛЕЗНЫМ ДОЛЖЕН БЫТЬ...

ПЕРЕКУС МЕЖДУ ОСНОВНОЙ ЕДОЙ ВАЖЕН НЕ МЕНЕЕ ЗАВТРАКА, ОБЕДА ИЛИ УЖИНА. ЕГО ЗАДАЧА – ОБЕСПЕЧИТЬ ОРГАНИЗМ ДОСТАТОЧНОЙ ЭНЕРГИЕЙ ДО СЛЕДУЮЩЕГО ОСНОВНОГО ПРИЕМА ПИЩИ.

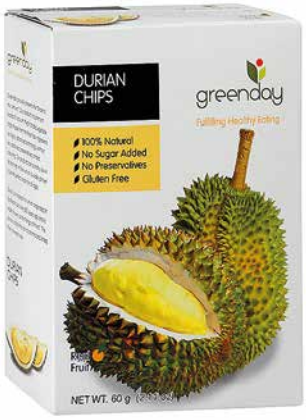
Food Revolution. Полезные чипсы. Карри и чернослив.

Food Revolution. Полезные чипсы. Водоросли нори и паприка.

Кедровое молочко «САВА», с медом, с шоколадом. Напиток из ядер кедрового ореха.

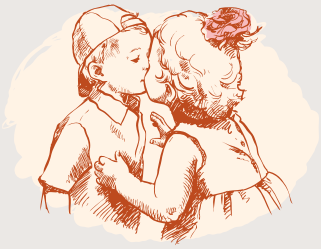
PIKKI. Фруктово-ореховый батончик, микс семечек и клюквы.
FOCO. Кокосовая вода. Природный изотонический напиток.

GreenDay. Чипсы из дуриана.



Идеальный перекус сбалансирован и сытен, в равной степени содержит быстрые углеводы, белки, жиры, клетчатку и, конечно, натурален! Это орехи, овощи, фрукты, сухофрукты, йогурты, яйца, салаты. Сушеные (особенно вакуумно-тепловым способом) фрукты и овощи по максимуму сохраняют полезные свойства, лучше усваиваются организмом, улучшают пищеварение. А продукты из морских водорослей богаты йодом, снижают уровень холестерина, стимулируют работу иммунной системы и разнообразят ежедневный рацион.

реклама



МиниМи

Там, где сбываются мечты

ДИЗАЙН-СТУДИЯ И БУТИК ЭКСКЛЮЗИВНЫХ ДЕТСКИХ ИНТЕРЬЕРОВ

МОСКВА,
КУТУЗОВСКИЙ ПРОСПЕКТ, ДОМ 33
ТЕЛЕФОН: +7 (495) 651 90 66
WWW.MINIMESTUDIO.RU

TRAVEL

ПУТЕШЕСТВИЕ В СТИЛЕ ГРАНД

Если вы хотите, чтобы предстоящая поездка была продолжительной, но не слишком длинной, если любите снежные пики Альп и цветущие долины предгорий, если не мыслите отдыха без термальных SPA-курортов и если вы просто соскучились по правильной размеренности и неторопливой деловитости самых европейских европейцев, то выбор только один: Гранд-тур по Швейцарии. Это маршрут в 1643 км, охватывающий 44 популярных туристических объекта, одиннадцать из которых входят в список всемирного наследия ЮНЕСКО, 2 биосферных заповедника, 22 озера площадью больше 0,5 км^2. Самая высокая точка маршрута – перевал Фурка, 2429 м над уровнем моря; нижняя точка – озеро Лаго-Маджоре, 193 м над уровнем моря. Гранд-тур – это путешествие по лучшим дорогам с захватывающими видами, в основном вне крупных автомагистралей. А еще чистый воздух, горные реки и 450 различных сортов сыра. Не тур, а чистое экопутешествие с приставкой ГРАНД.

VD
CH 518 090

ЭКО ЗДОРОВО!

СЕГОДНЯ ХОРОШИЙ ОТЕЛЬ НЕПРЕМЕННО ДОЛЖЕН ОТВЕЧАТЬ ПРИНЦИПУ «НЕ НАВРЕДИ», А НАСТОЯЩАЯ РОСКОШЬ НЕМЫСЛИМА В ОТРЫВЕ ОТ ПРИРОДЫ. ЭКО-ОТЕЛИ ПОМОГАЮТ НЕ ПРОСТО «ПЕРЕЗАРЯДИТЬ БАТАРЕЙКИ», НО И ВЕРНУТЬСЯ К ОСНОВАМ И ВОССТАНОВИТЬ СВЯЗЬ С МИРОМ. А РАЗВЕ НЕ ТАКОГО РЕЗУЛЬТАТА МЫ ЖДЕМ ОТ ДОЛГОЖДАННОГО ОТДЫХА?

ТЕКСТ: ВИКТОРИЯ МЕЛЕШКО

ОТЕЛЬ “ÄNGAVALLEN”

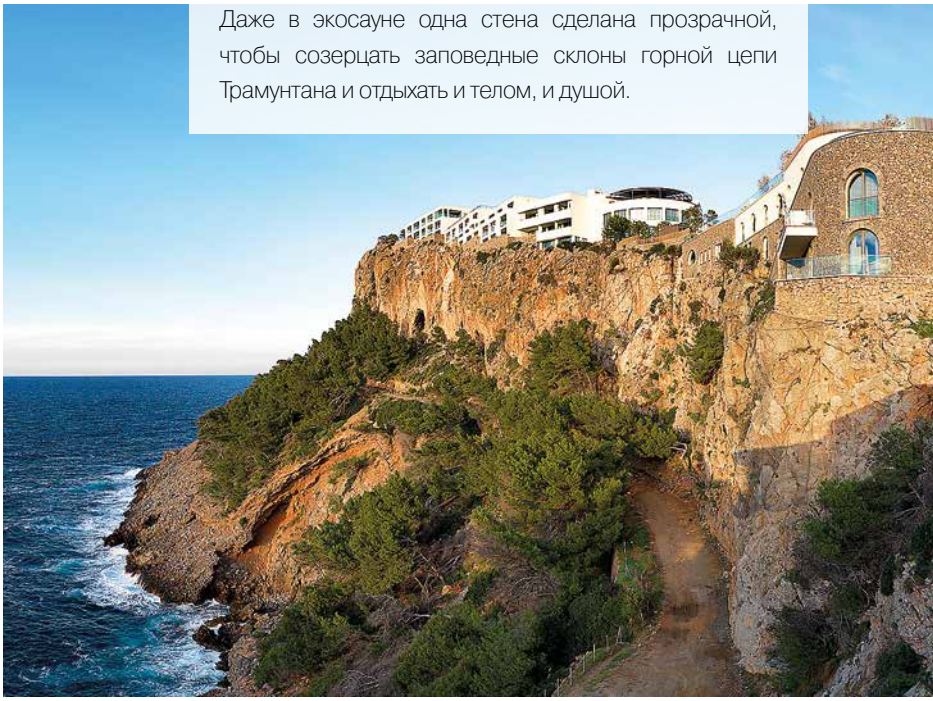
Веллинге, Швеция

На юге Швеции, в регионе Сконе, находится поместье Энгаваллен. Это одна из старейших органических ферм Швеции, рядом с которой устроен чудный сельский отель с рестораном. В отель всего 19 номеров, оформленных в стиле XIX века, при этом он отвечает строгим экологическим принципам: даже используемое в нем электричество сертифицировано Шведским обществом охраны природы. Постояльцы – особенно хорошо приезжать сюда с детьми – общаются на ферме с домашними животными, пекут хлеб в местной пекарне, нагуливают аппетит в окрестных лесах. По утрам их кормят вкуснейшими здоровыми завтраками. А на обед и ужин подают гастрономические блюда, приготовленные из «своих» сезонных продуктов, и к ним – лучшие органические вина со всего света.

ОТЕЛЬ “JUMEIRAH PORT SOLLER HOTEL & SPA”

Сольер, Майорка, Испания

Все 11 корпусов отеля “Jumeirah Port Soller Hotel & SPA”, в которых разместился 121 номер, выстроены по «зеленым» технологиям и снабжаются энергией, которую собирают установленные на крышах солнечные батареи. «Жизнедеятельность» отеля не наносит никакого вреда природе – не случайно он первым в Испании получил сертификат Испанского института устойчивого развития в области туризма. Постояльцам от такого подхода – сплошная польза и удовольствие. В ресторанах подают блюда из фермерских продуктов и свежайшего рыбацкого улова. В Talise SPA предлагают процедуры на основе диких трав, апельсинов и лимонов из долины Сольер. Даже в экосауне одна стена сделана прозрачной, чтобы созерцать заповедные склоны горной цепи Трамунтана и отдыхать и телом, и душой.



ОТЕЛЬ “EVEN HOTEL TIMES SQUARE SOUTH”

Нью-Йорк, США

Этот отель – первый в своем роде на Манхэттене. Сеть EVEN Hotels была специально придумана для путешественников, которые хотят даже вдали от дома поддерживать бескомпромиссно здоровый образ жизни. Чтобы гости привычно качались и крутили педали, для них круглые сутки открыта атлетическая студия. В половине из 150 номеров предусмотрены фитнес-зоны, где заботливо приготовлены фитнес-мячи, коврики для йоги и эспандеры. Но велнес – это не только спорт, но и гармония с окружающей средой. Полноценному отдыху способствуют фирменные матрасы и постельное белье из натуральных волокон эвкалипта, душ в стиле SPA и косметические продукты EO на основе органических трав и эфирных масел. А в ресторане можно выбрать блюда, полезные для сердца, вегетарианские деликатесы и даже перекус на основе принципов палеодиеты.

ШАЛЕ “LE FLOCON”

Ла Плань, Франция

Недалеко от лесного массива, у подножья Ла Плани, стоит это роскошное шале, построенное в соответствии с местными традициями из дерева и камня. Здесь стоит поселиться, чтобы испытать все лучшее, что есть в горном отдыхе вообще и на курорте Парадиски в частности. На четырех этажах шале разместилось шесть спален с ванными, рассчитанных на 14 человек, несколько гостиных, обеденные залы, кухня, фитнес-зал и полноценный SPA-центр. В нем 6-метровое джакузи, панорамный бассейн, сауна, хамам и даже соляная кабина с хромотерапией. После катания по лыжным трассам или по единственной во Франции олимпийской бобслейной трассе вашу компанию будет ждать отдых в SPA, гастрономический ужин и душевный вечер у камина.

ОТЕЛЬ “LAPA RIOS ECO LODGE”

Полуостров Оса, Коста-Рика

Первый из роскошных экологических отелей Латинской Америки, эколодж Lapa Rios в частном заповеднике на полуострове Оса, дает гостям возможность прикоснуться к дикой природе, не нанеся ей вреда. 16 просторных бунгало, построенных из местных дерева и камня, террасами поднимаются по склону холма. На самой вершине – главное здание и смотровая площадка для наблюдения за местной живностью – туканами, ленивцами, обезьянами-ревунами. Хозяйство в лодже ведут аккуратно и бережно: воду для мытья нагревают с помощью солнечных батарей, отходы фильтруют, пластиковую посуду и пакеты вовсе не используют, чтобы они случайно не попали в лес. Постояльцы отеля могут посадить дерево или помочь местной школе.

ОТЕЛЬ “SIX SENSES CON DAO”

Кондао, Вьетнам

Архипелаг Кондао – национальный парк и лучшее место для дайвинга во Вьетнаме. Роскошный отель стоит на частном пляже и включает в себя 50 дизайнерских вилл с бассейнами, построенных из местных материалов. Планировка вилл помогает циркуляции воздуха и обеспечивает свежесть и прохладу без всяких кондиционеров. Применяя эту и другие уловки, отель минимизировал воздействие на окружающую среду, за что был удостоен сертификата Green Globe 21. А еще здесь охраняются редкие морские животные – дюгони. Глубокому погружению гостей в местную природу способствуют и блюда из лучших местных продуктов в ресторанах отеля, и уникальные программы в легендарном SPA-центре Six Senses.

ОТЕЛЬ “MAYA BOUTIQUE”

Накс, Швейцария

Это первый и единственный отель в Европе, если не в мире, построенный целиком и полностью из экологически чистого строительного материала – соломенных брикетов. Он был удостоен множества наград – как за остроумные инженерные решения, позволяющие снизить негативное влияние на окружающую среду, так и за дизайн, комфорт и обслуживание. Здесь всего восемь комнат, и каждая посвящена одному из местных видов деревьев (и древесины): есть комната с дубовой мебелью, обстановкой из сосны или, к примеру, ясеня. Гости наслаждаются видом на горы с террас номеров, набираются энергии в скандинавской сауне-бочке, угощаются блюдами из местных фермерских продуктов, приготовленными на открытом огне, зимой катаются на лыжах, а летом гуляют по горным тропам.

ОТЕЛЬ “BARRIERE LE MAJESTIC CANNES”

Канны, Франция

Один из лучших отелей в мире Barriere Le Majestic Cannes уделяет пристальное внимание заботе об окружающей среде. В каннском Le Majestic рационально используют энергию и воду и даже перерабатывают мусор. В отеле установлены автоматические системы обогрева и охлаждения, использованы «правильные» изоляционные материалы и другие ноу-хау, благодаря которым большое хозяйство роскошного городского отеля налажено оптимально. Даже пляж отеля Le Magestic отвечает концепции eco friendly. Более того, это первый пляж на всей набережной Круазет, который получил сертификат соответствия стандартам нового французского закона о сохранении чистоты береговой линии и звание самого экологичного пляжа.

ОТЕЛЬ “RAFFLES PRASLIN SEYCHELLES”

о. Праслин, Сейшелы

Расположенный на живописном острове Праслин – втором по величине острове Сейшельского архипелага, в пятнадцати минутах полета на самолете или вертолете от острова Маэ (или 45-ти минутах на катере) и в тысячах километров от мегаполисов, отель Raffles Praslin Seychelles входит в десятку лучших пляжных курортов мира, по версии Forbes Travel Guide.

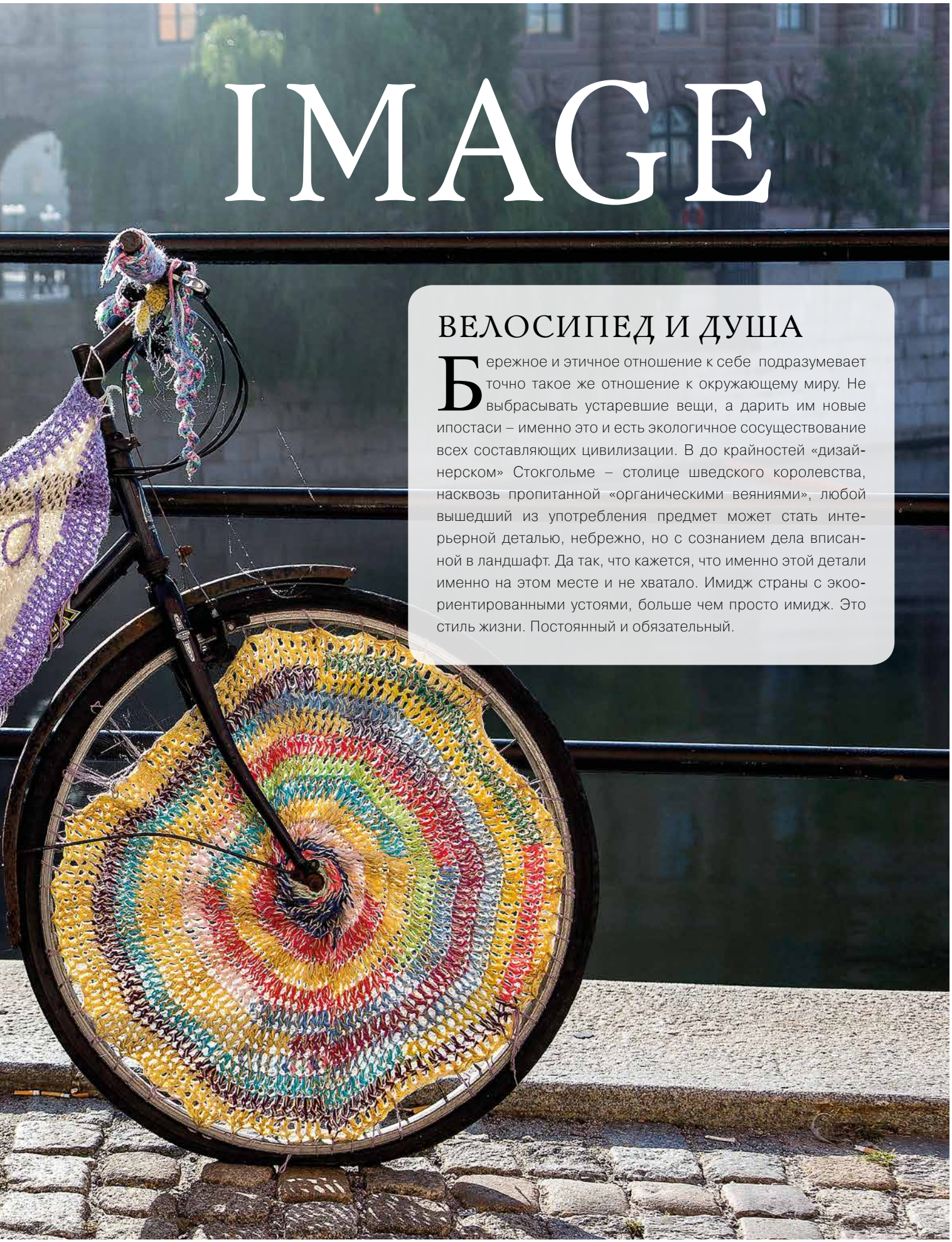
Raffles Praslin Seychelles – идеальное место для побега от повседневности и восстановления связи с самим собой. На курорте Raffles можно плавать, загорать, гулять, заниматься снорклингом, виндсерфингом... или вообще ничего не делать... Можно посетить внесенную в списки Всемирного наследия ЮНЕСКО мистическую долину Национального парка Валле-де-Мэ, где произрастают пальмы-эндемики коко-де-мер, или остров Курьез, знаменитый колонией гигантских черепах и Национальным морским парком, раскинувшимся среди коралловых рифов.

Полное расслабление души и тела, а также восстановление предлагает обладатель множества наград SPA-центр Raffles SPA – крупнейший на Сейшельском архипелаге.

Центр состоит из 13 SPA-павильонов на открытом воздухе с потрясающим видом на океан и предлагает полный спектр SPA-процедур, основанных на «философии перерождения».

При отеле открыт детский клуб Sugar Palm Kids Club с ежедневной развлекательной и спортивной программой для детей и подростков трех возрастных групп. Здесь они исследуют тропы острова, ходят на рыбалку, охотятся на крабов или собирают ракушки. Дети получают «паспорт приключений» и приятный сувенир в подарок от отеля.

© OTTO ERIK TRYGG / VISIT STOCKHOLM.COM



IMAGE

ВЕЛОСИПЕД И ДУША

Бережное и этичное отношение к себе подразумевает точно такое же отношение к окружающему миру. Не выбрасывать устаревшие вещи, а дарить им новые ипостаси – именно это и есть экологичное сосуществование всех составляющих цивилизации. В до крайностей «дизайнерском» Стокгольме – столице шведского королевства, насквозь пропитанной «органическими веяниями», любой вышедший из употребления предмет может стать интерьерной деталью, небрежно, но с сознанием дела вписанной в ландшафт. Да так, что кажется, что именно этой детали именно на этом месте и не хватало. Имидж страны с экоориентированными устоями, больше чем просто имидж. Это стиль жизни. Постоянный и обязательный.

АМОВА О ТРЕНДАХ

ПОТОМСТВЕННЫЙ ЮВЕЛИР СВЕТЛАНА АМОВА, ОСНОВАВШАЯ МАРКУ AMOVA JEWELRY, ОБЛАДАЕТ РЕДКИМ КАЧЕСТВОМ ПРЕКРАСНО СОВМЕЩАТЬ НОВАТОРСКИЙ ПОДХОД И ПРИВЕРЖЕННОСТЬ КЛАССИЧЕСКИМ ПОСТУЛАТАМ ЮВЕЛИРНОГО МАСТЕРСТВА. ЕЕ КОЛЛЕКЦИИ ОЧЕНЬ РАЗНЫЕ, ВДОХНОВЛЕННЫЕ ЧЕМ-ТО ОСОБЕННЫМ. А КАЖДОЕ ИЗДЕЛИЕ СОДЕРЖИТ СВОЕОБРАЗНУЮ ИДЕЮ, ПОСЛАНИЕ.

Светлана, расскажите о вашем совместном проекте с Маратом Сафиным. Вы очень заинтересовали всех своим совместным аккаунтом в инстаграмм @patriki.d.u.

Все началось как хобби, и мы совершенно не ожидали такого большого отклика на коллекцию. Было совместное желание создать что-то, посвященное нашему родному и любимому району Москвы - Патриаршим прудам, где прошло мое детство. Мысль о коллекции «про Патрики» пришла однажды моим друзьям – Марату Сафину и Владимиру Сайгону, и 15 мая 2015 года, они мне позвонили и загадочно сказали «Света – приходи!», и что у них есть супер идея. Именно этот день мы сделали датой основания проекта, отразив его латинскими цифрами в гербе.

Символику придумывали совместно, взяв в качестве первоосновы форму герба Пресненского района, которую мы дополнили также заглавными буквами названия P.D.U. (Patriki District Unity).

Мы создали несколько вариантов принтов на свитшотах, майках, линия ювелирных аксессуаров: браслеты с узнаваемой символикой, кольца и перстни на мизинец с гербом. Проект был задуман как творческий эксперимент, ради увлечения, а в итоге стал трендом, объединив вокруг себя любителей культового места.

Светлана Амова – яркая и незаурядная личность, талантливый художник, обладательница множества наград и премий. Ее работы украшают не только витрины ювелирных бутиков, но и представлены в музеях. Также она является автором медалей для выпускников филиала Международного центра МГУ им. М. В. Ломоносова в Женеве.

Были ли до этого подобные совместные проекты, коллаборации?

Проект P.D.U. не единственная моя коллаборация. Ранее у меня был опыт создания полноценной коллекции с испанским художником Мигелем Гомес Молиной, известным представителем ювелирной династии Испании и значимой политической фигурой автономной области Андалусия. Наша коллекция была посвящена теме времени, ее называние «El Tiempo es Mio». Запонки-«шестеренки» из нее - стали настоящим хитом, полюбились очень многим видным политическим и культурным деятелям.

Необычная и очень интересная коллекция «Etres Et Maties» была сделана с художником из Нормандии Вильямом Бруем. Его серию работ я впервые увидела на выставке в Санкт-Петербурге в Русском музее. Произведения этого художника находятся в частых коллекциях семьи Ротшильдов, представлены в постоянной экспозиции МОМ в Нью-Йорке. Именно они, а так же глубокий смысл о существах и веществах, которые окружают нас, послужили вдохновением для создания отдельной коллекции.

Ну, а кроме этого у меня есть проект, наполовину осуществленный с Антонио Бандерасом. Он, как страстный любитель Испании, придумал сделать ювелирные наборы, посвященные главным городам Андалусии, своей родины. А в дополнение к ним – маленькое колечко, в котором зашифровано послание – признание в любви на испанском – Te Quiero Mucho. Это кольцо уже готово и завоевывает сердца поклонников бренда AMOVA.

С кем хотели бы посотрудничать в будущем: политики, спортсмены, блогеры?

.. со знаменитым физиком Стивеном Хокингом. Его теории о черных дырах, о большом взрыве всегда будоражили мое сознание. И конечно, мне было бы очень интересно создать коллекцию для известного бренда с богатой историей, например Cartier или Hermes.

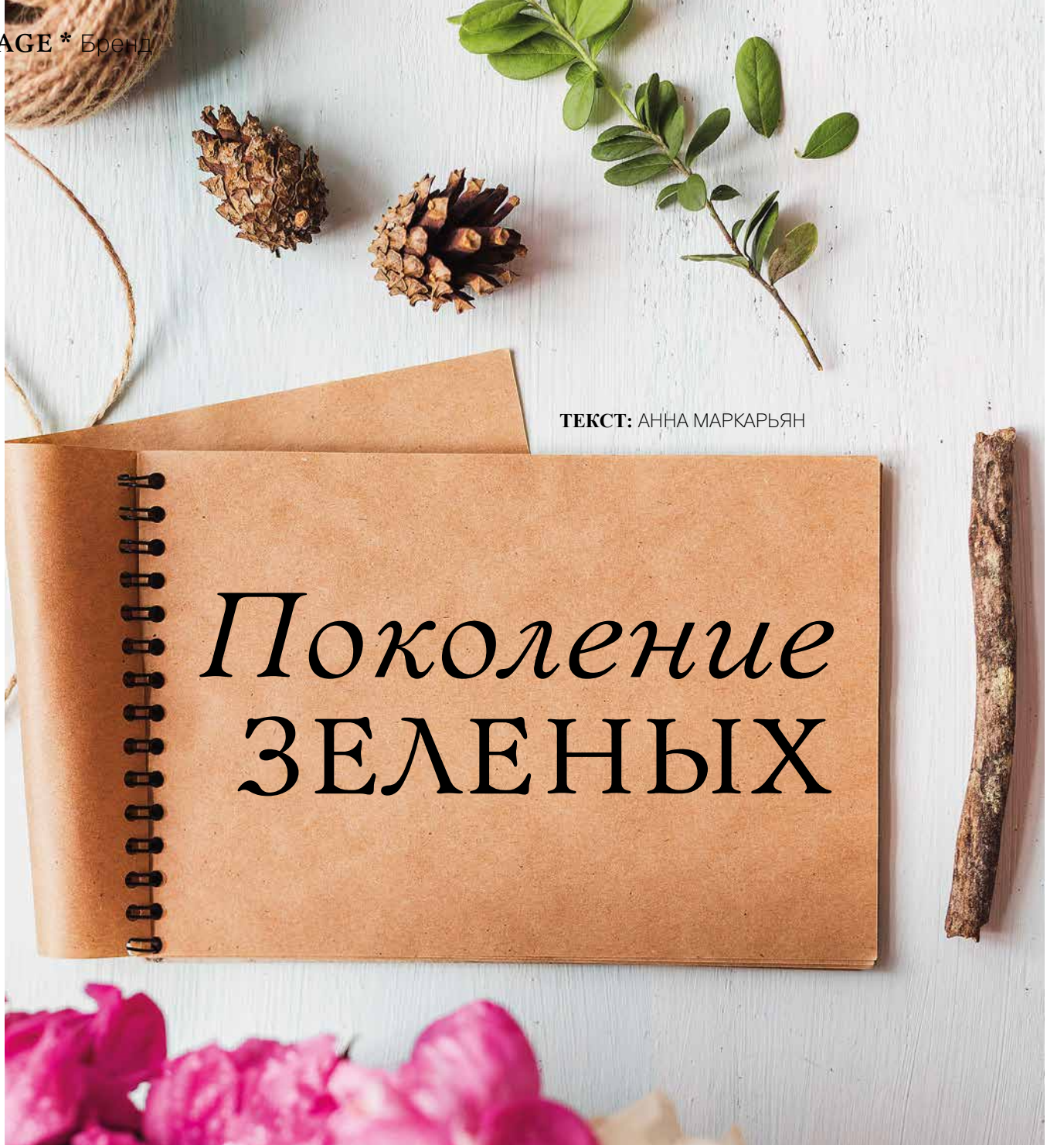
Самые хитовые украшения AMOVA это...?

Это ... конечно запонки, они вне конкуренции! Почему? Наверное, потому что идея элегантного, аристократического мужского стиля, белых сорочек и в целом «Dolce Vita» всегда радует глаз и будоражит фантазию. Мне нравится видеть красивые картинки жизни, я получаю огромное удовольствие именно от созерцания. Идеальный элегантный мужской образ всегда предполагает достойные запонки – этот завершающий, но совершенно непростой штрих мужского гардероба, который порой очень сложно подобрать. Именно по этой причине я и начала их придумывать.

Какой вы видите марку AMOVA через 5 лет?

.. моя марка будет представлена в Нью-Йорке, Лос-Анджелесе, у нас будет моно-брендовый бутик в Лондоне и сильный международный он-лайн магазин. А открывая глянцевые издания по всему миру, я буду находить свои украшения на знаменитостях и трендсеттерах.

Огромный интерес людей и желание обладать созданными нами вещами, где важна идея и образность, привел к тому, что пришлось открыть шоу-рум! (Вспольный пер, 17, т. +7 965 288 6750)

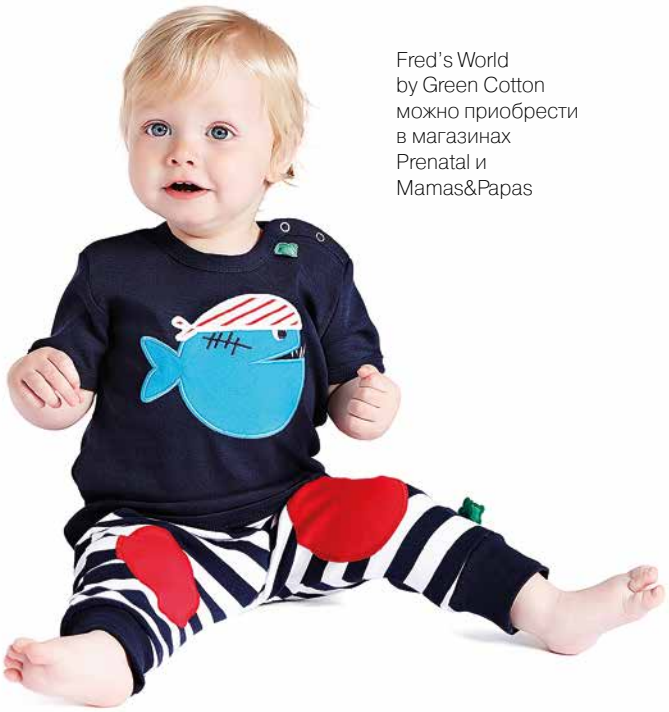


ТЕКСТ: АННА МАРКАРЬЯН

Поколение ЗЕЛЕНЫХ

ЕЩЕ НЕ ТАК ДАВНО БЫЛО СМЕШНО ПРЕДСТАВИТЬ СЕБЕ, ЧТО НА СМЕНУ НОЧНЫМ КЛУБАМ ПРИЙДЕТ МОДА НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ С БЕЗАЛКОГОЛЬНЫМИ ЙОГА-ВЕЧЕРИНКАМИ ПОД СЕТЫ DJ-LISTA, И В ФАВОРЕ БУДУТ АКТИВНЫЕ ЖЕНЩИНЫ ПРОПАГАНДИРУЮЩИЕ КРАСИВОЕ МАТЕРИНСТВО, ЗАБОТУ О ДУШЕ, ТЕЛЕ И ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ. ОСОБО ОДАРЕННЫЕ МАРКЕТОЛОГИ, УЛОВИВ ПРИБЛИЖАЮЩИЙСЯ ТРЕНД НА ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТСКИЕ ТОВАРЫ, СТРЕМИТЕЛЬНО СТАЛИ ЗАНИМАТЬ ПРАВИЛЬНЫЕ НИШИ - ТЕПЕРЬ РАЗБОРЧИВЫМ МАМАМ ПРЕДЛАГАЮТ НЕ ПРОСТО КРАСИВЫЕ И МОДНЫЕ ТОВАРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ. А ДЕТСКУЮ КОСМЕТИКУ, ОДЕЖДУ, ПИТАНИЕ С ОБЯЗАТЕЛЬНОЙ ПОМЕТКОЙ ЭКО.

Этичность по отношению к окружающей среде, безопасность для здоровья и максимальная польза, в сочетании с безупречным внешним видом, делает перинатальные и детские эко-бренды особо желанными и востребованными на рынке. Итальянские и французские дома моды, выпускающие детские «деми-кутюрные» вещи за «недетские» деньги стали уступать позиции всевозможным скандинавским, израильским и австралийским маркам, акцентирующих внимание на органическом составе тканей – приятных на ощупь, глаз и даже обоняние. Одежда, в которой не страшно присесть или испачкаться, созданная из различных эко-материалов, выглядит в разы свежей, дружелюбней и доступней для жизни. Она предназначена и для беззаботных игр на детских площадках, и для торжественных мероприятий, и для повседневных походов в детский сад. Для жизни, осознанной жизни – подразумевающей бережное отношение к своей планете, а, следовательно, и к себе.



Fred's World by Green Cotton можно приобрести в магазинах Prenatal и Mamas&Papas

ИГРУШКИ

Одни из самых популярных органик-игрушек для новорожденных – Under the Nile. Они изготавливаются и наполняются вручную на основе безопасного для детей органик-хлопка, их легко стирать в стиральной машине. Игрушки в форме овощей и фруктов, забавных животных используются детьми не только по назначению: по отзывам многих родителей, младенцы любят их жевать, вместо прорезывателей зубов.

Изготовление игрушек Under the Nile отличает и социальная составляющая: компания помогает матерям малообеспеченных селений Египта работать на эко-производстве не покидая своих домов и семей.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

В 1991 году под брендом Green Cotton была произведена первая футболка из эко-ткани! Именно в этом году основатель бренда Лейф Нергор пригласил всемирно известного дизайнера Катарину Хэмнэт создать первую в мире футболку из **органического хлопка**. Катарина Хэмнэт известна своими футболками с различными политическими и экологическими слоганами, которые носили в 80-ые-90-ые годы Наоми Кэмпбелл, группа Queen и другие звезды. Как и тогда, сейчас основным критерием является производство одежды по технологиям, позволяющим сохранять чистоту планеты и здоровье ее будущего – наших детей. Именно им посвящен датский бренд органической детской одежды Fred's World by Green Cotton. Символ марки – лягушонок Фрэд не только привлекает внимание детей, но и несет глубокий смысл: лягушки одни из самых чувствительных живых существ, реагирующих на любые изменения в окружающей среде. Именно потому лягушки живут только в чистых водоемах! Одежда Fred's World by Green Cotton производится без применения вредных химикатов, тяжелых металлов, фталатов. При создании изделий компания использует безопасные красители, выдерживающие многочисленные стирки, так как по закону Дании о защите прав потребителей гарантия на детскую одежду составляет не менее 5 лет.

ДЛЯ МАМ

Пожалуй, титул самого eco-friendly белья для беременных и кормящих мам сегодня по праву носит линия Second Skin Organic бренда Amoralia (в Москве можно приобрести в бутиках Bornsoon). Название «вторая кожа» говорит само за себя – бесшовные модели из органического хлопка идеально повторяют контуры тела и бережно поддерживают растущий животик и грудь. Белье настолько комфортное, безопасное по составу тканей, что действительно

Serendipity Organics в России представлен в магазинах Mamas&Papas.

Приобретая одежду претендующую на статус экологичной и органической, обращайте прежде всего внимание на ее состав. Эко-одежда изготавливается из тканей исключительно природного происхождения, а их основа выращивается, собирается и обрабатывается в соответствии со строжайшими нормами: без использования пестицидов, ГМО и всевозможных химикатов.

становится неощутимым, практически вашей второй кожей.

Органик-хлопок особенно полезен беременным, кормящим матерям, новорожденным и младенцам. Одежда с маркировкой organic cotton – поддерживает дыхание кожи, она пропускает воздух, а так как органик хлопок окрашивается только природными красителями и не обрабатывается химикатами – вы отдаляете себя и детей от аллергических реакций, которые с каждым годом становятся в мегаполисах и больших городах, все актуальней.

Органическая шерсть, так же, как и хлопковый собрат, подразумевает соблюдение всех норм производства. На стадии обработки шерсти не используются синтетические добавки и химикаты. Такая одежда должна иметь пометку 100% organic wool, она легко отстирывается, не требует глажки и является отличным хранителем тепла, что особенно актуально для долгих русских зим.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

Черпая вдохновение в детстве и природе, датская марка Serendipity Organics – создает благородные, безвредные и очень красивые предметы детского гардероба. В составе утепленной одежды преимущественно сертифицированные органические волокна мериноса (Индия) и шерсти альпаки (Боливия). При создании одежды уже на этапе обработки сырья окрашивают волокна, а не саму ткань, благодаря чему цвет одежды остается максимально ярким, ткань – мягкой на ощупь. Пуговицы сделаны из кокоса или из семян пальм тагуа. Последние при стирке увеличиваются в объеме, но после сушки вновь принимают свою изначальную форму.

Не менее популярна одежда из **органик бамбука** – если одежду для сна из бамбука, или леггинсы или нательное белье – без сомнений покупайте и себе и детям, особенно востребованы бамбуковые боди для детей, а также легенды для мам, в которых очень комфортно заниматься всевозможными видами спорта. Бамбуковая ткань не только приятна на ощупь, но и несет в себе множество профилактических преимуществ: оберегает кожу от аллергии, пропускает воздух, позволяя коже дышать во время тренировок или активных детских игр. А еще особенность состава делает бамбуковую одежду антимикробной, антигрибковой, защищающей от всевозможных бактерий. Для поездок в тропические и экзотические страны подбирайте себе гардероб преимущественно из бамбуковых предметов одежды.

В Москве леггинсы Tammy эксклюзивно представлены в Bornsoon.

Bundgaard

MP Denmark

КОСМЕТИКА

Babo Botanicals – натуральная косметика для ухода за детьми, которая производится на американских фермах. В ее основе – специально разработанный успокаивающий кожу комплекс, обогащенный витаминами и антиоксидантами. Основатель Babo Botanicals – молодая американка, дочь фермера-пчеловода, Кейт Соломон. Забеременев, Кейт решила создать линию профессиональной и безопасной продукции для ухода за ребенком. Так возникла марка Babo, получившая свое название «в честь» детской игрушки маленького сына Кейт – кролика Бабу.

Косметика Babo Botanicals представлена на livingvega.com

ДЛЯ МАМ

Отличным вариантом для спортсменок «в положении» станут леггинсы Tammy английского бренда Seraphine, изготовленные именно из **бамбукового волокна**. В таких комфортно заниматься йогой, аэробикой, или просто гулять на свежем воздухе. Бамбуковая ткань довольно ноская, помимо того, что не вызывает аллергии и обладает бактерицидными свойствами, она еще и защищает кожу от ультрафиолетового излучения. Мягкий и легкий «бамбук» не электризуется, отлично впитывает влагу, пропускает воздух, поэтому одежда из него максимально долго остается сухой и свежей.

Растительный кашемир, или как его чаще называют, одежда из органических соевых волокон, отличается невероятной мягкостью. А еще она прекрасно (почти как шерсть) удерживает тепло, долго служит в носке и опять же позволяет коже свободно дышать. В последнее время актуальность на подобную этичную одежду неживотного происхождения становится все актуальней – не только среди защитников прав животных, но и среди веганов – вегатарианцев, не признающих никаких продуктов животного происхождения (не только в еде, но и в своем гардеробе). Одежда из волокна сои, помимо прочих плюсов, снимает воспалительные процессы, препятствует старению кожи, так как содержит в своем составе витамин Е и сапонин.

ДЛЯ ДЕТЕЙ

Одним из первых в мире производителей одежды для новорожденных из **протеинов генетически немодифицированного соевого волокна** является американский бренд с незамысловатым названием BabySoy. Визитная карточка бренда – мягкие однотонные оттенки, нежнейший материал, состоящий из соевого белкового волокна с добавлением органического хлопка и бамбука.

Одежда BabySoy широко востребована не только в США, но и в других странах. Большими поклонницами бренда являются и известные мамы – Брук Шилдс, Холи Берри, Дженифер Гарнер отмечают редкое на сегодня, а потому довольно ценное сочетание высокого качества одежды наряду с ее весьма доступной стоимостью.

10 принципов сыроедения Марии Контэ

ДЕЙСТВУЙТЕ ОСОЗНАННО

В моей жизни был период, когда я столкнулась с тяжелой болезнью. Помимо прочего, мне тогда нужно было отчищать организм от токсинов, которые неизбежно накапливаются при прохождении лечения. И я стала искать способы. Я много путешествовала, часто бывала на Бали, на Тайване, в Индии, встречалась с интересными людьми в Лос-Анджелесе. Вокруг было много вегетарианцев, особенно меня привлекали сыроеды. Подумав, я поняла, что, возможно, сыроедение и есть то, что поможет именно в моем случае. И действительно, после перехода на сыроедение у меня появилась легкость, улучшился сон, я стала бодрее, сильнее.

СТОРОНИТЕСЬ СТЕРЕОТИПОВ!

Существует мнение, что сыроедение равноценно аскетизму и голоданию. Знакомство с культурой сыроедения приятно удивит кого угодно: raw-food меню разнообразное и очень вкусное. Среди блюд можно найти салаты, пиццу, супы, сыроедческие роллы и хлебцы, большую палитру десертов. Даже у кофе своя альтернатива – во много раз более сильный по эффекту женьшень, я его пью по утрам заварив кипятком, так же использую имбирь. День сыроеда может состоять из очень ярких вкусов и видов блюд. По утрам у меня, к примеру, пророщенная пшеница, чуть позже – супер-фуд-коктейль. Такие рецепты шеф-повара специальных заведений хранят в тайне, но многие из них мне известны. Люблю семена чиа, ем их часто как икру – с водорослями и авокадо, добавляя немного розовой соли. В моем рационе часто присутствует хумус из кешью, а также супы, особенно свекольник и суп из пяти водорослей.

Человеку необходимо не так много: свежий воздух, восстанавливающий сон, чистая вода и правильная еда.

ПРИСЛУШИВАЙТЕСЬ ТОЛЬКО К СЕБЕ

Не обращайте внимание ни на модные веяния в питании, ни на угрозы врачей относительно вреда или пользы того или иного гастрономического веяния.

Я занимаюсь наукой целостности жизни Человека ИНТРАПСИ. Считаю, что строгие диеты вообще ни к чему. Я не придерживаюсь монопитания. Стараюсь слушать себя, свой организм, ем только то, в чем испытываю потребность в каждый конкретный момент. И хотя в моем доме готовят разную еду, я же чаще предпочитаю сырую, потому что на данном этапе именно этого просит мой организм, мне это вкусно. Если говорить о стиле питания, то мой стиль – здоровый образ жизни.

ИЩИТЕ ВОЗМОЖНОСТЬ, А НЕ ПРИЧИНЫ

Готовить самой сыроедческие блюда мне не позволяет ни график, ни ритм жизни, но это не повод отказываться от своих предпочтений в еде.

В моем доме есть обученные люди, которые прошли курсы сыроедческой и вегетарианской кухни, они знают вкусы моей семьи и прекрасно готовят. Продукты можно найти в магазине «Белые облака», заказать в интернете. В Москве сейчас это не проблема. Бывает, что я ем в ресторанах, выбираю такие, где предусмотрено сыроедческое меню – например, в «Шанти» – в Мясницком проезде. В Москве есть также FRESH, я и там бываю иногда. Наверняка существуют еще какие-то заведения, я не все могу назвать. Правда, многие из них со временем закрываются. Подобные рестораны у нас не слишком хорошо приживаются, в том числе из-за климата. В России практиковать сыроедение трудно при долгом холоде. А потому в зимнее время многие сыроеды переходят на вегетарианство – почему бы и нет?

ЗДОРОВАЯ ЕДА – ЭТО НЕ ТОЛЬКО ПРО ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ, НО И ПРО ПРАВИЛЬНУЮ АТМОСФЕРУ

Важно не только то, что вы едите. Самое главное, о чем вы думаете. Если во время еды вы смотрите в айфон, то совершенно не важно, что именно вы едите: ваша

ФОТО: ??????

ТЕКСТ: ОЛЬГА ХОТИМСКАЯ

ИДЕОЛОГ И ОСНОВАТЕЛЬ ЦЕНТРА КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ REHAB LIFE, ИНТРАПСИХОЛОГ МАРИЯ КОНТЭ ПОДЕЛИЛАСЬ С LIFE SPA ЛИЧНЫМИ ПРИНЦИПАМИ СЫРОЕДЧЕСКОГО ПИТАНИЯ.

пищеварительная система уже работает неправильно, и не будет принимать пищу, как ей нужно. Нельзя во время трапезы злиться. Ваше эмоциональное состояние очень влияет на то, как организм воспринимает продукты. А еще, когда вы едите, вы должны присутствовать именно в этом моменте. Еда не усваивается, если вы в процессе питания находитесь в прошлом или в будущем. Если вы привыкли общаться за столом, то делайте во время беседы паузы.

ВЕРЬТЕ В ПОЛЬЗУ СВОЕГО ВЫБОРА

Выбирая блюда с содержанием суперфудов – годжи, спирулины, семян чиа, – я делаю это не оттого, что сегодня это модно. Я знаю содержание любого ингредиента, который использую в пищу, витамины ли это, белок, или микроэлемент. А вообще, все, что вы посчитаете полезным, будет полезным. Все дело в вере и в отношении к продукту.

ДЕЛИТЕСЬ СВОИМ ОПЫТОМ С ОКРУЖАЮЩИМИ

В нашем недавно открывшемся центре Rehab Life для гостей – адептов здорового образа жизни и веганов предусмотрены полезные десерты. В Москве, правда, подобный концепт встречается пока редко. Но наши гости прекрасно реагируют на подобные угощения, воспринимая это прежде всего как заботу об их красоте и здоровье.

НЕ ЗАПИРАЙТЕ СЕБЯ В РАМКИ И ОГРАНИЧЕНИЯ

У меня нет правил, я не живу моножизнью. Единственное правило – слушать себя и свои желания в каждый конкретный момент. Конечно, я не буду есть непосредственно перед сном, потому что мой организм требует отдыха после еды. Это известный постулат, я его знаю и теперь придерживаюсь. Человек должен понять себя и следовать законам жизни. Организм настолько умный, что если его слышать и дружить с ним, то проблем не будет.

БУДЬТЕ ПРОЩЕ

Человеку необходимо не так много: свежий воздух, восстанавливающий сон, чистая вода и правильная еда. Опять же, не столь важно, как именно она приготовлена – обработана ли термически, или нет, важно, чтобы она подходила именно вам именно в сей момент, только тогда это принесет пользу!

ЖИВИТЕ ВКУСНО

Вкусы – это не только о еде. Я люблю жизнь. Люблю воду, воздух, люблю вкусно спать, вкусно любить, вкусно жить, вкусно дружить. Общаться с людьми – вкусно.

Анастасия Подкопаева, основатель концепт-бутиков для будущих мам Bornsoon, мама Миши и Маруси:

БУДУЩЕЙ МАМЕ НУЖНО ОДЕВАТЬСЯ КРАСИВО

ФОТО: КОМПАНИЯ АЛЬФАСПА

Настя, с чего началось твое увлечение модой для беременных?

— Видимо, с вдохновения. Когда я готовилась к рождению Миши, то, как и любая нормальная женщина, хотела получить максимум пользы и удовольствия от своего состояния. Я хотела не только продолжать вести активную жизнь, путешествовать, работать, но и красиво одеваться. И вот на определенном сроке, когда свой гардероб уже приходит пора пересмотреть и прикупить новые вещи, я столкнулась с тем, что в России попросту нет магазинов, где продается не просто удобная, но и модная одежда для будущих мам, подчеркивающая беременность. А покупать наряды в обычных магазинах, взяв кофту или платье на пару размеров больше, мне не хотелось совсем.

Тогда руководствуясь собственным опытом, скажи, какие вещи и на каком сроке нужно будущей маме купить?

— Универсального списка нет. Если женщина работает, то ей непременно придется пересмотреть свой деловой гардероб и костюмы для работы. Если будущая мама – медийная личность – она сделает упор на вечерние платья. Но специальное белье и несколько нарядов для кормления, пожалуй, понадобятся всем. Перед будущей мамой не стоит задача превратиться в шопоголика и думать только о нарядах. Но когда вы создаете цельный гармоничный образ, вам приятно смотреть на себя в зеркало – на лице расцветает улыбка.

В твоем нынешнем гардеробе много нарядов, которые были куплены во время беременности.

— Честно – да. За две беременности я успела собрать достаточно стильных и красивых нарядов, с которыми не расстаюсь до сих пор. Например, это джинсы с мягкой резинкой под живот, трегинсы, универсальные майки и свит-шоты.

А у тебя есть какой-то любимый бренд в Bornsoon?

— Наш бутик не относится к таким, где собраны сотни различных брендов. У нас есть три основных – и все они мои любимые, потому что совершенно разные. Бренд Slacks&Co занимается созданием нарядов для бизнес-мам. И таких вещей, которые они предлагают в своих коллекциях, вы действительно не встретите больше ни в одном магазине. Бренд Paulina – это стильные вещи в стиле casual. Как можно не любить майки с принтами или удобные джинсы-бойфренды? Бренд Seraphine я люблю за доступность и универсальность коллекций. И, конечно, наш собственный бренд Bornsoon, который полностью отражает потребности и ожидания российских мам от одежды для беременных.

Правда ли, что одежда для будущих мам должна быть только из натуральных органических тканей?

— Нет, неправда. Одежда должна быть комфортной, удобной и модной. Чтобы радовать будущую маму и позволять ей чувствовать себя роскошной женщиной. Наш бутик помогает подчеркнуть красоту беременности и показать красоту беременной женщины, а не скрыть ее. И сделать все это можно не только натуральными тканями. Есть женщины, которые с радостью и удовольствием носят полиэстер. Почему бы и нет? На пике моды сейчас хлопок, но не все любят его в силу тех или иных причин. Поэтому я за органику для нижнего белья, для спортивной формы и одежды для дома. А любимые платья и брюки вполне могут быть из других тканей. Главное, чтобы в них было комфортно маме.

Я просто мечтаю дать возможность красиво одеваться во время беременности максимальному количеству женщин в нашей стране.

Кстати, о спорте... Ты во время беременности спортом занималась? Какой спортивной форме отдавала предпочтение?

— Я занималась йогой и аква-аэробикой, иногда ходила не беговой дорожке. Свободная футболка и мягкие спортивные брюки – это не мой вариант. Мне удобнее заниматься в обтягивающей форме, которая поддерживает тело. Для бассейна я выбрала слитный купальник. В нем действительно удобнее. Да и на пляже, на солнечном курорте, будущим мамам врачи в силу ряда причин рекомендуют носить слитные модели.

А как кормящей маме составить свой гардероб?

— Мне кажется, каждая мама хочет кормить своего малыша грудью. Другое дело, у кого-то получится кормить 2-3 года, у кого-то – всего 2-3 месяца. Поэтому можно приобрести пару кофт или платьев, сшитых таким образом, чтобы можно было быстро, элегантно и комфортно покормить ребенка не только дома, но и в гостях или в ресторане. Если момент кормления – особо важный и ценный для вас, тогда уделите внимание и интересным аксессуарам для кормящих мам – нарядным шалям, роскошным накидкам-трансформерам и, конечно же, специальному белью.

В чем заключается твоя задача как человека, который владеет бутиками Bornsoon?

— Я просто мечтаю дать возможность красиво одеваться во время беременности максимальному количеству женщин в нашей стране. Именно поэтому мы открываем новые магазины не только в столице, но и в других городах. Ведь посмотреть, потрогать, примерить, а потом уже купить ту или иную вещь зачастую намного приятнее и интереснее, чем сделать он-лайн покупку. А чтобы шопинг во время беременности приносил удовольствие, продолжим развивать свою собственную линию Bornsoon и так же тщательно выбирать наряды ведущих мировых брендов и приятно удивить детскими товарами.

Bornsoon
Бутик одежды и аксессуаров
для будущих мам и малышей
Москва
* ТРК «АФИМОЛЛ Сити»,
Пресненская наб., д. 2, 4 эт.
* Ленинский пр-т, д. 74
* Кутузовский пр-т, д. 18
Санкт-Петербург
* Московский пр-т, д. 172
Екатеринбург
* ул. Малышева, д. 31 а
Ростов-на-Дону
* ул. Большая Садовая, д. 81
* SKYPE-продажи
* Доставка в регионы
* Интернет-бутик
Информационная служба:
8 (495) 981-01-00,
8-800-200-99-81
(бесплатные звонки по
России)
www.bornsoon.ru

SUBARU BRZ 2016: НЕНОРМАЛЬНОСТЬ

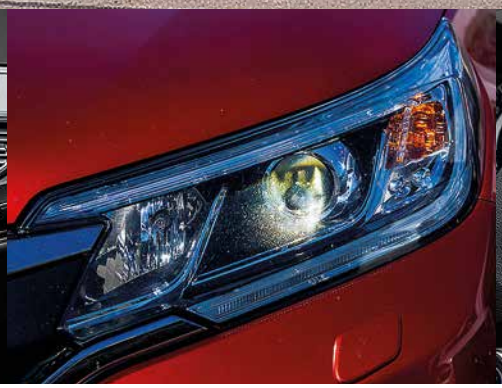
ТЕКСТ: АРТЕМ АЧКАСОВ, СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ LIFESPA

BRZ – неправильный современный автомобиль в целом и неправильный Subaru в частности. Две двери вместо четырех. 17-дюймовые колеса вместо 20-дюймовых. Отделка салона напоминает о девяностых, а единственная комплектация бедна – в автомобиле нет даже магнитолы. По сравнению с другими Subaru, нет полного привода – только задний. Но вместе с тем BRZ – автомобиль культовый.

Да, простенькая панель приборов, гулкий пластик, отсутствие мультимедийной системы и шумоизоляции. Нет отделки пола багажного отсека, задние сиденья – номинальные. Но не зря над созданием BRZ трудились инженеры Subaru и Toyota. Взяв лучшее из спортивного наследия обеих марок, было сделано невозможное – автомобиль для получения удовольствия от езды, а не от расслабляющих опций вроде массажа поясницы, навигационной системы или электропривода двери багажника. Сверхжесткий кузов, низкий центр тяжести, 200-сильный оппозитный атмосферник, самоблокирующийся дифференциал «торсен» в заднем мосту.

Аскетизм Subaru не касается самого важного: посадки и органов управления. Отсутствие лишних кнопок и клавиш дает сосредоточиться на главном – быстрой езде. Мотор крутится в отсечку на каждой передаче и лавинообразно нарастающим подхватом на верхах. У автоматической 6-ступенчатой коробки есть ручной режим, позволяющий менять передачи рычагом или подрулевыми лепестками. И пусть 7,6 секунды до сотни и максимальная скорость в 226 км/ч – цифры не выдающиеся и доступные многим «подогретым» хетч-бекам, но ни один из них не сравнится с BRZ в аспекте драйва. А сочетание передней подвески типа «МакФерсон» и задней на сдвоенных А-образных рычагах обеспечивает нужный для повседневности уровень комфорта.

ФОТО



HONDA CR-V: АВТОМОБИЛЬ ДЛЯ РЕАЛИСТА

ТЕКСТ: АРТЕМ АЧКАСОВ, СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ LIFESPA

Пропорции новой CR-V настолько органичны, что их впору называть классическими: их не смогли испортить новомодные геометрические узоры оптики, рельефных бамперов и решетки радиатора, а также «рунический» дизайн 18-дюймовых дисков.

Восемь подушек безопасности, системы курсовой устойчивости и помощи при подъеме в гору, поясничный упор с электрорегулировкой, двузонный климат-контроль, датчики света и дождя, камера заднего вида с динамической разметкой. Мультимедийная система, работающая на ОС Android, которую можно дополнять бесплатными приложениями. 150-сильный 2-литровый бензиновый мотор без турбин, но с экономящим топливо «ай-втеком» – фирменной системой изменения фаз газораспределения.

Объем багажника – 589 литров, что на 50 единиц больше, чем у большинства конкурентов. Возможность быстрого раскладывания сидений в ровный пол и низкая погрузочная высота. Стабильность на прямой не вызывает нареканий. В поворотах поведение автомобиля не столь «легковое», как у приученных к ровному асфальту «европейцев», а крены заметнее. При превышении разумной скорости маневра, в крутых поворотах неминуем снос. В целом автомобиль стал проворнее, чем предыдущая версия.

Ограниченный губой бампера угол въезда в 19 градусов (28 градусов – у версии с мотором 2,4) и обилие пластиковых щитков под днищем намекают, что внедорожный потенциал у автомобиля есть, но с примечаниями. Но добраться на нем до дачи или берега реки можно, главное – не допускать интенсивной и длительной пробуксовки, способствующей перегреву муфты.

ФОТО АВТОРА И КОМПАНИИ HONDA

WWW.SARD7.RU
ТЕЛ.: +7 (495) 979-98-22

ШАГ *за* ШАГОМ

ОБУВЬ НА ЗАКАЗ – ЯВЛЕНИЕ, НЕ НУЖДАЮЩЕЕСЯ В ПРЕДСТАВЛЕНИИ. ВОПЛОТИТЬ ФАНТАЗИЮ, СДЕЛАТЬ ТОЧНУЮ КОПИЮ ЛЮБИМЫХ ТУФЕЛЬ, РЕШИТЬ ПРОБЛЕМУ «СЛОЖНЫХ» НОГ – ВСЕ ЭТО МОГУТ В МАСТЕРСКОЙ SARD.

Первый признак качества – технологии, не меняющиеся на протяжении веков. Все начинается с примерки. Мастер снимает мерки, делая необходимые записи. Учитываются все особенности ноги клиента, отличия правой и левой стопы записываются на картонках, повторяющих контур стопы. По снятым меркам изготавливаются колодки, которые потом хранятся в мастерской на случай, если клиент захочет заказать обувь еще раз. В SARD снятием мерок и подготовкой колодки занимается мастер с медицинским образованием, поэтому анатомическим особенностям стопы уделяется огромное внимание. Такая обувь, выполненная по индивидуальному заказу, служит хозяину верой и правдой долгие годы и подчеркивает его статус. При желании можно изготовить обувь из материалов, альтернативных натуральной коже.

Вы сами выбираете материал: телячья кожа, замша, шевро, нубук. Но специализация SARD – крокодиловая кожа. Это благородный и сложный материал, который отплачивает мастеру и клиенту своей уникальностью. Ни один рисунок на крокодиловой или змеиной шкуре не повторяется, а значит, клиент становится обладателем единственной подобной пары в мире.

ФОТО НАТАЛЬЯ НАБОКА

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ «МИР БЕЗ СЛЕЗ» 12 ЛЕТ

«Мир без слез» – это долгосрочная благотворительная программа банка ВТБ, существующая уже 12 лет и направленная на поддержку крупных детских больниц по всей России. Участвовать в программе может любая больница, необходимо только подать заявку: программа носит исключительно адресный характер. Участвующие в программе больницы сами выбирают, какое оборудование, лекарства и расходные материалы им сейчас необходимы, а ВТБ финансирует эти заказы.

За 12 лет существования программы банк ВТБ оказал помощь уже 84 детским больницам в 52 регионах РФ от Москвы до Камчатки.

Положительные эмоции важны для выздоровления детей не меньше, чем хорошее лечение: неотъемлемой частью программы является проведение праздников для маленьких пациентов. В них традиционно участвуют любимые всеми герои телепередачи «Спокойной ночи малыши» (Хрюша, Степашка, Каркуша) и артисты театра «Кураж». Ни одна акция не обходится без подарков. Их вручают детям звездные послы программы: Тутта Ларсен, Екатерина Стриженова, Ксения Алферова, Нонна Гришаева, Юлия Ковальчук и многие другие. После каждого мероприятия проходит конференция, основная цель которой – привлечь внимание общества к проблеме детского здравоохранения в России.

Звездные послы программы: Тутта Ларсен, Екатерина Стриженова, актриса Наталья Голубенцева, «голос» телепередачи «Спокойной ночи, малыши».

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ НА ВЫСОТЕ

Самый «высокий» в Европе ресторан “Sixty” отпраздновал день рождения при поддержке АО «Мерседес-Бенц РУС» и “Ruinart”. Вот уже четыре года гости приезжают в ММДЦ «Москва-Сити» и поднимаются на 62-й этаж башни «Федерация» – показать друзьям уникальный панорамный вид на столицу, провести деловые переговоры, отметить важную дату, устроить большой семейный обед с родителями и детьми. Чтобы отметить дату, в “Sixty” собрались постоянные гости ресторана, среди которых были Полина Аскери, Алина Топалова, Мирослава Карпович, Алиса Селезнева и Вадим Воронов (ведущие «Русского радио»), Настя Задорожная, Лера Кондра, Валерий Храпов, Даниил Федоров и Игорь Верник.

1. Вадим Воронов, Алиса Селезнёва и Сергей Мельников 2. Игорь Верник 3. Алина Топалова 4. Анастасия Задорожная 5. Лера Кондра 6. Дискотека «АВАРИЯ» 7. Полина Аскери

ИМЕНИННИЦА ТИНАТИН

Ресторан «Тинатин» отметил свое пятилетие при поддержке АО «Мерседес-Бенц РУС» и журнала “Prime One”. Праздник начался с выступления лазерного шоу Анастасии Обертаевой. Продолжили программу выступления Алины Гросу, Алены Васильевой, Шарипа Умханова и Сати Казановой. Кульминацией праздника стало появление Тины Канделаки, которая поздравила свой ресторан, персонал и гостей с юбилеем. Сертификаты и подарки гостям вечера от “De Luca Sartoria”, “Kelen Designs”, джинсы “Mosko”, салона красоты “La Skala”, R.O.C.S. Гости: Анастасия Гребенкина, Катя Лель, Екатерина Архарова, Ирина Безрукова, Даниил Федоров и многие другие.

1. Анастасия Гребенкина 2. Даниил Федоров 3. Щарип Ухманов 4. Ирина Безрукова 5. Катя Лель 6. Тина Канделаки 7. Нико Неман

ВЕЧЕР КРАСОТЫ

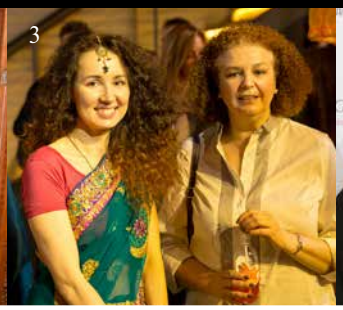
В ресторане «The Сад» прошел вечер красоты “Mila Marsel” «Про все про это и про все про то». Здесь состоялась презентация зимней вечерней коллекции от бутика “Mila Marsel”, мастер-класс по вечернему макияжу от визажиста Владимира Калинчева, а также выступление невероятно талантливой певицы Марии Балак. Приятные подарки от и салона красоты “Aesthetica”, бутика одежды “Mila Marsel” и бутика “Le Bouquet Moscow” создали по-настоящему праздничное настроение.

1. Даниил Федоров 2. Катя Лель 3. Анатолий Анищенко, гостья вечера
4. Мария Балак 5. Сергей Гинзбург 6. Юлия Соломонова 7. Анастасия Трегубова и гости вечера
8. Анастасия Трегубова и Дильбар Файзиева с гостей вечера

ГОРЯЧИЕ ПЯТИДЕСЯТЫЕ

На вечеринке «Горячие пятидесятые» два известных итальянских бренда – “Calzedonia” и “SMEG” – собрали в стенах «Шоколадного лофта», проекта «Сноб» на «Красном Октябре» многочисленных ценителей итальянского дизайна в России, чтобы представить им новые креативные коллекции и в атмосфере праздника вместе отметить блестящий результат. Среди участников и гостей вечера были Вера Брежнева, Андрей Малахов и другие.

1. Вера Брежнева и Андрей Малахов 2. Андрей Малахов и гости вечера 3. Вера Брежнева
4. Вера Брежнева



ДЕНЬ ГАРМОНИИ И САМОПОЗНАНИЯ

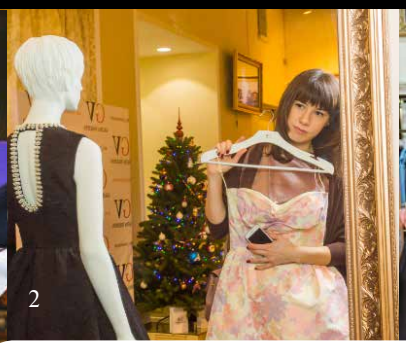
Необычное событие столичной светской жизни – День гармонии и самопознания, приуроченный к празднованию 10-летия центра аюрведы и йоги «Керала». Присутствующие наблюдали шоу выдающихся учителей йоги Сунила и Картика, бой мастеров древнейшего боевого искусства каларипаятту Нитина и Саниша, а также исполнение храмового танца одисси от юной танцовщицы Шри Прии. Вегетарианские угощения вечера от шеф-повара индийского кафе «Уттупура» Випина и партнеров мероприятия San Benedetto и Thonon, «живых» напитков «Жизнь», органик-коктейлей Pranafood. Поздравить центр «Керала» пришли Андрей Малахов, Эвклид Кюрдизис, Алла Довлатова, Елена Захарова, Алиса Толкачева и почетный гость – заместитель посла Индии в России г-н Баласубраманиан.

1. Гостья вечера 2. Гости вечера и мастера аюрведы центра КЕРАЛА 3. Гостьи вечера 4. Гости вечера 5. Юра Аура (проект «Йога майя»). 6. Эвклид Кюрдизис

И БУДЕТ ВЕЛНЕС

На прошедшей в марте пресс-конференции, посвященной проведению Всемирного дня Велнеса (Global Wellness Day), который проходит ежегодно и повсеместно каждую вторую субботу июня. Послом акции в России и странах СНГ была избрана Елена Богачева – президент некоммерческой организации «Международный Совет по развитию индустрии SPA и велнес (SWIC)». Международный праздник Global Wellness Day планируется отметить в 100 странах мира 11 июня 2016 года.

1. Елена Богачева – президент некоммерческой организации «Международный Совет по развитию индустрии спа и веллнесс (SWIC)». 2. Участники, спикеры и гости пресс-конференции



МОДНЫЙ ДОМ НА КОТЕЛЬНИЧЕСКОЙ

В Москве, в историческом высотном доме на Котельнической набережной, состоялось торжественное открытие Модного дома GV Galina Vasilyeva. Специально для открытия дизайнер и основатель Модного дома Галина Васильева подготовила мини-показ новой коллекции Fleur d'Orange (Цветок апельсина) сезона весна-лето 2016. Презентация коллекции прошла в своеобразном ретровоплощении, на манер классических советских показов, проходивших в свое время в знаменитом Доме моды на Кузнецком мосту, в ЦУМе и ГУМе.

1. Максим Понятовский 2. Анастасия Винокур 3. Анна Попова 4. Anna Popova 5. Карина Ошроева и Вика Газинская 6. Виктория Борисевич и Яна Валенсия 7. Петр Аксенов и Евгений Заболотный

90 ЛЕТ КЛАССИКИ ЗВУКА

Компания Bang & Olufsen собрала друзей и партнеров бренда на приеме, приуроченном к 90-летнему юбилею компании, который по случаю торжества посетил генеральный директор и президент компании Bang & Olufsen Тью Мантони. По традиции вечер прошел в резиденции Чрезвычайного и Полномочного Посла Королевства Дания в РФ Томаса Винклера в теплой компании друзей и партнеров. В числе гостей были замечены: Юлия Барановская, Томас Невергрин и Валерия Жидкова, Екатерина и Александр Стриженовы, Елена Кулецкая, Никита Ефремов, Егор Бероев, Екатерина Мцитуридзе, Ян Яновский, Егор Кончаловский.

1. Егор Кончаловский и Никита Ефремов 2. Юлия Барановская 3. Егор Бероев и Екатерина Стриженова 4. Томас Невергрин и Валерия Жидкова 5. Тью Мантони и Марина Трояновская 6. Екатерина Мцитуридзе

ОРГАНИЧЕСКИЙ ДИЗАЙН

Компания “Natura Siberica” – первый российский бренд качественной органической косметики – стала официальным партнером показа коллекции дизайнера Алены Ахмадуллиной FW 16/17 в рамках Mercedes-Benz Fashion Week Russia 2016. Показ привлек большое внимание звезд самого высокого уровня, каждая из которых получила в подарок косметические средства из совместной коллекции Natura Siberica by Alena Akhmadullina.

1. Яна Студилина и Наталья Ионова-Чистякова(Глюк’OZA) 2. Ксения Собчак, Светлана Бондарчук 3. Вероника Федорова. 4. Снежана Кулова 5. Алена Ахмадуллина

МАСЛЕНИЦА ВСЕМ

В ресторане “Christian” прошло благотворительное мероприятие «Масленица ВСЕМ». В нем приняли участие звезды российского кино и шоу-бизнеса, поддерживающие всероссийскую благотворительную программу «ВСЕМ». Среди них Светлана Светличная, Елена Валюшкина, Дарья Фекленко, Иван Николаев, Олег Масленников-Войтов, Иван Новиков, Роман Полянский и Ричард Бондарев, которые охотно пекли блины, сменяя друг друга на открытой кухне ресторана. Хозяйкой праздника стала Ольга Орлова – новый посол программы «ВСЕМ». В этой программе принимают участие фонды с прозрачной отчетностью, подтвержденным опытом и устойчивой репутацией: «Русфонд», WWF, «Старость в радость», «Детские деревни – SOS», Фонд Владимира Спивакова, «Даунсайд Ап», фонд помощи хосписам «Вера», служба помощи «Милосердие» и благотворительный фонд поддержки деятелей искусства «Артист».

1. Светлана Светличная 2. Юрий Кобаладзе 3. Иван Николаев 4. Гости и участники события 5. Ричард Бондарев 6. Ведущая вечера – Ольга Орлова

ФОТОГРАФИИ ПРЕДОСТАВЛЕНЫ АГЕНТСТВОМ СОЦИАЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ.
ФОТОГРАФ: ВАДИМ КАНТОР.

LifeSPA magazine

РАСПРОСТРАНЕНИЕ

МОСКВА

АВИАЛИНИИ
На борту самолетов бизнес-авиации
www.vip-aero.ru

ОТЕЛИ
Baltschug Kempinski Moscow
ул. Балчуг, 1
Inter Continental Moscow Hotel
ул. Тверская, 22
Lotte Hotel Moscow
Новинский бул. 8, стр. 2
Radisson Royal Hotel Moscow
Кутузовский пр-т. 2/1
Swissotel Krasnye Holmy Moscow
Космодамианская наб. 52, стр. 6
Империал Парк Отель & SPA
д. Рогозинино, 24 км. от МКАД по Киевскому шоссе
Geo-SPA курорт Navahoff
Московская область, Красногорский район, с. Николо-Урюпино, ул. Гагарина, 23

SPA И WELLNESS ЦЕНТРЫ
Лотос
Комсомольский пр-т 32, к.2
Посольство красоты
Тверской бул. 26а
Тайрай
Саввинская наб., 5
Тайрай
ул. Садовая-Черногрязская, 16/18, стр. 1
Тайрай
ул. Садовая-Кудринская, 8/12
Asia Beauty Spa
Оружейный пер. 13, стр. 1
Articoli Salon & SPA
ул. Петровка, 10
Beauty Studio Guerlain
Ул. Петровка 11/20 г-ца «Аврора»
Crown Thai SPA
ул. Пятницкая, 6

Crown Thai SPA
1-ое Успенское шоссе, д. Лапино, стр. 25
First SPA
пл. Победы 2, корп. 3
Kinari SPA
Ломоносовский просп., д. 29, корп. 2
Kinari SPA
Котельническая наб., д. 1/15, корп. В
MandaraSPA
Новинский бул. 8, стр. 2
SPA by Algotherm
ул. Покровка, 40, стр. 2
SPA Tibet
Астраханский пер. 1/15
Spa Cocktail
ул. Малая Дмитровка, 16
Spa Palestra
ул. 2-я Песчаная, 4, стр. А
Purovel Spa & Sport
Космодамианская наб. 52, стр. 6
Telo's Beauty
Шмитовский пр-д, 16, стр. 2
Telo's Beauty
ул. Донская, 32
TretyakovSpa
Третьяковский пр-д, 3
Wai Thai
ул. Дыбенко, д. 22/1
Well Hall
Новинкий булл. 31
Wellness-клуб «Чистые пруды»
Чистопрудный бул. 12, стр. 1
Центр красоты и спа «Территория»
Ленинский проспект 15а
Велнесс студия Eastetica
ул. Новаторов, 1

ФИТНЕС ЦЕНТРЫ
I LOVE FITNESS
ТРК «Вегас», 24 км МКАД
Palestra
ул. 2-я Песчаная, 4а
XFIT

СТУДИЯ КРАСОТЫ
Студия красоты «Трежоли»
Ул. Пречистенка 24/1
AldoCoppola
Кутузовский пр-т, 36, стр. 32
AldoCoppola
Кутузовский пр-т, 48
AldoCoppola
Новинский бул., 31
AldoCoppola
Ул. Новый Арбат, 19, стр. 1
AldoCoppola
Пл. Европы, 2
AldoCoppola
Рублево-Успенское шоссе, 114
Alexey Dymov
Ул. Большая Якиманка, 50
Celebrity
Малый Черкасский пер-к, 2
Celebrity
Ул. Садовническая, 82, стр. 2
Celebrity
Кутузовский пр-т, 2/1
Celebrity
МКАД, 66-ой км, Крокус Сити Молл, 2 эт.
Golden Medical Group
Большой Тишинский пер., 10, стр. 1
Red Lodge
Ул. Воронцовская, 26
Red Lodge
Ул. Абельмановская, 3

МЕДИЦИНСКИЕ ЦЕНТРЫ
Клиника «Мать и дитя»
Севастопольский пр-т, 24, корп. 1
Сеть клиник эстетической медицины «Гранд Клиник» КлиникаСириус
Ул. Вильнюсская, 13, корп. 2

МАГАЗИНЫ
ARTICOLI ГУМ BOSCO

РЕСТОРАНЫ И КАФЕ
«Джоведи»
Озерковская наб., 26
«Композитор»
ул. Моховая, 15/1
«Недальний Восток»
Тверской бул. 15, стр. 2
«Облака»
Кутузовский пр-т, 48, Галерея
«Времена Года»
«Недальний Восток»
«Тан»
Оружейный пер. 13/1
«Фиалки в сахаре»
Ул.Никольская 4/5
«Чайхона Коллекция»
Кутузовский пр-т, 36 а
Тверской бул. 15, стр. 2
«El Asadotango&grill»
Ул. Бутырский вал, 5
«Hills»
Крылатские Холмы 7/2
«Kalina Bar»
Новинский бул., 8, ТЦ Lotte Plaza, 21 этаж
«La provincial»
Калужская пл., 1, стр. 5
«The Apatment»
Саввинская наб., 21
«Bar Joys»
Берсеневский пер. Дом 3/10 стр.8
GINZA PROJECT
«Балкон»
Новинский бул., 8, ТЦ Lotte Plaza, 7-й этаж
«Боно»
Кутузовский пр-т, 2/1
«Дом Рыбака»
ЦПКиО им. Горького, Голицынские пруды
«Карлсон»
Овчинниковская наб., 20, стр. 1
«Куршевель»
Ул. Кузнецкий мост, 7
«Тинатин»
ул. Плющиха, 58
«Цыцыла»
Ул. Минская, 2г, стр. 1
«Эларджи»
Гагаринский пер., 15а
«Cup & Cake»
ул. Никольская 10/2
«Leps Bar»
ул. Красная Пресня, 23, стр. 1
«Mercedes bar»
Кутузовский пр-т, 2/1
«Maxim Bar»
Цветной бул., 15, 7 этаж
«The Сад»
Якиманская наб., 4/1
«Sixty»
Пресненская наб., 12, 60 этаж Башня Федерация
«Ulliam's»
Ул. Малая Бронная, 20 а
«Vasanta»
Ул. Неглинная, 14

НА БОРТУ ЯХТ
RadissonRoyal «Фердинанд»
RadissonRoyal «Флотилия»
Набережная Тараса Шевченко, причал «Гостиница «Украина».7

Оздоровительный комплекс «Рублево-Успенский»
Оздоровительный комплекс «Сосны»
Пансионат «Петрово-Дальнее»
Пансионат «Маслово»

А ТАКЖЕ
В бизнес-центрах класса «А»,
- Gorkyparktower
- Новинский поссаж
- элитных коттеджных поселках и жилых комплексах
- **сеть магазинов беспошлинной торговли DUFRY, аэропорт Шереметьево**

АвтоСпецЦентр Audi, Porsche, Infiniti

Адресная рассылка

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

ОТЕЛИ
Taleon Imperial Hotel

РЕСТОРАНЫ И КАФЕ
Сеть GINZA PROJECT
Terrassa
«Белинский»
«Бричмула»
Кондитерская «Бизе»
«Мансарда»
«Москва»
«Паруса»
«Хочу Харчо»
«Шарлотка»
PROBKA GROUP
IlGrappolo
Probka
«Рыба»
«Рыба на даче»
«Антрекот»
«Моцарелла-бар»

МАГАЗИНЫ
Бутик VERTU
Бутик эко-одежды Low Fat

www.lifespa.ru

ПАРТНЕРЫ:

Tretyakov SPA • ОАО «Аэрофлот» • ОАО «Сбербанк» • Банк КБ «Тинькофф» • KWest Hotel&SPA • AcqualinaResort&SPA • Aurora Diamond Club • British International Association (BISA SPA) • Ювелирный дом Alexander Arne • SPA-клуб Лисья Нора

ПОДПИШИТЕСЬ НА «LIFESPA MAGAZINE»

СТОИМОСТЬ ПОДПИСКИ НА ГОД (6 НОМЕРОВ) – 1500 РУБЛЕЙ.

ЗАПОЛНИТЕ БЛАНК-ЗАКАЗ, ОПЛАТИТЕ ПОДПИСКУ В ЛЮБОМ БАНКЕ И НАПРАВЬТЕ БЛАНК-ЗАКАЗ И КВИТАНЦИЮ ОБ ОПЛАТЕ НА E-MAIL: PODPISKA@LIFESPA.RU

ИЗВЕЩЕНИЕ

ИНН 7727663733, КПП 772701001
ООО «Медиа-Нуш»
В Московском банке Сбербанка России ОАО, г. Москва
Расчетный счет 40702810638360027943
Корреспондентский счет 30101810400000000225
БИК 044525225

Плательщик
ФИО

Адрес с индексом, телефон

Кассир

Назначения платежа	Дата	Сумма
Журнал "LifeSPA magazine"		

Подпись плательщик

КВИТАНЦИЯ
Кассир

ИНН 7727663733, КПП 772701001
ООО «Медиа-Нуш»
В Московском банке Сбербанка России ОАО, г. Москва
Расчетный счет 40702810638360027943
Корреспондентский счет 30101810400000000225
БИК 044525225

Плательщик
ФИО,

Адрес с индексом, телефон

Назначения платежа	Дата	Сумма
Журнал "LifeSPA magazine"		

Подпись плательщик

Ринго®

www.ringo.info

Драгоценные моменты жизни...

ФИРМЕННЫЙ ЮВЕЛИРНЫЙ САЛОН «РИНГО»

Москва, Никольская улица, 4/5

+7 (495) 664-68-21

WWW.RINGO.INFO

www.facebook.com/tmringo

instagram.com/ringojewelrydesign

vk.com/tm_ringo

Вы влюбитесь в Швейцарию еще до посадки

Швейцарцы ценят комфорт и гостеприимство, и умеют создавать атмосферу, в которой вы будете чувствовать себя как дома.

Легко спланировать ваше путешествие на **SWISS**.COM

A STAR ALLIANCE MEMBER

Our sign is a promise.

SWISS