

А'Этуаль

12

ШАГОВ
К ЗАВЕТНОЙ
МЕЧТЕ

НОВАЯ ЖЕНСТВЕННОСТЬ

16+

возрастная
категория



Реклама ООО "Шисейдо (Рус)", SHISEIDO – ШИСЕЙДО, ACTIVE FORCE™ – АКТИВ ФОРС™, SYNCHRO SKIN SPF30 – СИНХРО СКИН СПФ30.



В ГАРМОНИИ С ВАШЕЙ КОЖЕЙ ВСЕГДА И ВЕЗДЕ

СВЕЖИЙ ТОН В РЕЖИМЕ НОН-СТОП
С ЭФФЕКТОМ ТОЛЬКО ЧТО НАНЕСЕННОГО
МАКИЯЖА И БЕЗУПРЕЧНЫМ ПОКРЫТИЕМ,
СОХРАНЯЮЩИМСЯ ДО 24 ЧАСОВ*.

Первое тональное средство Shiseido с технологией ActiveForce™
подстраивается под индивидуальные особенности кожи. Устойчивость
формулы сохраняется при воздействии тепла, влажности и двигательной активности

**НОВИНКА. УСТОЙЧИВОЕ ТОНАЛЬНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ
СВЕЖЕГО СОВЕРШЕННОГО ТОНА SYNCHRO SKIN SPF30**



SHISEIDO
GINZA TOKYO

*Клинический тест проведен на 33 добровольцах

Dior

J'
da
re





Телефон горячей линии Dior: 810 800 2086 1033 (звонок по России бесплатный)®
WWW.DIOR.COM Качество товара подтверждено Декларацией о соответствии.
ООО «Селдико» ОГРН 102773919578. Реклама.

*ХЕ ИНТЕНС РЕКЛАМА

Her Intense*

НОВЫЙ ЖЕНСКИЙ АРОМАТ



BURBERRY



DOLCE & GABBANA



НОВЫЙ
МУЖСКОЙ АРОМАТ

#OWNYOURCROWN*

*Все, что тебе нужно. **Шир. Реклама. ***Товар сертифицирован.



#AllYouNeed*



TIFFANY & Co.

Новая туалетная вода Sheer**



#ManOfToday

МУЖЧИНА НАШЕГО ВРЕМЕНИ

КРИС ХЕМСВОРТ

РЕКЛАМА: БОСС.БОТЛІД. БОСС.УНЬОГО БОСС

BOSS
HUGO BOSS

BOSS BOTTLED



Реклама. Гуччи Блум. #ИвБлум





GUCCI
BLOOM



#InBloom



L'EAU KENZO

ДЛЯ НЕЕ ДЛЯ НЕГО

ООО «Селдико» ОГРН 1027739191578. Качество товара подтверждено Декларацией о соответствии. Реклама.



Реклама ООО "Шисейдо (РУС)", SHISEIDO – ШИСЕЙДО, АКТИВ ФОРС™, СИНХРО SKIN SRF30 – СИНХРО SKIN СПФ30.



В ГАРМОНИИ С ВАШЕЙ КОЖЕЙ ВСЕГДА И ВЕЗДЕ

СВЕЖИЙ ТОН В РЕЖИМЕ НОН-СТОП
С ЭФФЕКТОМ ТОЛЬКО ЧТО НАНЕСЕННОГО
МАКИЯЖА И БЕЗУПРЕЧНЫМ ПОКРЫТИЕМ,
СОХРАНЯЮЩИМСЯ ДО 24 ЧАСОВ*.

Первое тональное средство Shiseido с технологией ActiveForce™
подстраивается под индивидуальные особенности кожи. Устойчивость
формулы сохраняется при воздействии тепла, влажности и двигательной активности

НОВИНКА. УСТОЙЧИВОЕ ТОНАЛЬНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ
СВЕЖЕГО СОВЕРШЕННОГО ТОНА SYNCHRO SKIN SPF30



*Клинический тест проведен на 33 добровольцах

SHISEIDO
GINZA TOKYO

#TheMostWanted*



Реклама * Самый Желанный

ТОЛЬКО В

Этуаль

AZZARO
WANTED
Girl

AZZARO
WANTED



ДЛЯ НЕЕ
НОВИНКА



ДЛЯ НЕГО

АРОМАТ ДЛЯ САМЫХ СМЕЛЫХ

AZZARO



Мастерская подарков Clarins

Успейте к празднику!

И это всё о вас



Реклама

CLARINS



* Реклама, ООО «ПВЧ РВС», тел.: +7 495 921 17 91 / 92.



1 Million & Lady Million

paco rabanne

* Ароматы Antonio Vandegas. Хё Сикрет Дезайе. Реклама. ООО «ПУЧ РУС», тел.: +7 495 921 17 91/92



ANTONIO BANDERAS
FRAGRANCES

Her Secret
DESIRE



The new feminine fragrance

With Olga Kurylenko

www.antoniobanderasperfumes.com

ООО «Алькор и Ко». Реклама.



АРОМАТЫ ДЛЯ ЖЕНЩИН И МУЖЧИН

TRUSSARDI.COM

TRUSSARDI



ARDI 



РЕКЛАМА. ЛАКОСТ ГАЙМЛЕСС.

LACOSTE

TIMELESS



НОВЫЕ АРОМАТЫ

Mon
GUERLAIN

НОВАЯ ПАРФЮМЕРНАЯ ВОДА INTENSE





KENZO world POWER

НОВЫЙ АРОМАТ



SHOW THE REAL YOU

SHOW THE REAL YOU |

ООО «Селдико». ОГРН 1027739191578. Качество товара подтверждено Декларацией о соответствии. Реклама.



J | 👁 SHOW THE REAL YOU 👁 SHOW THE REAL YOU 👁 SHOW THE REAL YOU



Креативный директор | Офелия Шафир | **Creative Director** | Ofelia Shafir

Контент-директор | Владлена Андреева | **Content Director** | Vladlena Andreeva

Редакционный директор | Наташа Богданкевич | **Editorial Director** | Natasha Bogdankevich

Заместитель редакционного директора | Лилия Мурсалиева |
Deputy Editorial Director | Liliya Mursalieva

Приглашенный редактор | Наталья Родикова | **Guest Editor** | Nataliya Rodikova

Шеф-редактор | Надежда Бороздина | **Chief Editor** | Nadezhda Borozdina

Арт-директор | Марина Сенюшкина | **Art Director** | Marina Senyushkina

Редактор раздела «Красота» | Кристина Скукина | **Beauty Editor** | Kristina Skukina

Редактор | Светлана Аношкина | **Feature Editor** | Svetlana Anoshkina

Креативный продюсер | Оксана Пашкевич | **Creative Producer** | Oxana Pashkevich

Фоторедактор | Ирина Лутцева | **Photo Editor** | Irina Luttseva

Корректор | Наталия Володина | **Proof-reader** | Natalia Volodina

Менеджер по печати | Кинда Ханнана | **Print Manager** | Kinda Khannana

Ассистент редакции | Варвара Коносова | **Editorial Assistant** | Varvara Konosova

Над номером работали:

Илья Аксютин, Елена Аль Машта, Екатерина Анискина, Валентин Блох, Юлия Бурунова, Анна Волчек, Ксения Воробьева, Екатерина Гербей, Николай Голованов, Ольга Грачева, Алена Громницкая, Артем Денисенко, Максим Думнов, Анастасия Ежова, Анжела Жнец, Тима Лео, Софья Лиственная, Наташа Лызина, Ольга Никотина, Ирина Новик, Юлия Панченко, Алина Пономаренко, Надежда Сидельникова, Ольга Хардина, Андрей Харыбин, Ирина Шаркадий, Елена Эбади, Наташа Yong.

Бумага для журнала Л'Этуаль (в том числе для обложки) производится исключительно из возобновляемого сырья и без хлора. Для производства бумаги берется древесина, поставляемая из рационально используемых лесов, и древесная стружка. Такую бумагу можно применять повторно, а отходы от переработки макулатуры идут на выработку экологически чистой энергии.

Ежемесячный журнал «Л'Этуаль». Издается с ноября 2009 года.

Учредитель и издатель: ООО «Алькор и Ко».

Отдел рекламы: ООО «Алькор и Ко»

Адрес: 119261, г. Москва, Ленинский пр-т, д. 72/2.

Журнал зарегистрирован в Федеральной службе по надзору в сфере связи,

информационных технологий и массовых коммуникаций

(Свидетельство о регистрации ПИ №ФС77-61334)

Номер (Декабрь 2019). Подготовлен к печати 11 декабря 2019 года. Тираж 150000 экз.

Редакция: 117452, г. Москва, Симферопольский бул., д. 28, стр. 2.

Подготовка к печати и цветоделение PPI (PrePress International).

Тел.: +7 (495) 107 9610/11

Руководитель редакции Шафир Офелия Руслановна

Отпечатано: АО «Полиграфический комплекс «Пушкинская площадь»

109548, г. Москва, ул. Шоссейная, д. 4д. Тел.: +7 (495) 276 1606.

Все права защищены. Статьи, рубрики и другие редакционные материалы журнала «Л'Этуаль» являются справочно-информационными и аналитическими материалами, а также охраняемыми результатами интеллектуальной деятельности. Полное или частичное воспроизведение статей, материалов и других результатов интеллектуальной деятельности, опубликованных в журнале «Л'Этуаль», запрещено. «Л'Этуаль» не несет ответственности за присланные материалы. Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов.

РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ БЕСПЛАТНО

Любое воспроизведение материалов или их фрагментов на любом языке возможно только с письменного разрешения учредителя.

JIMMY CHOO

URBAN HERO

НОВЫЙ АРОМАТ



ПРЕДСТАВЛЯЕТ L'ATLAS, УЛИЧНЫЙ ХУДОЖНИК



L'INTERDIT

ИСКУШЕНИЕ НЕДОЗВОЛЕННЫМ. НОВАЯ ТУАЛЕТНАЯ ВОДА



GIVENCHY



ОБЛОЖКА

Фото: Валентин Блох.
Стиль: Николай Голованов.
Волосы: Ольга Никитина
для Matrix.
Макияж: Тима Лео.
Модель: Наталья Лызина.
Креативный продюсер:
Оксана Пашкевич.

На Наталье: жакет, **12storees**,
серьги, **N1 Jewelry**

СОДЕРЖАНИЕ

СЛОВО РЕДАКТОРА

МНЕНИЕ Л'ЭТУАЛЬ

НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ

ВЫБОР РЕДАКТОРА

ТРЕНДЫ

О КРАСОТЕ

стр. 074 **BEAUTY-НОВОСТИ**

стр. 094 **КОСМЕТИЧКА**
Ольги Бородько, менеджера
по рекламе и PR брендов дистри-
буции Л'Этуаль

стр. 096 **ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС**
Аромат Rose Goldea Blossom
Delight, Bvlgari

стр. 100 **СЪЕМКА**
Начинаем новый год!

стр. 112 **ИССЛЕДОВАНИЕ**
Тренд – бьюти-минимализм

стр. 124 **ИНВЕСТИЦИЯ**
Лифтинг-патчи Roselift
Collagène, Payot

стр. 126 **ЛИКБЕЗ**
Разбираем главные ошибки
ухода за собой

стр. 136 **ПРОБЛЕМА**
Как вернуть коже здоровое
сияние

стр. 144 **СЪЕМКА**
Лучшие средства 2019 года,
которые надо взять с собой
в новый год



РЕКЛАМА ООО «ШИСЕИДО (РФ)», УЛТИМУНЕ ПОВЕРИТЕЛЬНОСТЬ ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ ЭНЕРГИЮ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ.
ULTIMUNE POWER INFUSING CONCENTRATE – НАЧЕЛО КОНЦЕНТРАТА ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ ЭНЕРГИЮ КОЖИ.
IMUGENERATION TECHNOLOGY™ – ИМУДЖЕНЕРЭИШИН ТЕХНОЛОДЖИ™



БУДУЩЕЕ ПОД ЗАЩИТОЙ

**НАСЛАЖДАЙТЕСЬ БЕЗУПРЕЧНЫМ
СИЯНИЕМ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ**

БОРЕТСЯ С ПРИЧИНОЙ ПРОЯВЛЕНИЯ ПРИЗНАКОВ СТАРЕНИЯ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ:
МЕХАНИЧЕСКИМ ТРЕНИЕМ ПРИ УДАЛЕНИИ МАКИЯЖА ГЛАЗ;
СТИМУЛИРУЕТ ВНУТРЕНнюю ЗАЩИТУ БЛАГОДАРЯ ТЕХНОЛОГИИ
IMUGENERATION TECHNOLOGY™ И РАЗГЛАЖИВАЮЩЕМУ ЗАЩИТНОМУ КОМПЛЕКСУ,
ПОМОГАЕТ ПРЕДОТВРАТИТЬ СУХОСТЬ И ВИДИМОЕ ПРОЯВЛЕНИЕ МОРЩИН.
ОЩУТИТЕ, КАК КОЖА НАПОЛНЯЕТСЯ СИЛОЙ, СТАНОВИТСЯ ГЛАДКОЙ И БОЛЕЕ УПРУГОЙ,
ТВОРЕНИЕ ДУШИ.

**НОВЫЙ УЛТИМУНЕ КОНЦЕНТРАТ,
ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ ЭНЕРГИЮ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ
ULTIMUNE КОНЦЕНТРАТ, ВОССТАНАВЛИВАЮЩИЙ ЭНЕРГИЮ КОЖИ.**



SHISEIDO
GINZA TOKYO



* Леди Миллион Импайр, новый аромат. Реклама. ООО «ПУЧ РУС», тел.: +7 495 921 17 91/92



Lady Million Empire, the new fragrance

paco rabanne



стр. 156 **ИНТЕРВЬЮ**

Макияж для вечеринки от национального визажиста Nars

стр. 158 **НА СТОЛЕ**

Все для идеальных спа-выходных дома

стр. 164 **ПРЕМЬЕРА**

Коллекция Pikashu бренда Shu Uemura

стр. 166 **МНЕНИЕ**

Екатерина Аксенова, директор отдела красоты и здоровья Cosmopolitan, о том, как провести праздники с пользой

стр. 168 **СЕНСАЦИЯ**

«Зеленая» косметика из Австралии

О ГЛАВНОМ

стр. 172 **ПРОЕКТ**

Учимся ставить и достигать цели на новый год

стр. 180 **ИНТЕРВЬЮ**

Актриса Юлия Хлынина о кино, свободе и красоте

стр. 186 **ПРОБЛЕМА**

Как совместить материнство и карьеру

стр. 192 **ГИД**

12 главных женщин российского кино

стр. 204 **ТРЕНД**

Новые кочевники: кто они?

стр. 208 **РЕАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ**

Три героини, которые изменили свою жизнь

Abercrombie & Fitch

AUTHENTIC



новый парный аромат

* Good Girl Carolina Herrera Нью Йорк: Новая парфюмерная вода. Лейжэр. #goodstovebad (гуллубибад). Реклама. ООО «Пуч Рус», тел.: +7 495 921 17 91 / 92

GOOD GIRL

CAROLINA HERRERA
NEW YORK



THE NEW EAU DE PARFUM LÉGÈRE

#GOODTOBEBAD



О МОДЕ

стр. 216 **МОДНЫЕ НОВОСТИ**

стр. 224 **ТЕНДЕНЦИИ**

стр. 230 **НА ЧТО КОПИТЬ**
Белая блузка

стр. 232 **МОДА**
Выбираем образ по настроению

стр. 238 **ТРЕНД**
Женственность завоевывает
мировые подиумы

О ЧЕСТНОМ

стр. 246 **МУЗА**
Девушки, которые нас вдохновляют: Кара Делевинь, Риз Уизерспун, Тейлор Свифт

стр. 252 **ГИД**
Зимний досуг в самых красивых городах России

стр. 260 **ЛИКБЕЗ**
10 основных правил ЗОЖ

стр. 272 **ГИД**
Топ-5 эффективных тренировок

стр. 278 **АСТРОПРОГНОЗ**
Гороскоп для всех знаков зодиака на 2020 год

О СВОЕМ

стр. 294 **ПРАКТИКА**
8 рождественских десертов

стр. 302 **ИНТЕРВЬЮ**
Наталья Станевич,
арт-директор Л'Этуаль

стр. 304 **НАШИ ЛИЦА**
Лучшие продавцы и магазины

стр. 308 **ПРОВЕРЕНО**
Новости сети

стр. 310 **АДРЕСА**



BE EXCEPTIONAL

новая парфюмерная вода

S.T. Dupont
PARIS



Мастерская подарков Clarins

Успейте к празднику!

И это всё о вас



Реклама

CLARINS



Наталья Родикова,
главный редактор журнала
«Домашний очаг»,
приглашенный редактор
журнала Л'Этуаль

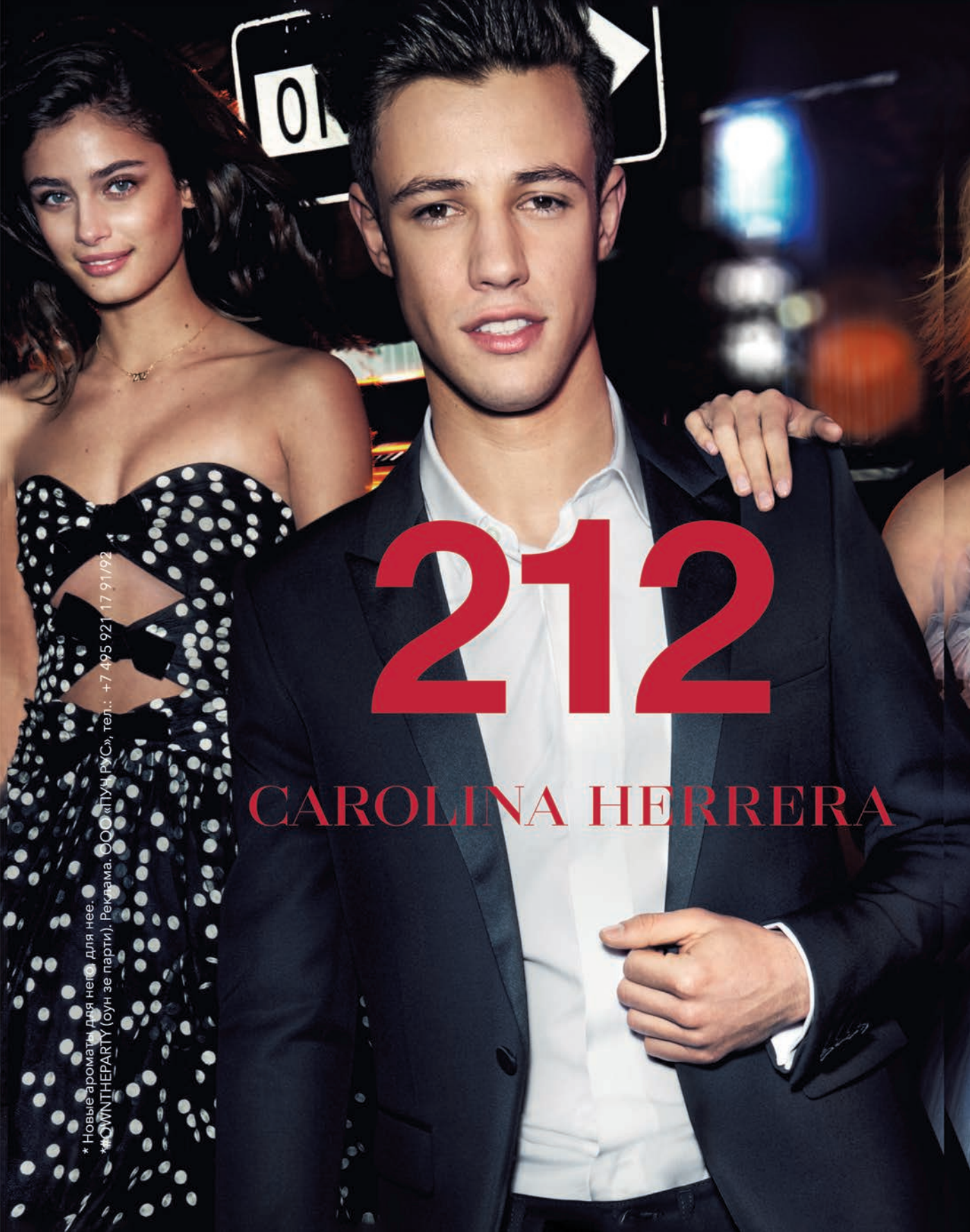
Декабрь – мой любимый месяц. Он – как пятница перед большими выходными: дел невпроворот, зато впереди маячит разноцветное счастье, которое мы точно заслужили. Эти дни вокруг Нового года делают для человечества не меньше, чем технический прогресс. За это время мы определенно становимся лучше, добрее, внимательнее к себе и близким, потому что наконец-то имеем возможность остановиться и побыть наедине. С нашими настоящими замечательными детьми, а не со школьниками, у которых нужно бесконечно и нервно проверять домашнюю работу, с настоящим любимым человеком, с которым можно провалиться, обнявшись, несколько дней на диване и не мучиться чувством вины, и – самое главное – с настоящей собой. И кстати, давно ли в вашей New Year's Resolution был последний пункт? Может быть, настало время его включить? Я желаю вам в новом году слушать себя, беречь, уважительно относиться к своим желаниям и потребностям и не пытаться сдать все жизненные экзамены на пятерку. Потому что для счастья необязательно все время быть отличницей, обычно хватает быть «достаточно хорошей», как говорится в одной прекрасной статье декабрьского номера журнала Л'Этуаль, приглашенным редактором которого мне повезло стать. Обнимаю вас – и пусть в новом году все подарки будут особенными! Для нас, настоящих.

**MONT
BLANC** 

EXPLORER

НОВЫЙ АРОМАТ ДЛЯ МУЖЧИН





212

CAROLINA HERRERA

* Новые ароматы для него, для нее.
** COWNTPARTY (оун зе парти). Реклама. ООО «ПУЧ РУС», тел.: +7 495 921 17 91/92



FRAGRANCES FOR HIM, FOR HER

#OWNTHEPARTY

Алена ВЫБИРАЕТ

PR-ДИРЕКТОР Л'ЭТУАЛЬ АЛЕНА ГРОМНИЦКАЯ ЗАДАЕТ ТРЕНДЫ И ВЫБИРАЕТ НОВИНКИ, КОТОРЫЕ СРОЧНО ХОЧЕТСЯ ПОПРОБОВАТЬ.

Матовая помада **Rouge à Lèvres Mat, 25, Gucci**



Если потребуется оставить только пять средств, которые можно забрать с собой в 2020 год, одним из них будет красная помада. Новая Rouge à Lèvres Mat, Gucci – это праздник, который всегда с тобой: тот самый алый оттенок, роскошный футляр, безупречный матовый финиш. И раз уж речь зашла о текстурах, нельзя пропустить праймер Giorgio Armani. Когда кому-нибудь рассказываю о бренде, всегда упоминаю его невероятные формулы: каждое средство идеально ложится на кожу. Вот и новый Luminous Silk по ощущениям напоминает жидкий шелк. А светиться кожу изнутри заставит сыворотка Future Solution LX, Shiseido в футуристически поблескивающем флаконе. Она сочетает по-японски трепетное отношение к природе и технологичность: только так можно объяснить, что результаты заметны уже на следующее утро! И еще пара слов о сиянии – сиять на вечеринке легко с хайлайтером Jeffree Star Cosmetics оттенка шампанского. Дополняют образ блестящие стрелки – классный способ привлечь к себе взгляды и быть яркой, даже если это единственный акцент в макияже. Просто попробуйте, пусть это будет вашим New Year's Resolution!

Подводка **Phenomen'Eyes Liner, 2, Givenchy**



Хайлайтер **Supreme Frost, Caramel Kiss, Jeffree Star Cosmetics**



Сыворотка **Future Solution LX, Legendary Enmei Serum, Shiseido**



Праймер **Luminous Silk, Giorgio Armani**

Нозми Шмигд

www.rochas.com Компания Курс Групп Дистрибуция. Реклама.



НОВЫЙ АРОМАТ

MADEMOISELLE
ROCHAS

ИТАЛЬЯНСКАЯ КОМЕДИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ДРАМА С ВЕНСАНом КАССЕЛЕМ, ЕВА ГРИН В КОСМОСЕ, РЕСТАВРАЦИЯ НОТР-ДАМА, ЭКРАНИЗАЦИЯ ЛЕГЕНДАРНОГО МЮЗИКЛА, ПРОДОЛЖЕНИЕ «ПРИТЯЖЕНИЯ» – РАЗНООБРАЗИЕ НОВОГОДНЕГО КИНОПРОКАТА ВПЕЧАТЛЯЕТ!

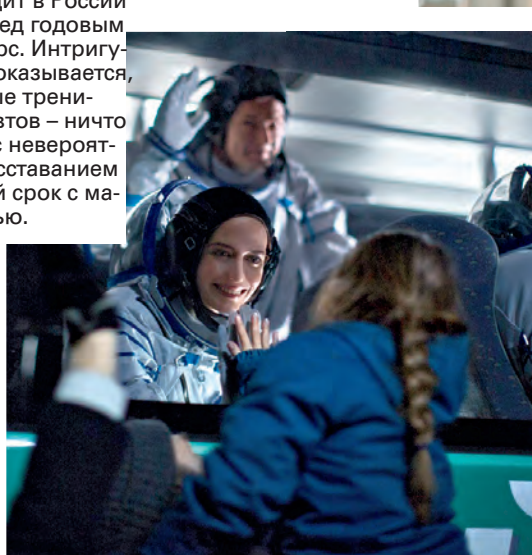


«Спрячь бабушку в холодильнике»

Комедия для всей семьи! Молодая реставратор Клаудия очень талантлива, но бедна, поэтому живет на пенсию бабушки, которая внезапно умирает. Что же делать – Клаудия может потерять источник дохода! Подсказка – в названии фильма.

«Проксима»

На этот раз Ева Грин примерила на себя необычный образ – астронавта Сары, которая проходит в России подготовку перед годовым полетом на Марс. Интригует, правда? Но оказывается, что интенсивные тренировки космонавтов – ничто по сравнению с невероятно тяжелым расставанием на такой долгий срок с маленькой дочерью.



«Особенные»

Премьера от режиссеров культового фильма «1+1»! История о людях, которые живут среди нас, но многие не замечают их или боятся их заметить. В главных ролях – Венсан Кассель и лауреат национальной французской кинопремии «Сезар» Реда Катеб.

ООО «АЛЬКОР И КО», РЕКЛАМА. RIBELLE – БУНТАРКА. FERRAGAMO.COM

Signorina
Ribelle

Salvatore Ferragamo



НОВЫЙ АРОМАТ



«Вторжение»

Продолжение кинокартины Федора Бондарчука «Притяжение» со звездным составом: Александром Петровым, Ириной Старшенбаум, Олегом Меньшиковым, Сергеем Гармашом и Риналем Мухаметовым. Они пытаются защитить планету от вторжения инопланетных существ и в борьбе за выживание, возможно, забудут о милосердии друг к другу.



«Нотр-Дам»

Этот сюжет в некотором роде можно назвать пророческим! Жизнь героини полна личных и профессиональных проблем. Но судьба решает, что этого мало, и добавляет задачку, которая еще больше все усложняет: Мод ошибочно побеждает в конкурсе на реставрацию площади собора Нотр-Дам. К слову, съемки успели провести за несколько месяцев до пожара.



«Кошки»

Оскаронный режиссер Том Хупер («Король говорит», «Отверженные» и «Проклятый «Юнайтед») наконец решил экранизировать легендарный мюзикл «Кошки»! Сюжет разворачивается вокруг ежегодного бала, на котором кошки со всего мира рассказывают о своей жизни. Актерский состав говорит сам за себя: Тейлор Свифт, Джуди Денч и Иэн Маккеллен.



LES ÉCLATS

LANVIN
PARIS

*СОЛНЕЧНЫЕ ЗАЙЧИКИ

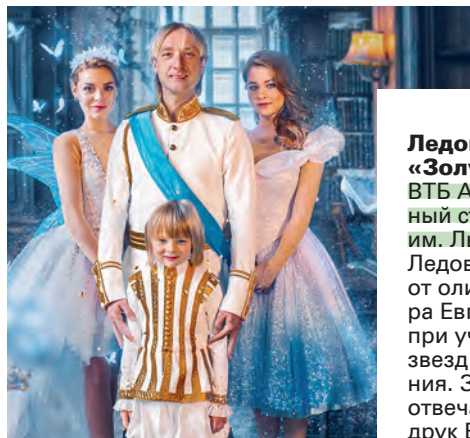
ВЫСТАВКИ О СОВЕТСКОЙ ЭПОХЕ, ЛЕДОВЫЕ ШОУ ОТ ПРОСЛАВЛЕННЫХ ФИГУРИСТОВ И ЛИТЕРАТУРНО-МУЗЫКАЛЬНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ – ВО ВРЕМЯ НОВОГОДНИХ КАНИКУЛ СКУЧАТЬ НЕ ПРИДЕТСЯ!

Выставка «Поэт и леди»

Центр Вознесенского

Знали ли вы, что поэт Андрея Вознесенского связывала тесная дружба с бывшей первой леди США

Жалкин Кеннеди-Онассис? Экспозиция выставки включает не только архивные фото и видео, на которых можно проследить историю их отношений, но и воссозданные интерьеры квартиры Жалкин на Пятой авеню в Нью-Йорке.



Ледовое шоу «Золушка»

ВТБ Арена – Центральный стадион «Динамо» им. Льва Яшина

Ледовая версия сказки от олимпийского призера Евгения Плющенко при участии мировых звезд фигурного катания. За хореографию отвечает бывший художник Большого театра Сергей Филин.



Мюзикл на льду «Спящая красавица. Легенда двух королевств»

ДС «Мегаспорт»

История про темную волшебницу Малефисенту от Татьяны Навки в компании яркой 17-летней олимпийской чемпионки Алины Загитовой и прославленного спортсмена Петра Чернышева.



Выставка «Секретники: копание в советском андеграунде. 1966–1985»

Музей современного искусства «Гараж»

Подпольное искусство, йога, эзотерика, альтернативная медицина – экспозиция обо всем, что требовало защиты от цензуры в СССР.



Концерт Константина Хабенского, Юрия Башмета и «Солистов Москвы»

Московский концертный зал «Зарядье»

В программе литературно-музыкального эксперимента – отрывки из пьес Альбера Камю под музыку Франца Шуберта. Отличный шанс насладиться творчеством не только любимого актера, но и виртуозного ансамбля.

ТОЛЬКО В Этуаль

A girl in Capri

ООО «Алькор и Ко» - Реклама.

LANVIN
PARIS



ИССЛЕДОВАНИЯ СЧАСТЬЯ И УЮТА, ЛАЙФХАКИ ЗВЕЗД И ЗАХВАТЫВАЮЩИЕ ИСТОРИИ НА ОСНОВЕ РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЙ – РАССКАЗЫВАЕМ О САМЫХ ИНТЕРЕСНЫХ КНИЖНЫХ НОВИНКАХ НА ЛЮБОЙ ВКУС!



**Майк Викинг
«Искусство счастливых воспоминаний»**

Для тех, кто не знает: Майк Викинг – основатель Института исследования счастья в Копенгагене и автор бестселлера «Нудге. Секрет датского счастья». Его новая книга – простое объяснение работы нашей памяти. Автор рассказывает, почему мы постоянно возвращаемся лишь к некоторым воспоминаниям, что такое ностальгия и – самое главное – как повысить свой уровень счастья.



**Тина Канделаки
«Pro тело»**

Знаменитая телеведущая продолжает делиться лайфхаками. В продолжение бестселлера «Pro лицо» Канделаки выпускает книгу про тело – сборник рекомендаций, основанных не только на собственном опыте, но и на научных исследованиях. Похудение, пластическая хирургия, аналоги спортзала – обо всем этом в рассказе от первого лица.

**Изабель Гиллис
«Cozy. Искусство всегда и везде чувствовать себя уютно»**

Согласитесь, у большинства из нас слово «уют» ассоциируется с домом, приятной обстановкой или определенными предметами. А что, если научиться чувствовать себя как дома всегда? Эта книга – практическое руководство по выстраиванию внутренней гармонии при любых обстоятельствах.



**Аннетте Хесс
«Немецкий дом»**

Война давно закончилась. Ева готова начать жизнь вдали от дома, выйдя замуж за надежного и богатого Юргена. Но ей неожиданно предлагают стать переводчиком на трибунале над нацистскими преступниками. Узнать страшную правду о прошлом своей страны или сохранить спокойную семейную жизнь – выбор, который должна сделать Ева.

Фото: архивы пресс-служб

Реклама ООО «Шисейдо (РУС)». BENEFIANCE – БЕНЕФЬЯНС. КОМБУ-BOUNCE – КОМБУ-БАУНС.
RENEURA TECHNOLOGY +™ – РЕНЮРА ТЕХНОЛОДЖИ+™



НОВЫЙ BENEFIANCE

**ЗАМЕТНОЕ СОКРАЩЕНИЕ МОРЩИН
ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ***

СИЯЮЩАЯ И МОЛОДАЯ КОЖА ВОКРУГ ГЛАЗ

БЛАГОДАРЯ ДЕЙСТВИЮ КОМПЛЕКСА КОМБУ-BOUNCE СОКРАЩАЕТСЯ ВИДИМОЕ
ПРОЯВЛЕНИЕ ВСЕХ ТИПОВ МИМИЧЕСКИХ МОРЩИН НА КОЖЕ ВОКРУГ ГЛАЗ,
В ТОМ ЧИСЛЕ ПОЯВИВШИХСЯ В СЛЕДСТВИЕ СТРЕССА.
БЛАГОДАРЯ ТЕХНОЛОГИИ RENEURA TECHNOLOGY+™ ПОВЫШАЕТСЯ
ВОСПРИИМЧИВОСТЬ КОЖИ К СРЕДСТВАМ УХОДА, ТЕМ САМЫМ УСИЛИВАЕТСЯ
ВОЗМОЖНОСТЬ КОЖИ К АКТИВНОМУ САМОВОССТАНОВЛЕНИЮ.

**НОВЫЙ BENEFIANCE КРЕМ ДЛЯ КОЖИ ВОКРУГ ГЛАЗ,
РАЗГЛАЖИВАЮЩИЙ МОРЩИНЫ**



SHISEIDO
GINZA TOKYO

* Инструментальный тест на 35 добровольцах

** Данные in vitro



**Кейт Хадсон
«Простые радости.
Как наполнить счастьем и вкусом каждое мгновение жизни»**

Эта книга станет прекрасным подарком не только для поклонников звезды, но и для любителей домашних вечеринок. Кейт Хадсон рассказывает, как самостоятельно подготовиться к любому торжеству. А если нужен повод для праздника – советует, как придумать собственные традиции!

**Ингрид Фетелл Ли
«Маленькая книга счастья: где прячется радость и как ее найти»**

Основываясь на новейших психологических исследованиях, Ингрид Фетелл Ли выделяет 10 принципов, соблюдая которые ощущение гармонии будет сопровождать вас всегда! Автор уверена: все, что нас окружает, оказывает ключевое влияние на настроение и дает советы, как замечать хорошее в привычном.



**Брайан Стивенсон
«Звонок за ваш счет»**

Автор романа – адвокат, помогающий избежать самого страшного приговора – смертной казни. Клиенты Стивенсона – люди из низших слоев общества. За спиной у каждого, на первый взгляд, опасного преступника непростая личная история, которая толкнула его на злодеяние, роковая случайность, а порой и ложное обвинение.



**Эндрю Ридкер
«Альтруисты»**

Самый яркий дебютный роман, по мнению The New York Times. В центре сюжета – профессор колледжа Артур Альтер, у которого возникают неприятности – он может лишиться карьеры, денег и личной жизни. На детей рассчитывать не приходится – близость с ними утрачена. Но обратиться больше не к кому – Артур уговаривает сына и дочь провести вместе каникулы. И внезапно находит решение своих проблем!





floral blush — флорал блуз. Реклама


COACH
NEW YORK

floral blush

НОВЫЙ АРОМАТ для НЕЕ



ВЫБОР РЕДАКЦИИ

НЕДЕЛЬНЫЙ НАБОР МАСОК, ТЕНИ ДЛЯ ТЕХ, КТО НЕ УМЕЕТ ДЕРЖАТЬ КИСТИ, И СЫВОРОТКА ОТ «АВИТАМИНОЗА» КОЖИ: РЕДАКЦИОННЫЙ ДИРЕКТОР ЖУРНАЛА Л'ЭТУАЛЬ НАТАША БОГДАНКЕВИЧ ВЫБРАЛА КЛЮЧЕВЫЕ НОВИНКИ ДЕКАБРЯ.

Vetiver & Golden Vanilla, Jo Malone London – уютный и теплый аромат, в который закуты-ваешься, как в шарф. Вас «обнимает» деликатная ваниль – совсем не приторная благодаря сочетанию с древесными нотами.



Отложили макияж на последний час декабря? С палеткой Hyped Eyeshadow Palette, Nars справитесь даже быстрее: тени высокопигментированные, легко ложатся и сияют не менее эффектно, чем огни на елке.



Восстанавливающая сыворотка с экстрактом шиповника Rose Hip Revitalizing Serum, Kat Burki – это ударная доза «аскорбинки» для кожи. Витамин С ей нужен не меньше, чем иммунитету: защищает от свободных радикалов и придает сияние.



Маски Morning Masks, Payot спасают утром после авралов на работе. Всего есть пять видов. Мои фавориты – питательная Winter Is Coming и разглаживающая Look Younger. А на конец недели припасу Hangover для детокса и сияния!

Фото: Ольга Грочева; личный архив. Волосы и макияж: центр здоровья и красоты «Белый сад»

ТОЛЬКО В 

TSUBAKI

Сокровища Японии
для роскошных волос
Эффект салонного ухода

Сила пяти
натуральных
ингредиентов



Реклама ООО «ШИСЕЙДО (P/S)».

ТРЕНД



1

2



НЮДОВЫЕ СЯЮЩИЕ ГУБЫ – ХИТ ЗИМЫ. ЕСЛИ СО ВРЕМЕН 2000-Х ВЫ УЖЕ ЗАБЫЛИ, КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ БЛЕСКОМ, НАПОМИНАЕМ: ЗАПОЛНИТЕ НЕЙТРАЛЬНЫМ КАРАНДАШОМ КОНТУР, А СВЕРХУ НАНЕСИТЕ ГЛЯНЦЕВЫЙ ТОП ИЛИ БАЛЬЗАМ. БЛЕСТЯЩЕ!

1. Карандаш для губ **Plumpline, Incognito, Vuxom**. 2. Блеск для увеличения объема губ **Gloss'D, Glass Clear, Lottie London**. 3. Увлажняющий блеск **Kisses Lip Lacquer, Nude 03, Burberry**.
4. Блеск **Color Booster Lip Balm, Artdeco**.



4

JIMMYCHOO.COM

ООО «АЛЬФОР И КО», РЕКЛАМА, FEVER — ЛУХОВАДНА.

JIMMY CHOO

FEVER

НОВЫЙ АРОМАТ



ТРЕНД



ВАША ТЕРРАКОТОВАЯ АРМИЯ НА ЭТОТ СЕЗОН – ТЕНИ И КАРАНДАШИ ВСЕХ ОТТЕНКОВ КРАСНОГО. ЧТОБЫ НЕ ВЫГЛЯДЕТЬ ЗАПЛАКАННОЙ, ПРОКРАСЬТЕ МЕЖРЕСНИЧНЫЙ КОНТУР ЧЕРНЫМ ЛАЙНЕРОМ, А ЗОНУ ПОД ГЛАЗАМИ ПРОРАБОТАЙТЕ КОНСИЛЕРОМ.

1. Многофункциональный карандаш **Art Class Frottage Pencil, 06, Too Cool For School**. 2. Палитра теней **Blood Sugar, Jeffrey Star Cosmetics**. 3. Стойкие тени-карандаш **Ombretto Stylo, Seashell 04, Collistar**. 4. Палитра теней **Hypnôse Palette 5 Couleurs, Rose Fusion 12, Lancôme**.

* Нина Руж. Новый женский аромат. Реклама. ООО «ПУЧ РУС», тел.: +7 495 921 17 91 / 92



Nina
ROUGE
THE NEW FRAGRANCE

NINA RICCI



Oscar de la Renta

ТРЕНД



НЕКОГДА ДЕЛАТЬ СЛОЖНОСОЧИНЕННУЮ УКЛАДКУ? И НЕ НАДО: ЗЕРКАЛЬНО-БЛЕСТЯЩИЕ ВОЛОСЫ – ЭТО ХИТ. ИСПОЛЬЗУЙТЕ НЕСМЫВАЕМЫЙ УХОД, ВЫСУШИТЕ ГОЛОВУ ФЕНОМ, А ВЫБИВАЮЩИЙСЯ ПУШОК СБРЫЗНИТЕ ЛАКОМ И ПРИГЛАДЬТЕ РАСЧЕСКОЙ.

1. Расческа **Compact Styler Smashed Holo Blue, Tangle Teezer**.
2. Лак для волос «**Oh my nude! Подвижная фиксация, Got2b**».
3. Спрей для легкого расчесывания на основе трех масел, **Le Petit Olivier**.
4. Пена для укладки 7-в-1 **Dream Big Volume, Marc Anthony**.

Фото: Imaxtree; архивы пресс-служб

Yohji Yamamoto

Я НЕ УВАЖАЛ

НИКАКИХ ДИЗАЙНЕРОВ

НИКАКИЕ ИСТОРИИ

Я ПРОСТО НАХОДИЛСЯ В ПОИСКЕ САМОГО СЕБЯ

СВОЕГО СУЩЕСТВОВАНИЯ

ЭТО БЫЛО ВНЕ ВСЯКИХ ТРЕНДОВ

ВНЕ МОДЫ

ЗАЯВИТЕ О СЕБЕ

Я НЕ ХОТЕЛ ВОЕВАТЬ

НО СЛИШКОМ МНОГО НАПАДОК ЗАСТАВИЛИ МЕНЯ ОТБИВАТЬСЯ

ПРОДОЛЖАТЬ ДВИГАТЬСЯ СВОИМ ПУТЕМ

ДЛЯ СЕБЯ

И НАДЕЮСЬ ЧТО ЭТО ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

ДЛЯ ТЕХ, КТО ТОЖЕ ИЩЕТ СЕБЯ

YOHJI YAMAMOTO

СЧИТЫВАЙТЕ QR-КОД
И СОВЕРШАЙТЕ ПОКУПКИ
СО СТРАНИЦ ЖУРНАЛА



I AM NOT GOING TO DISTURB YOU

ДВА АРОМАТА, МНОЖЕСТВО ИСТОРИЙ

О КРАСОТЕ

Фото: Валентин Блох. Стиль: Николай Голованов. Волосы: Ольга Никотина для Matrix. Макияж: Тина Лео-Блуажа, Saitinbirds, кольцо, NI Jewelry, August

- СИЯЙ И ПРАЗДНУЙ!

Начинаем **НОВЫЙ ГОД**

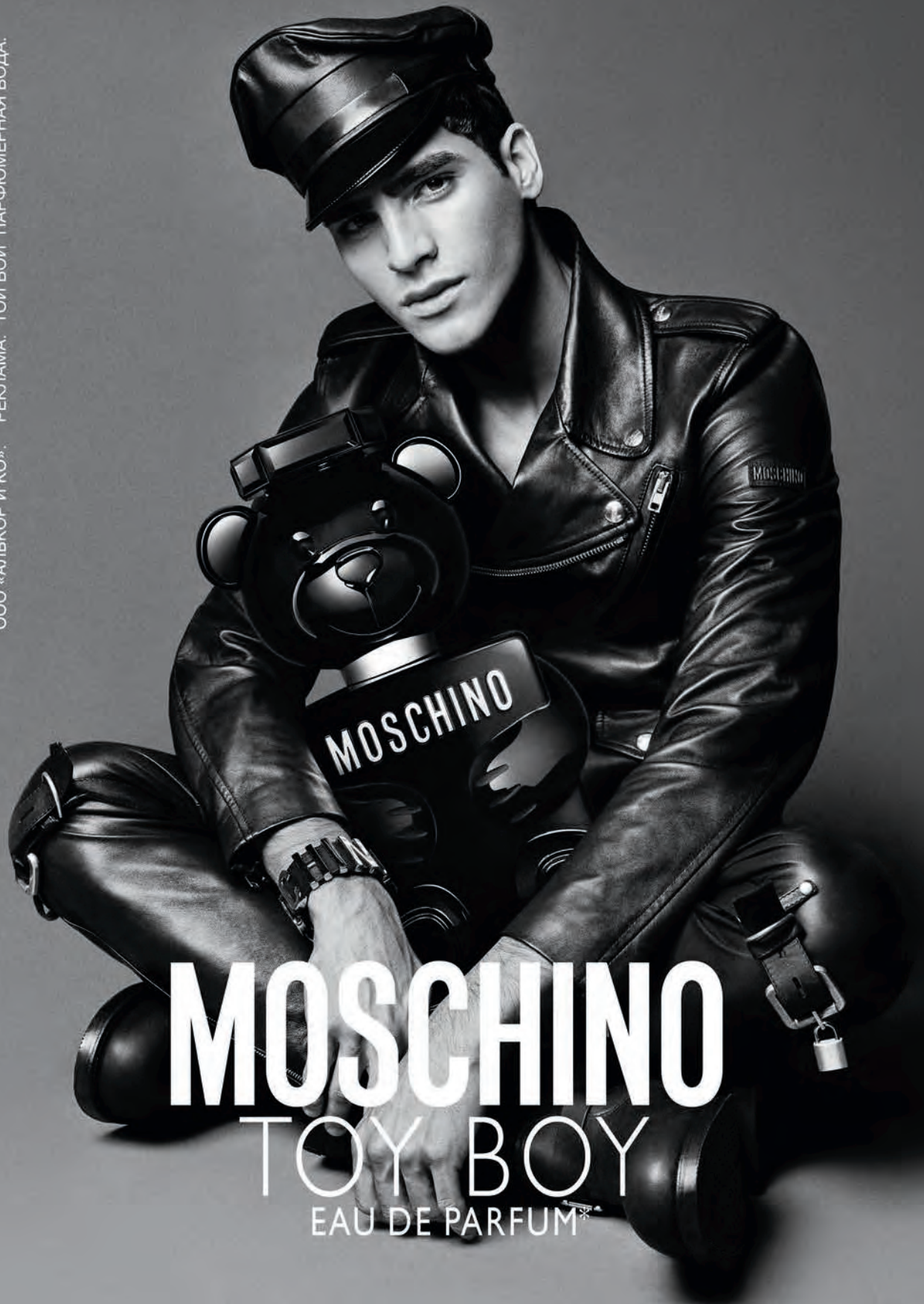
- Россыпи глиттера, стразы, шиммер, блески и перламутр
- **Лучшие процедуры и средства для сияния кожи**
- Тренд – бьюти-минимализм: разбираемся, что такое skin fasting и J-beauty

ЗАПИСЫВАЙТЕ РЕЦЕПТ ПРОТИВ АВИТАМИНОЗА: ВИТАМИН D ВНУТРЬ И ЕГО ПАРФЮМЕРНЫЙ АНАЛОГ SOLEIL, LALIQUE – НА КОЖУ. КОМПОЗИЦИЯ, КАК СОЛНЕЧНЫЕ ЗАЙЧИКИ, ВСЕ ВРЕМЯ В ДВИЖЕНИИ: СНАЧАЛА ЧИСТЫЙ АККОРД ЖАСМИНА И МУСКУСА, ЗАТЕМ БОДРЯЩИЙ ДУЭТ ГРУШЕВОГО ДЕСЕРТА И МАНДАРИНОВОГО СОКА. НАКОНЕЦ, ДОЛГОЖДАННЫЙ ГЛОТОК ЛАТТЕ ВПРИКУСКУ С МИНДАЛЕМ В КАРАМЕЛИ.



Парфюмерная вода
Soleil, Lalique

ООО «АЛЬКОР И КО». РЕКЛАМА. *ТОЙ БОЙ ПАРФЮМЕРНАЯ ВОДА.



MOSCHINO

TOY BOY

EAU DE PARFUM*



Мультифункциональное средство для глаз и щек **Animalier**, парфюмированная пудра-хайлайтер для тела и волос **Glow Effect**, тени с двойным эффектом **Wet & Dry**, помада **Unico, 19**, жидкий хайлайтер **Glow Effect, 02** – все Collistar

COLLISTAR ПОСВЯТИЛИ РОДНОМУ МИЛАНУ КОЛЛЕКЦИЮ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ НЕПРИНУЖДЕННОГО МАКИЯЖА. ЖИДКИЙ ХАЙЛАЙТЕР И ВУАЛЬ ДЛЯ ТЕЛА ДЕЛИКАТНО ПОДСВЕЧИВАЮТ КОЖУ, КАК НА КАРТИНАХ БОТТИЧЕЛЛИ. ЛЮБИТЕ ПОЯРЧЕ? ТОГДА ВЫБИРАЙТЕ ЯГОДНЫЕ ПОМАДЫ В СТИЛЕ МОНИКИ БЕЛЛУЧЧИ И ТЕНИ-РУМЯНА С ЛЕОПАРДОВЫМ ПРИНТОМ – ЭТО ЖЕ СТОЛИЦА МОДЫ!

Фото: Ольга Грачева

ООО «АЛЬКОР И КО» РЕКЛАМА. VERSACEPARFUMS.COM



VERSACE



Тушь **Lash Revival**,
Max Factor

**В ЭТОЙ ТУШИ СОШЛОСЬ
ВСЕ: НАНОСИТСЯ ТОН-
КИМ И РОВНЫМ СЛОЕМ,
ВИРТУОЗНО РАЗДЕЛЯЕТ
РЕСНИЦЫ И НЕ ОСЫ-
ПАЕТСЯ С ПОЗОРОМ
К ВЕЧЕРУ. А ГЛАВНОЕ,
НОВОЙ LASH REVIVAL,
МАХ ФАКТОР ВЫ МОЖЕТЕ
ДЕЛЕГИРОВАТЬ ОБЯЗАН-
НОСТИ ПО УХОДУ:
В СОСТАВЕ ЭКСТРАКТ
БАМБУКА, КОТОРЫЙ
УКРЕПЛЯЕТ РЕСНИЧКИ
ИЗНУТРИ И ДЕЛАЕТ
ИХ ГУЩЕ
ВИЗУАЛЬНО.**

ООО «Алькор и Ко». РЕКЛАМА.



WOOD
DSQUARED2



НОВЫЕ АРОМАТЫ

ПРОБИОТИКИ ЗАБРАЛИСЬ И В КОСМЕТИКУ – В НОВОЙ СЫВОРОТКЕ ADVANCED GÉNIFIQUE, LANCÔME ИХ СРАЗУ СЕМЬ ВИДОВ. ТЕХНИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ – НАЛАДИТЬ МИКРОБИОМ КОЖИ, УСИЛИТЬ ПОЗИЦИИ ПОЛЕЗНЫХ БАКТЕРИЙ. БЕЗ ЭТОГО НЕВОЗМОЖНЫ НИ ВОССТАНОВЛЕНИЕ КОЖИ, НИ НОРМАЛЬНАЯ ЗАЩИТНАЯ ФУНКЦИЯ.



Активатор молодости
**Advanced Génifique
Microbiome, Lancôme**

Фото: Ольга Грачева

ТОВАР ПОДЛЕЖИТ ОБЯЗАТЕЛЬНОМУ ДЕКЛАРИРОВАНИЮ СООТВЕТСТВИЯ ТС РУ Д-FR. ПК08.В.05598 ДАТА ВЫДАЧИ 28.11.2016, ТС РУ Д-FR. ПК08.В.05630 ДАТА ВЫДАЧИ 05.12.2016. РЕКЛАМА ООО «ШИССЕЙДО (РУ)»



narciso rodriguez

аромат для нее



ДЛЯ КОМФОРТНОЙ ЗИМОВКИ ВАМ ПОНАДОБЯТСЯ УЮТНЫЕ СВИТЕРА И НОВАЯ ЛИНИЯ NUTRICIA ОТ PAYOT С РАСТИТЕЛЬНЫМИ МАСЛАМИ, ЭКСТРАКТАМИ И ВОСКОМ. ПИТАТЕЛЬНЫЙ БАЛЬЗАМ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ И КАК БАЗОВЫЙ УХОД ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ, И КАК SOS-МАСКУ. БАЛЬЗАМ-МАСЛО ДЛЯ ГУБ ЗАЩИЩАЕТ ОТ ОБВЕТРИВАНИЯ И УСПОКАИВАЕТ. ЛЕГКИЙ АРОМАТ РОЗЫ ПРИЛАГАЕТСЯ!



Бальзам для губ **Baume Lèvres Coccoon**, бальзам для лица **Baume Super Réconfortant** – все **Nutricia, Payot**

Фото: Ольга Грачева

ANGEL

EAU DE TOILETTE



НОВАЯ ТУАЛЕТНАЯ ВОДА

Новый аромат. Новая звезда. Новая чувственность.

ru.mugler.com Реклама

MUGLER

С УНИВЕРСАЛЬНОЙ ПАЛИТРОЙ DOLCE & GABBANA МОЖНО ВСЕХ
УВЕРЯТЬ, ЧТО ВЫ ТОЛЬКО ЧТО ВЕРНУЛИСЬ ИЗ ОТПУСКА В ИТАЛИИ.
ВНУТРИ ШКАТУЛКИ С СИЦИЛИЙСКИМИ МОТИВАМИ ВСЕ ДЛЯ ИДЕАЛЬ-
НОГО ТОНА: ТРИ ОТТЕНКА КОНСИЛЕРА, КОТОРЫЕ МОЖНО СМЕШИВАТЬ,
МАТОВЫЕ И СИЯЮЩИЕ РУМЯНА, ХАЙЛАЙТЕР
И БРОНЗЕР БЕЗ РЫЖИНЫ.



Палитра для лица **Dolce Skin All-In-One, Dolce & Gabbana**

Скоро в сети Л'Этуаль

ZADIG & VOLTAIRE

GIRLS CAN SAY ANYTHING



НОВЫЙ АРОМАТ

Товар подлежит обязательному декларированию соответствии ЕАЭС RU Д-FR. AM33. В. 01062/19 дата выдачи 12.03.2019 Реклама ООО "Шисейде (РУС)" *ДЕВУШКИ МОГУТ ГОВОРИТЬ ВСЕ

ТОЛЬКО В

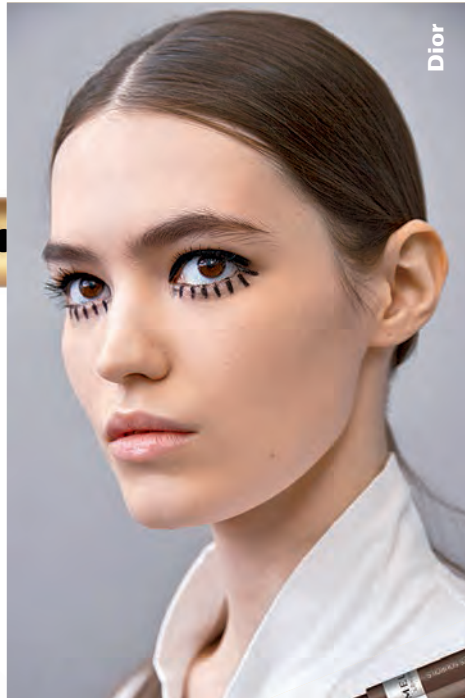
Этуаль



Палитра теней, тушь, помада 02 – все **Moderne Ballerine, Vivienne Sabo**

«ДЕВУШКА, ВЫ СЕГОДНЯ ТАНЦУЕТЕ?» VIVIENNE SABO СЧИТАЕТ, ЧТО ДА! МАРКА ВДОХНОВИЛАСЬ МОДЕРН-БАЛЕТОМ, ДЕМОНИСТРИРУЮЩИМ КРАСОТУ И ГАРМОНИЮ ЛИНИЙ ТЕЛА, И ВЫПУСТИЛА КОЛЛЕКЦИЮ MODERNE BALLERINE. КТО НА СЦЕНЕ? ПАЛИТРА В НЮДОВЫХ И СЛИВОВЫХ ОТТЕНКАХ, ПОМАДЫ ЯГОДНЫХ ТОНОВ И УДЛИНЯЮЩАЯ ТУШЬ.

ТРЕНД:
Берите подводки в руки и смело рисуйте ими вокруг глаз, причем необязательно стрелки. В тренде абстракции и макияж а-ля Твигги, как на показе Dior. Сочетать художества следует с широкими бровями и густо прокрашенными ресницами.



Жидкая подводка **Tattoo Liner, Maybelline New York**

Тушь **Aventuriere, 01, Vivienne Sabo**

Автоматический лайнер для бровей **Brow This Way Fill & Sculpt, 01, Rimmel**

УПРАЖНЯЕМСЯ В РИСОВАНИИ, ХЛОПАЕМ РЕСНИЦАМИ И ДАРИМ НЕБАНАЛЬНЫЕ МУЖСКИЕ АРОМАТЫ – ВАШ TO-DO LIST НА НОВОГОДНИЕ КАНИКУЛЫ.

ХОЛОДНЫЙ ПРИЕМ

Дарить любимому свитер с оленями – это олдскул. То ли дело аромат Calvin Klein с зимним принтом. Изнутри приятно веет холодком, искристой свежестью и хвоей – зима же!

Туалетная вода **CK One Collector's Edition, Calvin Klein**



Парфюмерная вода **Toy Boy, Moschino**

ГРУППА «ЗВЕРИ»

Новый аромат Moschino – ироничная вариация на тему брутальности. Под «маской» плюшевого мишки – энергичный древесно-цитрусовый микс.



Палитра хайлайтеров **La Vie En Glow**, L'Oréal Paris



Палитра теней 4-в-1 **Beau Regard Place de L'Opéra**, 03, Bourjois



Prabal Gurung

ТРЕНД:
Делаем макияж в оттенках шампанского: розовый, золотой, цвета крем-брюле... Искрыться ваши глаза заставят кремовые тени Bourjois и Maybelline NY, а хайлайтер L'Oréal Paris придаст всему лицу сияющий вид.



Тени «Color Tattoo 24 часа», 93, 35 и 65, Maybelline New York

КАК ВЕРНУТЬ УСТАВШЕМУ ЛИЦУ СИЯЮЩИЙ ВИД, ГЛАЗАМ – БЛЕСК, А КОЖЕ – УПРУГОСТЬ? В ЭТОЙ ПРЕДНОВОГОДНЕЙ ПРОГРАММЕ – ОТВЕТЫ НА ВСЕ ВОПРОСЫ И ЗАПРОСЫ.



ПРОГРАММА «ВРЕМЯ»

После 45 лет *laume nuit réconfortant - Comforting night balm* наша кожа живет по новым законам: сказывается гормональная перестройка. В Avène все просчитали и придумали линию **DermAbsolu**, которая замедляет старение и микровоспаление в клетках.

Моделирующий ночной бальзам **DermAbsolu**, Avène



ВОЗЬМИТЕ В СВОИ РУКИ

Любите пить кофе на улице – полюбите и ухаживать за обветренной кожей рук. В большом стаканчике A:T Fox три крема для рук с разными эффектами: увлажняющий, смягчающий и освежающий.

Набор из трех кремов для рук, **A:T Fox**

too cool for school

НОВИНКИ ЗИМА 2020 ARTCLASS NUAGE CHEEK & EYE



ООО «Алькор и Ко». Реклама.

2 в 1 жидкие тени для век и румяна для ежедневного макияжа

ТОЛЬКО В

Этуаль

НЕ ДАЙ СЕБЕ ЗАСОХНУТЬ: НОВАЯ ЛИНИЯ HONEY, VEGITERIA ЗАРЯЖЕНА УВЛАЖНЯЮЩИМИ И ПИТАТЕЛЬНЫМИ КОМПОНЕНТАМИ. ДЕЙСТВУЯ ВМЕСТЕ, ОНИ ВОССТАНАВЛИВАЮТ ЛИПИДНЫЙ БАРЬЕР КОЖИ И ПРЕДОТВРАЩАЮТ ОБЕЗВОЖИВАНИЕ. АКТУАЛЬНО ЗИМОЙ, КОГДА В ОФИСЕ ЖАРКО И СУХО, А НА УЛИЦЕ ХОЛОДНО И ВЕТРЕНО.

У бренда Vegiteria любопытная концепция – это детокс-кафе, где каждый может подобрать свой коктейль средств. Яблочные – для жирной кожи, огуречные – для нормальной, а медовые – для сухой. Их-то и показано добавить в рацион зимой, когда наступает обезвоженность и шелушение. Любители мягкого очищения оценят деликатную пенку для умывания и тоник-эмульсию, а фанаты легких питательных средств – крем с текстурой флюида и масло для лица. Также в меню представлены сыворотка, маска, крем для век и увлажняющий мист (спасет в сухом офисном климате). Все средства марки сделаны по принципу clean formula: ноль спорных ингредиентов, разумный баланс между органическими и синтетическими компонентами и, конечно, экстракт меда – от исключительно правильных пчел!



Тоник-эмульсия, крем-маска, увлажняющий мист, обогащенный крем для лица – все **Honey, Vegiteria**

SOLEIL – СОЛНЦЕ. #IAMTHESUNCHILD – ДИТЯСОЛНЦА. ООО «АЛЬКОР И КО», РЕКЛАМА.

SOLEIL LALIQUE

НОВЫЙ ЖЕНСКИЙ АРОМАТ



#IAMTHESUNCHILD

**ДАЖЕ КОГДА ВАШ ПАРФЮМЕР-
НЫЙ ГАРДЕРОБ УКОМПЛЕКТОВАН,
НЕ ОТКАЗЫВАЙТЕ СЕБЕ В ОБНОВ-
КЕ, ОСОБЕННО ЕСЛИ ЭТО ЗОЛОТАЯ
ТУФЕЛЬКА CAROLINA HERRERA.
РОССЫПЬ БЛЕСТОК НА КОЛЛЕК-
ЦИОННОМ ФЛАКОНЕ – РЕВЕРАНС
В СТОРОНУ СТИЛЯ АР-ДЕКО
1920-Х ГОДОВ. САМ АРОМАТ
ОСТАЛСЯ НЕИЗМЕННЫМ: ГУСТОЙ
ДУЭТ КАКАО И КОФЕ РАЗБАВИЛИ
МОЛОЧНЫМ АККОРДОМ БЕЛЫХ
ЦВЕТОВ.**



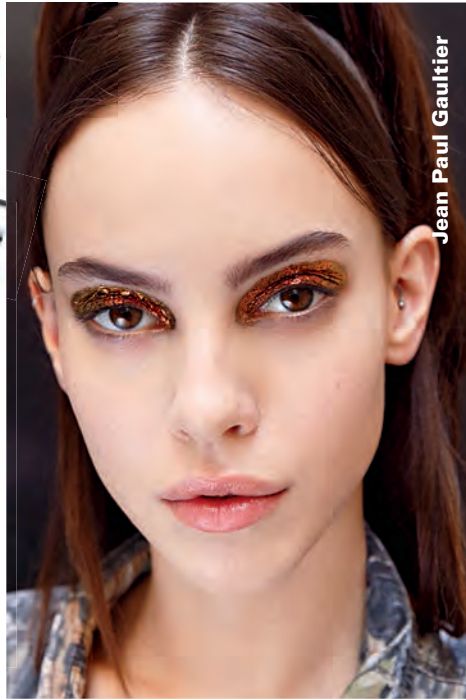
Парфюмерная вода
Good Girl Glorious Gold,
Carolina Herrera



Жидкая помада-трансформер **WOW!, 01, Pupa Milano**



Палитра кремовых пигментов **Love Lust Disco Foil Play Cream, 02, NYX Professional**



Jean Paul Gaultier

ТРЕНД:
Устраиваем китч по мотивам 90-х: стразы и россыпи глиттера! Помогут пигменты NYX и помады-трансформеры Pupa Milano и Lottie London. Наносишь – получаешь матовое покрытие, несколько раз сомкнешь губы – и вуаля, они покрыты шиммером! Магия.



Жидкая помада-трансформер **XThuyle Glitter Switch, Ravenous, Lottie London**

ДЛЯ ГЛАВНОЙ НОЧИ ГОДА ВСЕ СРЕДСТВА ХОРОШИ: БЛЕСТКИ (МНОГО БЛЕСТОК!), ПЕРЛАМУТР И РУМЯНА – ВСЕ, ЧТОБЫ ВАШ МАКИЯЖ СИЯЛ ЯРЧЕ ДИСКОБОЛА. AND YOU ARE THE DANCING QUEEN!

Румяна **Glamtopia**, тени для век **Galaxy Eye Powder, 14 – все Artdeco**



ОН ТАКОИ ОДИН
Рождественская коллекция Artdeco – это микс эксцентричности и минимализма. Находка для тех, кто избегает быть too much: блески умеренные, оттенки сдержанные.

Помада **L’Absolu Rouge Ruby Cream, 131, Lancôme**



КОМАНДА «РУБИН»
Lancôme выпустили коллекцию помад в рубиновых оттенках. Они дают сияющее атласное покрытие, которое по стойкости сравнимо с матовым (ведь в составе на 25% больше пигментов, чем в классической кремовой помаде).

Лучшие друзья ДЕВУШКИ



Ольга Бородько,
менеджер
по рекламе и PR
брендов дистрибу-
ции Л'Этуаль

В НОВЫЙ ГОД ХОЧЕТСЯ ВЗЯТЬ ВСЕ ЛУЧШЕЕ И СОСТАВИТЬ СВОЙ ИДЕАЛЬНЫЙ НАБОР ДЛЯ ПУТЕШЕСТВИЯ ДЛИНОЙ В 365 И ЕЩЕ ОДИН ДЕНЬ. ОЛЬГА БОРОДЬКО, МЕНЕДЖЕР ПО РЕКЛАМЕ И PR БРЕНДОВ ДИСТРИБУЦИИ Л'ЭТУАЛЬ, РАССКАЗЫВАЕТ, С ЧЕМ СТАРТОВАТЬ.



2

1. Макияж для меня – это smart-жанр. Я прибегаю к нему по исключительным случаям, и бьюти-средства выбираю пристрастно. Тушь Volume Sensation, Ardeco – бестселлер и мой личный хит.

2. Люблю бренд Kat Burki, где каждый продукт – десять из десяти. Сыворотка Illume Brightening придает сияние, стирает следы усталости и делает цвет лица свежее.

3. А вот это настоящая секретная инновация. Патчи Collistar оказывают лифтинг-эффект на область щек, глаз и губ разом. Итог – идеальный овал за 15 минут.

4. У меня жирная кожа, которая требует бережного и качественного очищения. Открытием стал мягкий отшелушивающий гель Rituel Visage, Arnaud Paris. Он наносится как маска-скатка, тщательно очищает и оставляет кожу бархатистой.

5. Матовая помада Meet Matt(e) Hughes оттенка Committed, TheBalm – просто лучшая на свете: идеальный нюд и комфортная текстура, которая совершенно не сушит губы.

6. Перламутровый спрей-мист Dewy Spritz, Ciate London – та неуловимая деталь, что позволит зафиксировать макияж и войти в новый год, сияя!



4



5

6



3

ООО «Алькор и Ко». Реклама *Палетка Мегаватт ** среди средств Lottie London

ТОЛЬКО В

Этуаль



lottie
LONDON

**megawatt
palette***

8 оттенков теней для век и 4 оттенка хайлайтера

Универсальная культовая** палетка, состоящая из 4 эффектных сияющих оттенков хайлайтера и 8 кремовых оттенков теней для век, от пигментированных матовых до ультраблестящих металлических.

ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС

ТРЕНД: ЦВЕТОЧНЫЕ НОТЫ

КТО СКАЗАЛ, ЧТО ЦВЕТОЧНЫЕ АРОМАТЫ ТОЛЬКО ДЛЯ ЛЕТА? BVLGARI ЗНАЮТ, ЧТО БУКЕТЫ ПРИЯТНО ПОЛУЧАТЬ В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ ГОДА. ПАРФЮМЕР АЛЬБЕРТО МОРИЛЬЯС СОБРАЛ КОМПОЗИЦИЮ СО СВОИМ ЛЮБИМЫМ ЦВЕТКОМ – РОЗОЙ. ИМЯ ЕЕ – ROSE GOLDEA BLOSSOM DELIGHT, BVLGARI.



Солирует в пирамиде роза во всех ее проявлениях: тут есть и настой из лепестков, и абсолю, и бутоны. Все это в обрамлении пудровых фиалок, сладкого жасмина и терпких ландышей. А чтобы не было приторно, в аромат добавили облако белого мускуса и ломтики зеленой папайи – то, что нужно, чтобы взбодриться зимой.

Фото: Ольга Грачева

KARL LAGERFELD × L'ORÉAL
PARIS

НЕМНОГО КАРЛА ЕСТЬ В КАЖДОМ ИЗ НАС



ВИДЕЛИ НОЧЬ



Как в сезон вечеринок ни разу не повториться с макияжем? Ловите идеи от Владимира Калинчева, официального визажиста Max Factor в России.

ГУБЫ

Главный цвет 2020-го – теплый красный, так что встречаем год тоже в нем. Эффект может быть любой – и матовый, и блестящий. Ключевой момент: тон здесь нужен идеальный.



Матовая помада Matte Bullet №35 Love¹

Тональная основа Facefinity All Day Flawless²

FACEFINITY ALL DAY FLAWLESS

3+1

SPF 20

15 SERIE



Подводка Masterpiece High Precision оттенка Velvet Black

ГЛАЗА

Карандашом или подводкой рисуем стрелку и наносим на ресницы много-много туши (и на верхние, и на нижние). Чуть подкрашиваем и расчесываем брови.



Тушь Lash Revival №3 Extreme Black³

Алые губы и стрелка – это классика жанра. Но и тут возможны вариации: например, можете сделать мягкую растушеванную стрелку.

MAX FACTOR X

MAX FACTOR X
Kohl Kajal Liner



Палетка теней
Masterpiece Nude
Palette оттенка
Golden Nudes

Карандаш Kohl
Kajal Pencil №1
Black¹

ГЛАЗА

Карандашом подводим линию роста ресниц сверху и снизу. Середина подвижного века – в золоте, которое далее растушевывается в коричневый. Либо можно уйти в розоватую гамму – тоже будет очень красиво.



ГУБЫ

Делаем их нюдовыми или добавляем немного золота (например, наносим поверх помады блеск). Помните, в эту «историю» нужны только теплые оттенки. Даже румяна – и те лучше брать персиковые.

Блеск для губ
Honey Lacquer
Gloss №30
Chocolate
Nectar²

Кушон Color
Elixir Cushion
№ 5 Spotlight³



Главное – не делать глаза слишком темными. Добавляйте спецэффекты: сияние, блеск, тени со светоотражающими частицами.




Фото: Валентин Блох.
Стиль: Николай Голованов.
Волосы: Ольга Никитина для Matrix.
Макияж: Тима Лео

НОВОЕ НАЧАЛО

В ГОД БЕЛОЙ МЕТАЛЛИЧЕСКОЙ КРЫСЫ НУЖНО ПРАВИЛЬНО
СТАВИТЬ ЦЕЛИ. ПУСТЬ ОДЕЖДА БУДЕТ КАК ЧИСТЫЙ ЛИСТ,
МИНИМАЛИСТИЧНАЯ И ПРОСТАЯ, ЧТОБЫ НЕ ОТВЛЕКАТЬ
ОТ ГЛАВНОГО. ТЕМ БОЛЕЕ ЧТО ЛАКОНИЧНОСТЬ – ГЛАВНЫЙ
ТРЕНД БУДУЩЕГО СЕЗОНА.

Платье, **12storeez**;
блузка, **Tegin Fashion**
House; серьга,
N1 Jewelry;
кольцо, **Avgvst**.

На странице слева:
платье, **12storeez**,
серьги, **Exclaim**







Платья, жакеты
и юбки – все **Lokoto**;
чулки и гольфы –
все **Calzedonia**





Платье, **12storeez**;
серьга, **N1 Jewelry**.

На странице слева:
жакет и юбка – все
12storeez; ботильоны,
Weddy Vichi; серьги,
N1 Jewelry







Блузки – все **Tegin**
Fashion House;
серьги – все **Avgvst**



Жакет и юбка – все
12storeez; серьги,
N1 Jewelry





Платье, **12storeez**;
блузка, **Satinbirds**;
серьги и кольцо –
все **Exclaim**.

На странице справа:
блузка, **Satinbirds**;
кольца, **N1 Jewelry**,
Avgst.

Технический директор:
Андрей Харьбин@Bold.
Модели: **Наташа Лызина**,
Ангела Жнец@The Stories.

Креативный продюсер: **Оксана Пашкевич**



ПОД МИНИМАЛ

Новинки для ухода за лицом появляются чуть ли не каждый день. Текстуры и ароматы становятся приятнее. Формулы эффективнее. И вот когда нанести на себя хочется все и сразу, появляется вопрос: сколько средств нужно коже на самом деле? Давайте разбираться!

Текст: **Ирина НОВИК**

ПОПАСТЬ В ДЕСЯТКУ

Это сейчас кажется, что мы всегда ухаживали за лицом исключительно по корейской системе. Хотя на самом деле популярный 10-ступенчатый уход отмечает в этом году свое 5-летие. Когда-то бьюти-рутина состояла из чего-нибудь пенящегося для умывания и крема под общим названием «увлажняющий». Все остальное – тоник, крем для области вокруг глаз, сыворотка, маски, скрабы – считалось баловством. Но даже в старые добрые времена, когда косметику выкладывали не в Instagram, а на туалетные столики, красивый флакон имел значение. Также было важно, откуда бренд родом. Больше всего доверяли

французским маркам, например Lancôme, Chanel, Clarins.

А потом мир захватили корейцы, которые всем своим видом – точнее, идеальной кожей – убедили нас в необходимости использовать 10 продуктов сразу. Так на полке появились: очищающее масло и мыло, эксфолиант, тонер, эссенция, сыворотка/бустер/ампулы, тканевая маска, крем для век, крем для лица, санскрин. Особо активным бьюти-энтузиастам и этого было мало. Они настаивали на дополнении в виде пре-сыворотки, миста, патчей для век. Действительно ли все это нужно – вопрос спорный. Директор К-бренда Look At Me Майкл Цой рекомендует наносить 5-10 тонких увлажняющих слоев не всем – только тем, кто живет в сухом климате или проводит много времени в помещениях с кондиционерами. Поскольку с возрастом кожа становится более обезвоженной, сухой и чувствительной, то после 30 несколько дополнительных слоев ухода пойдут ей на пользу. А вот Ольга Цыганова, заведующая отделением

«Даже в СТАРЫЕ ДОБРЫЕ ВРЕМЕНА, когда косметику выкладывали НЕ В INSTAGRAM, а на туалетные столики, КРАСИВЫЙ ФЛАКОН имел ЗНАЧЕНИЕ»



«СЛОЖНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ помогают создавать более простой, но при этом ЭФФЕКТИВНЫЙ УХОД, а значит, отказываться от огромного количества продуктов в пользу РАБОТОСПОСОБНОГО МИНИМУМА»

косметологии и реабилитации клиники пластической хирургии и косметологии Doctor Plastic, против бьюти-максимализма: «У всех средств разный состав, разная кислотность. Как они будут взаимодействовать – неизвестно. При послыном нанесении большого количества продуктов ингредиенты могут изменить pH-баланс кожи, нарушить ее защитную мантию, вызвать аллергические реакции. Кроме того, кожа просто не способна впитать столько компонентов одновременно. Поэтому остатки на поверхности эпидермиса становятся питательной средой для вредных бактерий, а значит, причиной воспалительных элементов».

СЕРЬЕЗНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Альтернативой корейскому максимализму стал японский минимализм. Адепты J-beauty сделали ставку на серьезность во всем: составы продвинутые, функции понятные, упаковки лаконичные. Сейчас именно в Японии происходит все самое интересное. Там изобретают новые способы доставки ингредиентов в глубокие слои кожи, используют достижения нейронауки и геной инженерии. Такие сложные технологии помогают создавать более простой, но при этом эффективный уход, а значит, отказываться от огромного количества продуктов в пользу работоспособного минимума.

«Но главное, – считает бренд-менеджер департамента создания и развития брендов Л'Этуаль Алина Березкина, – тренд на J-beauty подстегнул улучшать формулы не только японцев, но и других азиатских производителей. Так, в Корею стало появляться больше брендов с серьезным, почти медицинским уклоном. Кстати, сейчас эксперты K-beauty активно изучают преимущества уже знакомых нам ингредиентов и совершенствуют формулы с учетом запросов молодой аудитории. Лосьоны с муцином улитки и экстрактами ласточковых гнезд миллениалы и джензеры выбирают все реже. Зато популярность сiса-крема с ценной азиатской и косметики с экстрактами растений-адаптогенов растет».

ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ

Для японок важна профилактика возрастных изменений. Там, где у корейнок 10 шагов, женщины Страны восходящего солнца делают один, зато какой! Пример: в 2011 году специалист по йоге лица и основательница собственного бренда Коко Хаяси придумала философию skin fasting – «косметическое голодание». Она предложила отказаться от косметики, объяснив это тем, что чрезмерное очищение и увлажнение ослабляют естественный защитный барьер кожи. Чтобы его восстановить, Хаяси советовала раз в неделю не использовать никакой уход и просто умываться теплой водой. Разумеется, в те времена бьюти-максимализма ее никто не услышал. А что сейчас?

ISSEY MIYAKE

L'EAU D'ISSEY

ROSE&ROSE

НОВЫЙ аромат

www.isseymiyakeparfums.com

Товар подлежит обязательному декларированию соответствии ЕАЭС RU Д-ФР. АИ33.В.01052/19 дата выдачи 12.03.2019. Реклама ООО "Шисейдо (РУС)"
РОУЗ ЭНД РОУЗ #ДвижимыйПриродой



#MovedByNature



«ОСОЗНАННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ влияет не только на состав и упаковку косметики, но и на ее количество. Мы хотим ЗАБОТИТЬСЯ О МИРЕ и готовы УБРАТЬ ВСЕ ЛИШНЕЕ из своей бьюти-рутины»

Специалист веганского бренда Thank You Farmer Джи Эн Парк уверен, что именно от ночного ухода зависит, какой кожа будет завтра. Поэтому от крема перед сном лучше не отказываться даже на один день. Ольга Цыганова говорит, что умывание водой полезно только для раздраженной и чувствительной кожи. Старший тренинг-менеджер японского бренда Shiseido Сергей Хачатурян считает косметическое голодание практикой лишь для адептов ЗОЖ, которые живут в идеальных экологических условиях. «А пока зеленые луга и горный воздух нам только снятся, полезнее устраивать себе выходной не от средств по уходу, а от смартфона». И все же сегодня теория Коко Хаяси многим близка. Причина – волна экологического активизма. Осознанное потребление влияет не только на состав и упаковку косметики, но и на ее количество. Сегодня мы хотим заботиться о мире и готовы убрать все лишнее из своей бьюти-рутины.

ТОЛЬКО В

Этуаль

Уход за лицом из эстетических клиник Кореи.
Для сохранения молодости кожи.



AHC

Гиалуроновая кислота, 17 аминокислот,
травяные масла для сохранения упругости и эластичности кожи.

КРАСОТА СПАСЕТ

Эксперты единодушны: будущее за косметикой, которая решит не только проблемы кожи, но и уберезет мир от экологической катастрофы. На это способны многофункциональные продукты. Например, кремы, которые отлично выполняют роль сыворотки, праймера, маски. Или бальзамы и масла, защищающие от сухости любые участки лица и тела. Мало того что такие all-in-one средства экономят время, так еще и минимизируют количество отходов. Об этом говорит Хи Чжо Кан, специалист отдела маркетинга бренда A;T Fox: «Азиатский, европейский и американский уходы движутся в одном направлении – clean beauty («чистая красота»). Мы вышли за рамки K-beauty и стремимся не просто задавать тренды, а сосредоточиться на этических ценностях: разрабатываем веганские формулы, превращаем наши фабрики в экологически чистое производство, исследуем биоразлагаемые материалы». Тратить меньше, да лучше помогают и марки, которые предлагают подобрать персонализированный уход. И специальные приложения для смартфонов. Например, Rynkl анализирует ваши селфи и помогает не пропустить новые морщинки и другие возрастные признаки. A Think Dirty сканирует штрихкод продукта, находит токсичные ингредиенты и предлагает безопасную замену средства. И по секрету: бренд Shiseido всюю тестирует умную машину, которая подбирает оптимальный уход в зависимости от климата, времени суток и индивидуальных проблем. Как видите, коже для полного счастья много не надо: достаточно только самого лучшего.



THALGO

LA BEAUTÉ MARINE

ПРИ ПОКУПКЕ ПРОДУКЦИИ МАРКИ
НА СУММУ ОТ 3500 РУБЛЕЙ*
ВАШ НОВОГОДНИЙ ПОДАРОК



**УВЛАЖНЯЮЩИЙ КРЕМ 24 ЧАСА
«МОРСКОЙ ИСТОЧНИК», 30 МЛ
В ПРАЗДНИЧНОЙ УПАКОВКЕ**

ВОССТАНАВЛИВАЕТ - РЕМИНЕРАЛИЗУЕТ - ВОЗВРАЩАЕТ СИЯНИЕ

На правах рекламы. Эксклюзивный дистрибьютор в России «МБГ Бьюти», тел.: +7 (495) 989 84 85, факс: +7 (495) 989 84 86
*Клинические исследования проводились при участии 10 респондентов. Средний уровень увлажненности кожи спустя 4 часа +58,2%,
спустя 8 часов +45%. Спустя сутки (24 часа) +75%.

*Количество подарков ограничено. Срок проведения акции: с 01.12.2019 года до окончания наличия подарков в магазине. Подарок может отличаться от заявленного на фото. Сумма покупки указана с учетом всех скидок. Подробности у консультантов парфюмерно-косметического отдела магазина Л'Этуаль.

КАК СОСТАВИТЬ СВОЕ БЬЮТИ-МЕНЮ

Не все готовы сразу отказаться от привычного количества разнонаправленных продуктов в пользу одного. Но и что делать со всем этим разнообразием – не всегда понятно. Рассказываем, на что ориентироваться при составлении персонального ухода.

1 Обращаем внимание на тип и состояние кожи, возраст, климат и образ жизни. Исходя из этого, для ежедневного ухода хватит всего трех флаконов. Это средство для умывания/снятия макияжа, тонизирующий лосьон и увлажняющий крем для лица, шеи и декольте.

2 Сыворотку и крем для век добавляем по желанию и потребностям кожи. Один-два раза в неделю делаем маски (увлажнение, очищение, разглаживание, сияние – вот тут есть простор для фантазии) и пилинги с кислотами без абразивных частиц.

3 От предусмотрительных японцев берем на заметку профилактический подход к возрастным изменениям, важность которого состоит в своевременном, а не преждевременном использовании тех или иных косметических средств.

4 У K-beauty перенимаем принципы мгновенного реагирования на появившуюся проблему: не сбрасываем со счетов патчи и средства для сужения пор. И помним, что даже сложный уход за кожей может быть приятным.

1. Увлажняющая тканевая маска **Watermelon Face Mask, Look At Me**. 2. Сыворотка для сужения пор **Pore Control, Clarins**. 3. Увлажняющий лосьон **Tea Toc Water, A;T Fox**. 4. Мультизадачный крем для лица **Iconic, Dolce Milk**. 5. Ночной крем-филлер против морщин, **Venus**. 6. Концентрат для энергии кожи **Ultimune, Shiseido**. 7. Антивозрастная восстанавливающая эмульсия для лица **Miracle Age, Thank You Farmer**



Фото: архивы пресс-служб

ROSELIFT COLLAGÈNE*

ЕЖЕДНЕВНЫЙ УХОД С КОЛЛАГЕНОМ** И
ЭКСТРАКТОМ РОЗЫ
ДЛЯ УПРУГОСТИ И СИЯНИЯ ВАШЕЙ КОЖИ

*Розлифт Коллаген. Реклама. ООО «Алькор и Ко».
** Активный ингредиент — коллагенстимулирующий пептид



УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ НА PAYOT.COM

PAYOT
PARIS



www.payot.com

БЬЮТИ-БЛОГЕРЫ – О ТОМ, КАК (ПОЧТИ) СТАЛИ МИНИМАЛИСТАМИ

Ксения Молоткова,
флейтистка и блогер
@kumakurkuma

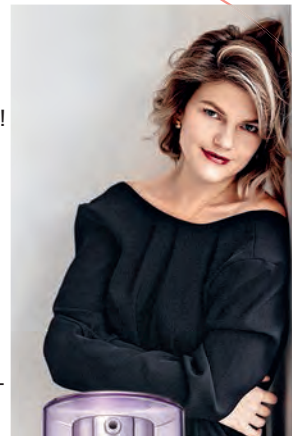
У меня реактивная кожа – на все, что ее не устраивает, она моментально реагирует ворохом всяческих спецэффектов. Постоянные смены ухода не улучшают ее состояние, а, наоборот, усугубляют. Да, для Instagram огромное количество банок в ванной комнате – это хорошо, но в реальной жизни они меня раздражают. Свой необходимый минимум я определила методом проб и ошибок. У меня нет проблем с кожей вокруг глаз, поэтому на эту область наношу тот же крем, что и на все лицо. А еще пару раз в неделю использую какиенбудь чудотворные патчи. Массовая истерия по поводу тканевых масок меня обошла стороной. Для меня они скорее исключение, чем правило. А вот увлажняющие и питательные маски с началом отопительного сезона использую, конечно, часто. Плюс круглый год по утрам наношу увлажняющий крем с SPF. Новый продукт появляется у меня в двух случаях. Либо предыдущий тюбик заканчивается, либо кожа требует дополнительной поддержки. Просто на красивую упаковку стараюсь не вестись.

Ольга Смирнова, автор курса
«Как стать бьюти-блогером»
и блогер @makeupmania.ru

Для ежедневного ухода мне вполне хватило бы трех средств: геля для умывания, сыворотки и крема для лица. Но я искренне люблю заниматься собой – медленно и поэтапно наносить средства. Поэтому многим мой минимализм вовсе таковым не кажется. Одних только сывороток и кремов в моем арсенале порядка трех десятков. А еще сейчас я в диком восторге от пилингов. Возможно, даже ими злоупотребляю, но мне так нравится эффект здорового сияния кожи! Ну и новая любимая игрушка – ролик для лица. За последний год я отказалась от половины рассылок косметики. У меня и так много открытых средств, столько просто не нужно. Со временем планирую убрать из ухода тканевые маски и патчи из соображений zero waste – «ноль отходов». Так что скоро смогу с еще большей уверенностью назвать себя осознанным блогером.



1. Питательная маска **Vitamin IV, Ettang**. 2. Дневной крем **Pure White SPF 30, Eisenberg**. 3. Гидрогелевые патчи с экстрактом розы **Rose, Look At Me**



1. Очищающий успокаивающий гель **KB5 Calming, Kat Burki**. 2. Интенсивная сыворотка **The Aesthe, AHC**. 3. Пилинг с АНА-и ВНА-кислотами **Perfectionist Pro, Estée Lauder**

Фото: архивы пресс-служб

L'ELIXIR DES GLACIERS



By VALMONT

ESSENCE OF BEES

Совершенство медовой эссенции

Потому что красота создана природой... L'Elixir des Glacier совершает технологический прорыв, объединив лучшие продукты пчеловодства в одном эксклюзивном комплексе. В роскошной гамме Essence of Bees, состоящей из трех идеальных средств — Лифтинг-сыворотки для глаз, Питательной маски и Питательного масла, сочетается невероятная эффективность меда, пчелиного маточного молочка и прополиса. Поверните время вспять!

Discover the beauty secret found in beehives

Because beauty is born in nature, L'Elixir des Glacier has accomplished the technical feat of combining the best of the beehive in a unique complex. Essence of Bees offers the regenerative power of royal jelly, the purifying force of propolis and the moisturizing efficiency of honey. With its highly sensory texture and divine application, Essence of Bees is unequalled in holding back the signs of time.

冰凝御蜜系列

探索瑞士天然蜂巢的奧秘

美麗由自然而生，L'Elixir des Glacier冰凝系列完美演繹人類的科技與蜂蜜精粹二合為一成為獨有的高效複合物。冰凝御蜜系列為肌膚注入蜂皇漿的細胞再生力量、蜂膠的抗炎功效及蜂蜜的補濕效能。冰凝御蜜系列憑藉輕柔透薄的質感及每天對肌膚的呵護，輕易使肌齡逆轉。

Что КУПИТЬ?

КАЖДЫЙ МЕСЯЦ РЕДАКЦИЯ Л'ЭТУАЛЬ РАССКАЗЫВАЕТ ПРО НОВИНКУ, В КОТОРУЮ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО СТОИТ ВЛОЖИТЬСЯ. НАШ ВЫБОР – ПАТЧИ ДЛЯ ГЛАЗ ROSELIFT COLLAGÈNE, PAYOT. ОНИ ОТКРОЮТ ВАШИ ГЛАЗА – СНАЧАЛА ПОСЛЕ ЧЕРЕДЫ ПРЕДНОВОГОДНИХ ДЕДЛАЙНОВ, ПОТОМ ПОСЛЕ ВЕЧЕРИНКИ.



Новый тренд: с возрастными изменениями не борются – с ними живут в дружбе и согласии. И конечно, поддерживают красоту кожи – из любви к себе, а не из ненависти к морщинкам. Как по команде, марки-гиганты стали отказываться от концепции омоложения в пользу better aging, «умного старения». Наглядный пример – новые лифтинг-патчи Roselift Collagène, Payot. Они не гарантируют стереть гусиные лапки в ноль, но обещают снять отеки, осветлить темные круги и разгладить кожу. И честно держат слово! За быстрый эффект (всего 10 минут) отвечают гиалуроновая кислота и экстракт шелкового дерева в составе. При регулярном использовании патчи еще и укрепляют кожу вокруг глаз: пептиды пробуждают фибробласты и стимулируют синтез коллагена и эластина. Новинку точно оценят джетсеттеры и любители вечеринок – патчи легко реанимируют кожу после длительных перелетов и новогодних корпоративов.

3099 руб.

Цена действительна в интернет-магазине letu.ru на момент публикации

VIVIENNE SABÓ

P A R I S

*...это так
по-французски!*

СКОРО В СЕТИ

MODERNE
Ballerines *
КОЛЛЕКЦИЯ МАКИЯЖА



WWW.VIENNESABO.COM

*MODERNE BALLERINE- ФР. - СОВРЕМЕННАЯ БАЛЕРИНА
НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ. ООО «НТС «ГРАДИЕНТ» ОГРН 1027739304570 125362, МОСКВА, УЛ. СВОБОДЫ, ДОМ 29, ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН.

РАБОТА НАД ОШИБКАМИ

Уход за собой – это большой труд и ответственность. Мы спросили у экспертов, какие ошибки совершают девушки и почему так делать не надо.

Текст: **Кристина СКУКИНА**

ПРЕНЕБРЕГАЮТ СРЕДСТВАМИ С SPF В ХОЛОДНОЕ ВРЕМЯ ГОДА

Считать, что раз солнца не видно, то и наносить защиту нет необходимости, ошибка. Средства с SPF рекомендуется использовать круглый год, а зимой особенно: снег, так же как и песок, отражает солнечные лучи и усиливает воздействие ультрафиолета. Врач-косметолог клиники «Эстелаб» Ирина Маркелова напоминает, что солнцезащитный фактор также препятствует фотостарению и помогает предотвратить появление пигментации, которую провоцирует не только УФ-излучение, но и прием фотосенсибилизирующих препаратов, изменения гормонального фона, травматизация кожи. Не обязательно покупать отдельно специальное средство – современные производители добавляют SPF-фильтры в тональные кремы, пудры и даже помады.

ПОДСУШИВАЮТ ЖИРНУЮ КОЖУ

Чрезмерный блеск на лице красоты не добавляет – и для борьбы с ним в ход идут скрабы, спиртовые средства и матирующая пудра. Однако это только усугубляет проблему. «Так вы нарушаете поверхностный эпидермальный слой, обезвоживаете кожу, и в итоге она вырабатывает еще больше кожного сала», – объясняет Ирина Маркелова. Между тем себум играет важную роль: служит естественным защитным барьером, который помогает сохранять влагу, поддерживать местный иммунитет и регулировать кислотно-щелочной баланс кожи. Так что «сушить» его точно не стоит. Эксперт рекомендует обратиться к квалифицированному косметологу, который поможет скорректировать домашний уход.

НЕ УВЛАЖНЯЮТ ЖИРНУЮ КОЖУ

Еще одно заблуждение: если кожа блестит, значит, что она достаточно увлажнена. Зачастую совсем наоборот! «Как ни странно, жирная кожа более чувствительна и чаще подвержена обезвоживанию, чем,

скажем, комбинированная, – говорит косметолог-эстетист центра здоровья и красоты «Вобразе» Татьяна Солдатенко. – Так что самый действенный способ уменьшить синтез себума – максимальное увлажнение. Средства лучше выбирать легкие, с нежирными текстурами, например эмульсии, гели и флюиды».

ЗАБЫВАЮТ ОБ УХОДЕ ЗА ОБЛАСТЬЮ ВЕК, ШЕИ И ДЕКОЛЬТЕ

«Начинать ухаживать за кожей вокруг глаз можно уже с 16 лет, причем с помощью специального средства именно для этой зоны, – объясняет Татьяна Солдатенко. – Это важно, так как в области век кожа намного тоньше – под тяжестью крема для лица заломы и морщины будут формироваться быстрее. То же касается и зоны декольте. Она часто подвергается воздействию ультрафиолета и быстро теряет упругость. Чтобы этого избежать, наносите на Y-зону обычный увлажняющий крем или специальный для области декольте». И кстати, не стоит забывать о мочках ушей – они также подвержены старению.

НЕ ИСПОЛЬЗУЮТ НОЧНОЙ КРЕМ

«Кожа нуждается в уходе постоянно, – говорит Евгения Рогожникова, косметолог-эстетист салона «Никольская клуб». – Вот только если днем ей требуется увлажнение, антиоксидантная защита и SPF, то ночью, когда клетки восстанавливаются и обновляются (примерно с 23.00 до 4.00), нужны средства для ускорения этих процессов. Но это не значит, что подойдет исключительно ночной крем! Если вы не любите тяжелые текстуры, используйте сыворотки и эссенции. При выборе средства учитывайте сезонность, состояние кожи, свой возраст и результат, на который рассчитываете: одним нужно увлажнение, а другим – питание или сияние. Прекрасно, если в составе будут стимулирующие компоненты (например, ретинол), регенерирующие (пептиды,

аминокислоты, витамины и минералы), антиоксиданты. Не наносите средство непосредственно перед сном – лучше хотя бы за полчаса, чтобы оно впиталось. И главное, не стоит перебарщивать с вечерним уходом: между маской, сывороткой и кремом лучше выбрать что-то одно, чтобы избежать утренних отеков.



1. Тоник для лица **Thalassotherapy, Loren Cosmetic**. 2. Тональная основа **Facefinity All Day. Flawless 3 in 1 SPF 20, Max Factor**. 3. Укрепляющий крем для шеи и декольте **Crème Royale, Orlane**. 4. Ночная маска для лица **Premium Hydra B5, AHC**



«Любая кожа может испытывать недостаток влаги, только способы увлажнения ДЛЯ КАЖДОГО ТИПА будут разные»

САМОСТОЯТЕЛЬНО ОПРЕДЕЛЯЮТ СВОЙ ТИП И ОСОБЕННОСТИ КОЖИ

«Часто девушки приписывают себе проблемы, которых у них нет или они не ярко выражены, – говорит Евгения Рогожникова. – Например, иногда обладательницы сухой или комбинированной кожи беспокоятся по поводу широких пор, но это понятие относительное и чаще всего характерно для жирной кожи. То же касается типа: его определение зависит от работы сальных желез. Считается, что, если они усиленно работают и занимают большую площадь лица, это жирная кожа; если их активность преимущественно приходится на Т-зону – комбинированная, а «фарфоровая» с невидимыми порами – сухая. Ее-то обычно и путают с обезвоженной. На самом деле любая кожа может испытывать недостаток влаги, только способы увлажнения будут разные: сухой поможет масло, а вот комбинированной и тем более жирной подойдут эмульсии

и легкие кремы. Важно также учесть другие аспекты: плотность кожи, чувствительность, реакция на внешние факторы и так далее». Все это говорит о том, что лучше хотя бы раз обратиться к профессионалу, который определит особенности вашего типа.

НЕ СМЫВАЮТ МИЦЕЛЛЯРНУЮ ВОДУ

На этот счет мнения экспертов расходятся. С одной стороны, мицеллы, притягивающие и растворяющие загрязнения и макияж, могут остаться на коже, а ПАВы в составе – вызвать раздражение. С другой – мицеллы сами по себе действуют мягче, чем компоненты классических очищающих средств, к тому же они растворены в большом количестве воды. Татьяна Солдатенко считает, что, если мицеллярная вода не содержит ПАВы, смывать ее необязательно. А Евгения Рогожникова отмечает, что зачастую производители сочетают в составе нейтральные ингредиенты и те, что категорически нельзя оставлять на коже. Словом, если вы пару раз не смоете мицеллярный раствор, серьезные проблемы вряд ли возникнут, но все же не стоит вводить это в систему. Ополаскивайте лицо водой и протирайте тоником, особенно если у вас чувствительная кожа.

НЕ ИСПОЛЬЗУЮТ ТОНИК

«Этап тонизации не менее важен, чем очищение и увлажнение, – говорит Ирина Маркелова. – Кожа имеет нейтральный pH (5,2-5,7), а вода содержит щелочь, которая нарушает барьерные свойства. Тоник нужен как раз для того, чтобы восстановить кислотно-щелочную среду после умывания. Он нейтрализует щелочь и снимает раздражение, препятствует появлению бактерии *Propionibacterium acnes* (как можно догадаться, они провоцируют появление акне), предотвращает сухость и стянутость, а также улучшает проникновение и действие средств, которые будут нанесены после.

ТЫ X MAX FACTOR

НОВЫЕ ОТТЕНКИ
FACEFINITY ALL DAY
FLAWLESS
ФОРМУЛА
3 В 1



УЗНАЙ БОЛЬШЕ



ДА
ДА
ДА
ПРИКОСНОВЕНИЯ!
КОЖЕ БЕЗ БЛЕСКА!
ЛЮБЫМ ВЫЗОВАМ!

Праймер, консилер и тональная основа
для безупречного покрытия весь день.

НЕДОСТАТОЧНО ТЩАТЕЛЬНО СМЫВАЮТ МАКИЯЖ

Если после умывания на лице визуально нет косметики, вовсе не значит, что это действительно так. А остатки средств и загрязнений чреватые серьезными последствиями: силиконы в их составе забивают поры, что ведет к появлению акне, комедонов, тусклому цвету лица, преждевременному старению и другим проблемам. «Макияж – это одежда, которую необходимо снимать полностью, – говорит визажист Анна Харитоновна @anamissmakeup. – Даже если вы используете минимум макияжа, например только легкую пудру или ВВ-крем, очищать лицо нужно тщательно. Сначала удалите загрязнения мицеллярной водой, затем дважды умыться гелем, пенкой, муссом или гидрофильным маслом, причем очищающее средство должно «поработать» на коже хотя бы одну-две минуты. После можно провести по лицу влажным ватным диском и убедиться, что загрязнений не осталось. В конце ритуала нанести тоник и крем».

УТРОМ УМЫВАЮТСЯ БЕЗ СРЕДСТВ

Некоторые ошибочно полагают, что после сна достаточно просто ополоснуть лицо водой. На самом деле без нее как раз обойтись можно, а вот без средства не стоит. «Умойтесь с легким гелем или пенкой, одного раза будет достаточно. Но удобнее всего очистить лицо с помощью тоника без воды: он удалит излишки себума, остатки ночного крема и подготовит кожу к нанесению средств ухода», – говорит Анна Харитоновна. А для легкого лифтинг-эффекта и свежести цвета лица завершите утренний ритуал несколькими сплэшами прохладной воды.

ВЫТИРАЮТ ЛИЦО ПОЛОТЕНЦЕМ

Во влажной среде быстро накапливаются вредные бактерии, частички грязи и кожного сала. Даже если у вас не проблемная кожа, лучше заменить обычное полотенце на одноразовое бумажное. Пара альтернативных вариантов: стирать



полотенце после каждого использования либо не протирать лицо вовсе и ждать, пока кожа высохнет самостоятельно. И помните: лицо нельзя тереть. Удаляйте влагу легкими промокающими движениями.

ЗАБЫВАЮТ О ГИГИЕНЕ ИНСТРУМЕНТОВ ДЛЯ МАКИЯЖА

Еще одна благоприятная среда для развития бактерий – кисти и спонжи. По словам Анны Харитоновой, если пренебречь их очищением, можно заработать не только акне, но и конъюнктивит, стафилококк, грибок и другие неприятности. «Очень важно дезинфицировать даже собственные инструменты, – объясняет Анна. – И желательно делать это после каждого использования, особенно если вы наносите ими жирные текстуры». Подойдут специальное мыло, салфетки или обыкновенный шампунь. Хранить кисти надо в закрытом виде – в тубусах или чехлах, чтобы на них не оседала пыль.

1. Очищающий лосьон для жирной кожи **Sebo, Arnaud Paris**.
2. Мицеллярная вода **Acqua Micellare, Venus**.
3. Масло для снятия макияжа **Wild Rose, Korres**.
4. Мицеллярная вода **Clear Drops, Dolce Milk**.
5. Очищающее молочко **Hrein, Soley Organics**.

syoss

Реклама

ВОЛОСЫ
КАК ПОСЛЕ
САЛОНА



РАСЧЕСЫВАЮТ МОКРЫЕ ВОЛОСЫ

«Влажные волосы более эластичны и сильнее растягиваются, поэтому их легко повредить и даже не заметить этого, – объясняет стилист салона Peach Ирина Худякова. – Привычка расчесывать мокрые пряди ухудшит их состояние, приведет к секущимся кончикам, потере блеска, ломкости и даже выпадению». Так что лучше подождать полчаса, пока они подсохнут, и только потом бережно распутать массажной щеткой из натуральных материалов или деревянным гребнем с редкими зубчиками. Короткие волосы можно начинать расчесывать с корней, а вот более длинные – с кончиков или середины длины. А если делать это, опустив голову вниз, улучшится кровоснабжение кожи, что стимулирует рост волос.

НЕ СОБЛЮДАЮТ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ УКЛАДКЕ

Очевидно, что каждый день пользоваться утюжком или плойкой вредно. Но девушки совершают также ряд других ошибок, например приступают к термоукладке до того, как волосы высохнут. Ирина Худякова подчеркивает, что накручивать можно только полностью сухие пряди, и не рекомендуют делать это ежедневно – даже

при использовании термозащиты волосам наносится вред. Сейчас многие современные марки выпускают средства для укладки уже с защитой от высоких температур. Они создают невесомую пленку на поверхности волоса, которая препятствует испарению влаги. «Для сохранения красоты локонов я рекомендую сушить их теплым, а не горячим воздухом со средней мощностью потока. Лучше дольше, но безопаснее», – уверяет эксперт.

НЕПРАВИЛЬНО УВЛАЖНЯЮТ ВОЛОСЫ

Обычно девушки выбирают между кондиционером и маской, но это не равнозначные средства. «Маски работают на глубоком уровне, но при этом не разглаживают поверхность волоса, – говорит Ирина Худякова. – Для того чтобы удержать питательные вещества внутри и создать пленку, необходим кондиционер, который придаст блеск и шелковистость. Впрочем, здоровые волосы не нуждаются в интенсивном увлажнении, им достаточно кондиционера или бальзама. А вот поврежденные и окрашенные лучше глубоко увлажнять раз в неделю. Попробуйте сделать маску с применением тепла (используйте специальную термошапку или полотенце) – результат вас порадует!»



1. Смягчающий крем для укладки волос феном **Bye, Bye, Frizz, Marc Anthony**.
2. Сыворотка для волос **Argan Beauty Serum, Four Reasons**.
3. Питательная маска для волос **Oh K!**.
4. Спрей для облегчения расчесывания окрашенных и мелированных волос **Le Petit Olivier**.

Фото: архив пресс-службы



NATURA SAKHALIN

COSMETICS OF WILD HERBS AND FLOWERS

Сахалин – это самый большой и самый богатый остров России. Природа Сахалина потрясает своей красотой и необузданностью.

Дикие растения Сахалина, пробивающие льды и растущие под снегом, обладают мощнейшим потенциалом в десятки и сотни раз превосходящим свойства растений, растущих в других регионах.



FORMULE
99%
ORIGINE
NATURELLE



- Сахалинские травы прибавляют за сутки по 17 см
- К концу лета травы достигают 2–4 м в высоту

Растение, которое на материке вырастает высотой лишь по колено, на Сахалине вырастает в два человеческих роста.

РЕКЛАМА

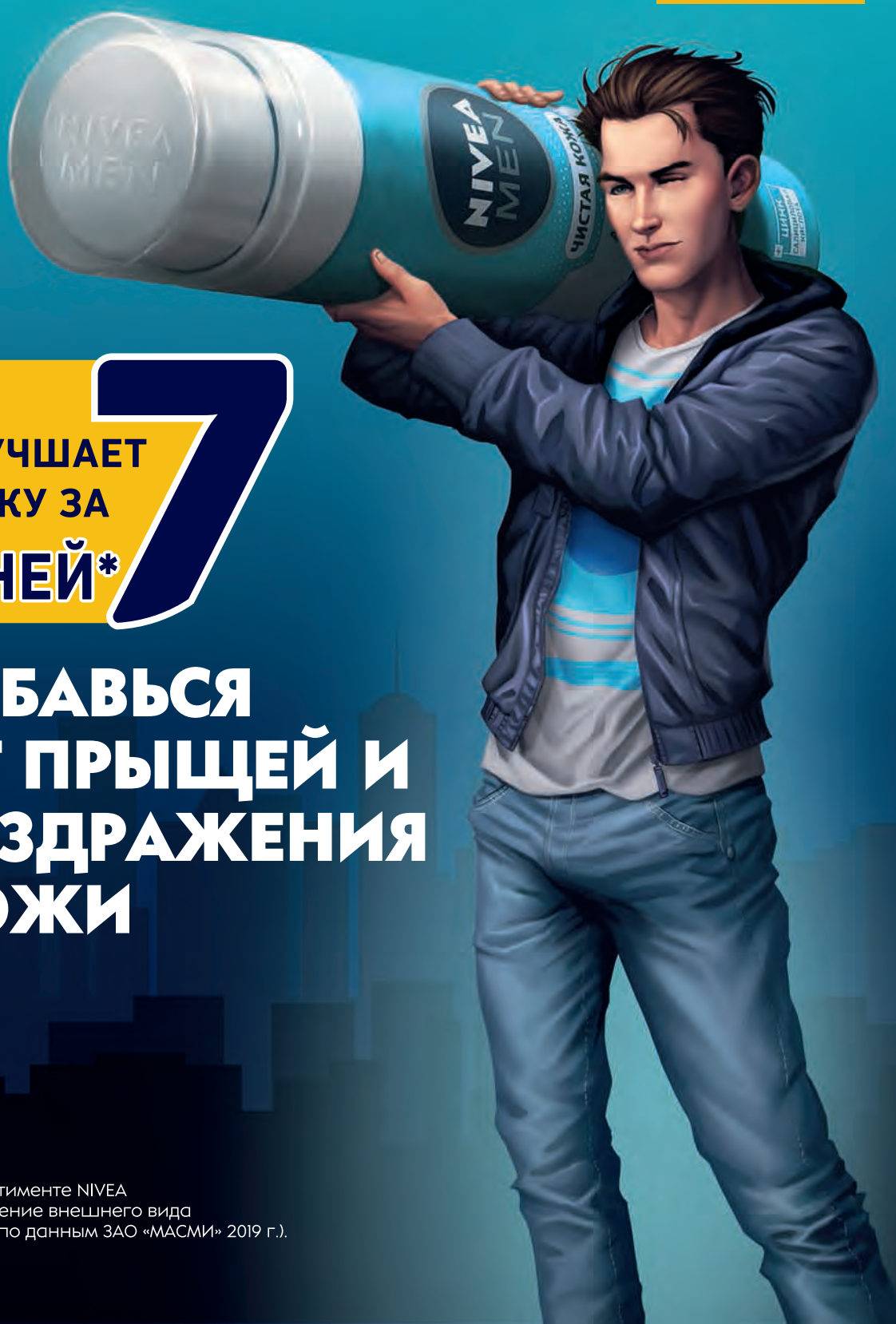


НОВИНКА*

БРЕЙСЯ ПРОТИВ ПРЫЩЕЙ



+
ЦИНК
САЛИЦИЛОВАЯ
КИСЛОТА



УЛУЧШАЕТ
КОЖУ ЗА
ДНЕЙ*

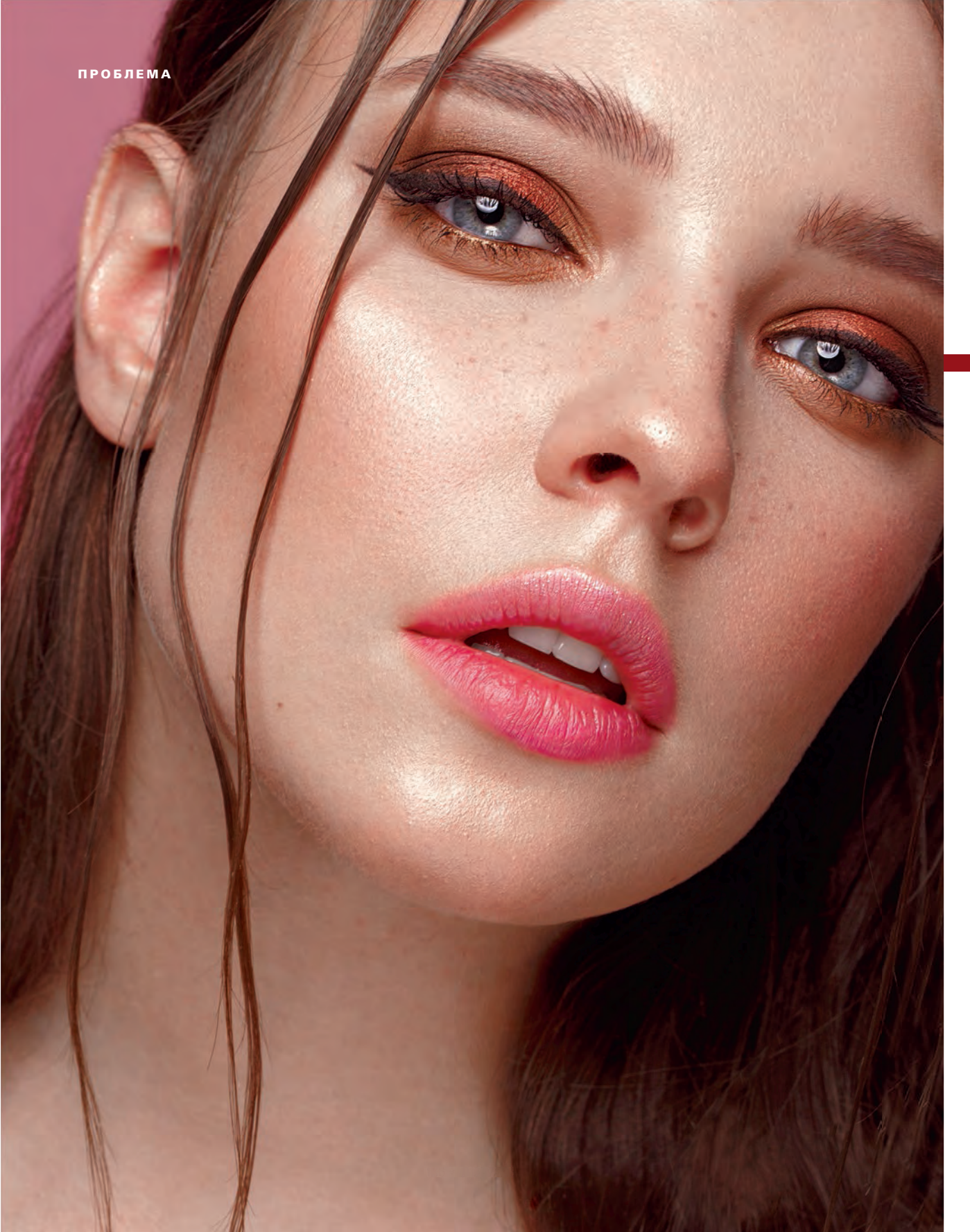
7

ИЗБАВЬСЯ
ОТ ПРЫЩЕЙ И
РАЗДРАЖЕНИЯ
КОЖИ

* В ассортименте NIVEA

** Улучшение внешнего вида
кожи (по данным ЗАО «МАСМИ» 2019 г.).

ПРОБЛЕМА



СИЯТЬ ВСЕГДА

Тусклый цвет лица – самая распространенная проблема в зимний период! Как вернуть коже здоровое сияние, Л'Этуаль узнал у экспертов.

Текст: **Анастасия ЕЖОВА**

Сияние кожи – мечта любой девушки (и ее косметолога). Ради этого здорового свечения мы покупаем сотни баночек с пометкой glow, осваиваем хайлайтеры и даже стробинг. Зимой проблема обостряется: обезвоженная и пострадавшая от перепадов температур кожа плохо отражает свет.

ЧИСТАЯ РАБОТА

Первая причина – отмершие клетки кожи. Они скапливаются, словно пыль на покрытом лаком столе. Другую аналогию приводит международный эксперт и президент Promoitalia и VM Corporation Валерио Матано: «Кожа должна быть гладкой. Представьте, ровный лед сверкает, а исчерченный коньками – выглядит тусклым. Выход из этой ситуации – выравнивание микрорельефа: то, что дает тональный крем временно, а пилинг – глобально». Вторая причина – жизнь в городе: плохая экология, свободные радикалы, стресс – все это в конечном итоге влияет на внешний вид кожи. Поэтому важно тщательно очищать

ее ежедневно. «Причем вечером уход должен быть многоступенчатым, – говорит Елена Ключко, к.м.н., врач-косметолог, дерматолог клиники Remedy Lab. – Сначала снимите макияж молочком или масляным раствором, затем используйте средство для умывания по типу кожи. Важен тоник: он выравнивает pH-баланс и убирает часть загрязнений. Сыворотка обязательна, поскольку ее активные ингредиенты лучше проникают в глубокие слои, и только потом крем. В домашних условиях используйте средства эксфолиации. Обращайте внимание на состав: в нем должна быть гликолевая или фруктовые АНА-кислоты, энзимы. Для жирной или проблемной кожи лучше выбирать пилинги с салициловой кислотой или на основе глины. При наличии воспалительных элементов процедуру лучше отложить. А также я не приветствую скрабы, поскольку они довольно травматичные». Сделайте ставку на отшелушивающие средства в виде крема (Eisenberg), геля (Collistar), микропилинга (Thalgo) или одноразовых подушечек».



1. Гель-скраб для лица **Idro-Attiva, Collistar**.
2. Деликатный эксфолиант-крем **Pure White, Eisenberg**.
3. Интенсивная обновляющая эссенция **Peeling Marin, Thalgo**



1



2



3



4



5

ВЛАЖНЫЙ ВОПРОС

Недостаток сна, вредные привычки, фастфуд – враги здорового сияния – обезвоживают кожу. Постарайтесь включить в свой рацион побольше свежих овощей и пейте много воды в течение дня. Поставьте в спальню увлажнитель воздуха – с утра заметите эффект! Тусклая кожа – явный крик о помощи, поэтому важно выбрать правильный крем, сыворотки и маски. Елена Ключко советует обратить внимание на средства с гиалуроновой кислотой (запечатывает влагу в коже), витамином С (избавит от пигментных пятен), ретиноидами (вернут ровный цвет). Легкий массаж поможет улучшить кровообращение и придаст здоровый румянец. Сплеш-маски и праймеры, в том числе цветные, помогут придать коже однородный тон.

1. Маска для лица с АНА-кислотами и энзимами **Pomegranate, Korres**. 2. Концентрат гиалуроновой кислоты для лица с увлажняющим эффектом, **Venus**. 3. Ампулы для лица с эффектом лифтинга **Eclat Jeunesse, Arnaud Paris**. 4. Эссенция-база для лица под макияж **Inbetween, Blithe**. 5. Увлажняющий крем для лица **Armani Prima Glow-On Moisturizing Balm, Giorgio Armani**

САЛОННАЯ КУЛЬТУРА

Традиционно химические пилинги проводят в холодное время года, однако уже существует множество всесезонных средств, например **POAge Evolution Plus**. «Это первая система, которая содержит липосомы с факторами роста: они проникают в глубокие слои, создавая эффект подобный плазмотерапии, а значит, подходящий даже чувствительной коже», – добавляет Валерии. Еще одна причина тусклости – неважное состояние кожи, например постакне, сосуды, расширенные поры. «В этом случае помогут аппаратные процедуры и биоревитализация, которую хорошо сочетать с вышеупомянутыми пилингами. В результате пятна и воспаления исчезают, а поры и рубцы становятся менее заметными, – говорит Елена. – Еще одна «зимняя» процедура – фототерапия: она убирает сосуды и пигмент, лечит акне, улучшает тонус и эластичность кожи, омолаживает белковые структуры дермы. Процедуры проводятся курсом по 2-4 раза в сезон». Плазмолифтинг, например **Regenlab**, поможет и при пигментации. Неудивительно, что голливудские звезды любят делать эту процедуру перед торжественными событиями. «Через два часа кожа буквально сияет! К тому же это единственный вид инъекционной косметологии, который не оставляет никаких следов от уколов, – говорит Юлия Чеботарева, главный врач клиники «Эстелаб». – А вот в более зрелом возрасте стоит сделать ставку на филлеры на основе гиалуроновой кислоты и **SMAS-лифтинг**: кожа станет более плотной, ровной и увлажненной.

Фото: Shutterstock; архивы пресс-служб



ВЫПОЛНЕНО С БЛЕСКОМ

Несмотря на то что главный секрет сияющей кожи – эксфолиация и увлажнение, – макияж играет не менее важную роль. «Стробинг – одна из техник, придающих свечение, – рассказывает Владимир Ефременко, визажист центра красоты и здоровья «Белый сад». – Ваша задача – выделить объемы. Посмотрите на лицо при ярком свете: те зоны, где блики сильнее всего, и нужно выделять сияющими текстурами». Чтобы получить эффект свечения кожи изнутри, важно сгладить степень перехода между сияющими и матовыми текстурами. Независимый визажист Наталья Огинская предлагает: «Проработайте Т-зону матирующим праймером, затем смешайте тональный крем с жидким хайлайтером и нанесите на все лицо, а более интенсивный сухой добавьте поверх – на скулы, спинку носа, арку купидона. Не можете определиться с оттенком? Эксперты советуют цвет шампанского – он идеально подходит всем. И не забудьте про зону декольте!



1. Бальзам-карандаш, придающий блеск и сияние, Dewy Stix, Glow Sheer, Ciate London. 2. Увлажняющий праймер для сияния кожи Secret Veil, Dolce & Gabbana. 3. Хайлайтер Beyond Powder, OMG, Illamasqua. 4. Консилер Perfect Teint Illuminator, Illuminating Pink 01, Artdeco. 5. CC-крем для лица 3-в-1, придающий сияние, Be Beautiful, Thank You Farmer

L'ORÉAL
PARIS

ПРИРУЧАЙ
ВЗГЛЯДОМ

ВЕДЬ ТЫ ЭТОГО ДОСТОЙНА.

НОВАЯ ТУШЬ

bambi eye

ВЗГЛЯД БЭМБИ ЭФФЕКТ НАКЛАДНЫХ РЕСНИЦ

МГНОВЕННО РАСПАХНУТЫЙ ВЗГЛЯД

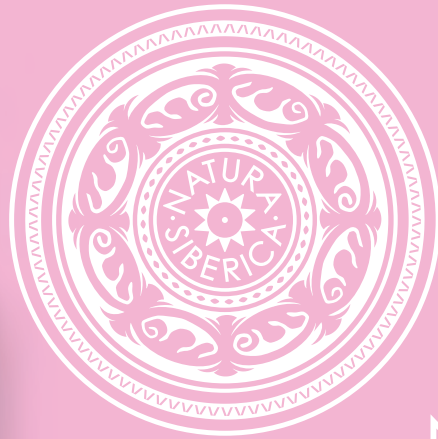
РЕСНИЦЫ ДЛИННЫЕ, ОБЪЕМНЫЕ
И ИЗЯЩНО ПОДКРУЧЕННЫЕ



Реклама
Ищите вдохновение на @lorealmakeup
Bambi Eye – Взгляд Бэмби.



РЕКЛАМА



NATURA SIBERICA

COSMETICS OF WILD HERBS AND FLOWERS

НАТУРАЛЬНАЯ
КОСМЕТИКА
НА ДИКИХ ТРАВАХ
СИБИРИ



COSMOS
NATURAL



COSMOS
NATURAL



Прошедшее **СОВЕРШЕННОЕ**

Уходящий год принес нам много впечатляющих косметических новинок, большинство которых представлено только в Л'Этуаль. Давайте вспомним лучшие, чтобы взять их с собой в наступающий 2020-й!

Фото: **Ольга ГРАЧЕВА**. Стилль: **Кристина СКУКИНА**

ЯНВАРЬ

Корейская марка Aesthetic Hydration Cosmetic была создана для профессионального использования в косметических клиниках, но стала так популярна, что появилась в магазинах. АНС любят за умелое применение современных ингредиентов и технологий. Так, в формуле линии Aqualuronic три вида гиалуроновой кислоты и церамиды дополняют действие друг друга.



ФЕВРАЛЬ

Косметика, которая учитывает индивидуальные потребности кожи, – глобальный тренд. Clinique с системой Clinique ID в числе пионеров. Идея проста: нужно выбрать увлажняющее средство и концентрат, который решает конкретную проблему (морщины, раздражение и так далее). Смешать, использовать дважды в день и радоваться результату!



МАРТ

Gucci Alchemist's Garden – роскошная коллекция ароматных составов, которые можно смешивать и наслаивать. Семь видов парфюмерной воды, три – душистой воды, четыре ароматных масла – при таком многообразии легко создавать собственные неповторимые комбинации, отсюда и отсылка к алхимии в названии. А если духов у вас уже достаточно, обратите внимание на свечу для дома с фиалковым ароматом.



АПРЕЛЬ

Самый яркий, на наш вкус, аромат коллекции Kilian My Kind Of Love назван Madly In Love («Без ума от любви»). Спелая малина, белый табак и черная кожа то проявляются, то отходят на второй план в его композиции. Так и было задумано – у сложного, переменчивого, страстного чувства должен быть соответствующий аромат. Влюбленные поймут и оценят!



МАЙ

Не так много новинок сегодня предназначены специально для молодой кожи, поэтому выход линии My Clarins от бренда Clarins стал событием в бьюти-мире. Формулы средств My Clarins на основе экстрактов растений и фруктов состоят из натуральных ингредиентов на 88%, подходят для веганов и при этом отлично сохраняют красоту и здоровье кожи.





ИЮНЬ

Аромат Lanvin A Girl In Capri появился в разгар лета, но в холода звучит даже более привлекательно: искрящийся, освежающий, легкомысленный, как смелые мечты. Коктейль из цитрусовых, пряных, морских и древесных нот создает настроение праздника и предвкушения счастья. Поэтому A Girl In Capri приятно и подарить, и получить, и самой себе купить.

ИЮЛЬ

В Dsquared2 уверены: молодое поколение не такое простое, как кажется, и аромат ему нужен соответствующий – глубокий, сложный, интересный. Поэтому новые Dsquared2 Wood для него и для нее «слышатся» современно и многогранно. Мужской выстроен вокруг древесных нот, женский – вокруг цветочных, и в обоих ощутим мускусно-амбровый акцент. Такие разные, но созвучные – красивая пара!



АВГУСТ

Мужской аромат K by Dolce & Gabbana осенью вызвал заметный интерес... женской аудитории. Возможно, из-за героя рекламной кампании, красавца с безупречной репутацией Мариано ди Вайо, или на волне общей любви к историям про королей и королев. В остальном это эталонный мужской парфюм: бодрящие цитрусовые, теплые амбровые и чувственные древесные ноты с щепоткой специй.



СЕНТЯБРЬ

Джеффри Стар – суперзвезда интернета: певец, стилист, визажист, мастер перевоплощений. Его коллекция макияжа Jeffree Star Cosmetics объединяет все, чего ждали более 15 миллионов поклонников блогера. Модные инновационные продукты, необычные оттенки и текстуры, яркие и стойкие пигменты – и все это в веганских формулах без тестов на животных. Такая косметика стоит внимания!





ОКТАБРЬ

Если вы пропустили коллаборацию Карла Лагерфельда и марки ModelCo – самое время наверстывать. Это коллекция макияжа, концепт и оттенки для которой были разработаны великим кутюрье, а составами и производством занимается популярная австралийская марка. Яркий пример удачного сотрудничества; благодаря которому баночки и внутри, и снаружи – огонь!



НОВАБРЬ

Фанатам блесков для губ 2019 год запомнится появлением в России американского бренда Вихом, который энтузиасты раньше привозили из отпусков или заказывали через сеть. Самое популярное у марки – блески с эффектом увеличения губ. Но давайте смотреть шире – внимания заслуживают и помады с эффектом объема, и высокопигментированные тени для век.

ДЕКАБРЬ

Коллекция Penhaligon's Portraits похожа на парфюмерный сериал с харизматичными героями. Два ярких новых персонажа – сердцеедка Heartless Helen и обольститель Terrible Teddy. Их моральный облик вызывает у кого-то вопросы, у кого-то восхищение, а их ароматы аристократично прекрасны. В основе Heartless Helen – ноты мандарина, туберозы и дерева, а в Terrible Teddy – кожа, ветивер, пачули и мускус.



ИНТЕРВЬЮ

Фото: Екатерина ГЕРБЕЙ.

Макияж: Артем ДЕНИСЕНКО,
национальный визажист Nars.

Интервью: Ольга ХАРДИНА

Ярче **ЗВЕЗД**

Какой макияж сделать на новогоднюю вечеринку, если вы совсем не гуру мейкапа? Как отлично выглядеть не только в жизни, но и на фото? И с чем сочетать яркие тени? Говорит и показывает Артем Денисенко, национальный визажист Nars.



Артем Денисенко,
национальный
визажист Nars

Люблю, когда в макияже один яркий акцент. Можно дать волю фантазии и использовать необычные текстуры и цвета, не боясь перегрузить образ. Это могут быть яркие стрелки – широкие или классические. Или техника color block – «сочетание контрастных оттенков» (но тут потребуются навыки в макияже).

Если вы не особо сильны в мейкапе, но хотите выглядеть классно, берите кремовые тени с эффектом металлик: их легко нанести прямо пальцем. Завершить образ можно полупрозрачной помадой или обычным блеском.

Не знаете, как наносить яркие тени? Самый простой вариант – мягко растушевать их по всему подвижному веку. Сочетать с густыми ресницами!

Тушь можно использовать не только по назначению! Я часто заменяю ею темные тени: интенсивно прокрашиваю ресницы и сразу же кистью аккуратно растушевываю тушь по ресничному краю. Это делает взгляд глубоким и выразительным.

Румяна – мой любимый продукт. Я их использую для создания золотисто-бронзовых smokey eyes. Техника проста: берем мягкий карандаш для глаз или любые кремовые тени, тщательно растушевываем их до складки века, а сверху фиксируем румянами.

Фото: архивы пресс-служб

Мало того, чтобы макияж здорово выглядел в жизни, на фото он тоже должен смотреться хорошо. Для этого нужна качественная работа с тоном. Нанесите праймер, чтобы выровнять кожу и придать ей отдохнувший и сияющий вид. Не забывайте про консилер – он замаскирует следы усталости и мелкие морщинки.

В завершение пройдитесь по лицу кистью с фиксирующей пудрой Light Reflecting Setting Powder, Nars. Она работает как фототоп: красиво подсвечивает кожу при любом освещении и делает ее идеальной на фото.



Палитра для скул **Free Lover Cheek Palette**, кисть для хайлайтера из набора **Brush Set**, помада **Disco Dust, Lisa** – все **Studio 54, Nars**



НА СТОЛЕ



ПО ВАШУ ДУШУ

Новогодние каникулы — время, когда наконец-то можно запереться в ванной и устроить бьюти-девичник. В числе участников — маски, пилинги, масла и все остальное, до чего не доходили руки в течение года.



Фото: Ольга Грачева. Стил: Кристина Скукина

Гранатовое восстанавливающее
масло для тела, **Weleda**;
гель для душа «Жасмин»,
Korres; расслабляющая пена
для ванн и душа **Relax, Clarins**;
увлажняющая маска для рук, **Look
At Me**; масло для тела **Coconut
Verbena, H2O+**; тоник для лица
«Кокосовое молочко», **Yummy**



НА СТОЛЕ

» Отключите телефон. И планшет. И Apple Watch. Ученые из Калифорнийского университета Сан-Франциско доказали, что бесконечный онлайн-серфинг сравним с употреблением психотропных веществ: та же повышенная тревожность, нервозность, снижение когнитивных способностей. Чтобы избавиться от соблазна взять гаджет в руки – наденьте маску-перчатки Look At Me.

» Устройте мини-хаммам: наберите немного горячей воды в ванну, капните в нее несколько капель эфирного масла (для расслабления идеальны иланг-иланг, шалфей, можжевельник и, конечно, лаванда). Снова откройте кран с горячей водой, чтобы комната наполнилась паром. Кстати, в таких «тропиках» кожа быстрее распарится и уход действует лучше.

» Наберите ванну. Главное, чтобы температура воды была не больше 38°C, иначе рискуете повредить защитный слой кожи и заработать сухость. По этой же причине не стоит «отмокать» больше 15-20 минут. Действие жесткой воды из-под крана смягчит пена для ванны с маслами (например, Relax, Clarins).

Маска-скраб для тела **Sublime Black Precious, Collistar**; интенсивная эмульсия для лица **The Aesthe, AHC**; тканевая аромаска «Пляж», Л'Этуаль





VALMONT



Prime RENEWING PACK

КЛЕТОЧНАЯ ВОССТАНАВЛИВАЮЩАЯ КРЕМ-МАСКА

****Маска, ставшая легендой**

Истинное сокровище швейцарской клеточной косметики. Маска Prime Renewing Pack из года в год остается невероятно эффективной, превратившись в легендарное средство ухода. Нежная кремовая маска стирает все признаки усталости, с первого применения кожа более гладкая и подтянутая, тон выровнен, а сияние безупречно. Чувственное удовольствие для всех типов кожи. Доступна в объемах 30 мл, 50 мл, 125 мл.

The mask becomes an icon

A genuine jewel in Swiss cellular cosmetics, Prime Renewing Pack travels through the decades without aging by a single wrinkle! A fatigue eraser with many applications, a legendary product crowned with success. From the first application, tone is smoothed, radiance reawakened and skin beauty revealed... A sensory delight for every skin type.**

經典品牌暢銷產品: 升效更新煥膚面膜

皇牌升效更新煥膚面膜極致發揮高效活膚效果, 即時減淡細紋, 瞬間緊緻輪廓, 肌膚回復細嫩無瑕! 即使是最疲倦的肌膚亦能瞬間甦醒, 即時回復細嫩亮澤.**



Маска для волос 3-в-1 «Fructis Superfood Алоэ», Garnier; гидрогелевые патчи для глаз Smart Patch Gold Energy, мыло из набора Spa a la Carte, Gelsomino – все Л'Этуаль



» Сделайте пилинг: он уберет шелушения и визуально разгладит кожу. Наносите скраб, двигаясь сверху вниз по ходу лимфотока. Здорово, если в составе будут повышающие упругость компоненты (например, витамин Е и минералы в скрабе Sublime Black Precious, Collistar).

» Выполните массаж проблемных зон губкой Dolce Milk из натурального материала. Эта нехитрая манипуляция улучшает кровообращение, так что нанесенный сразу после антицеллюлитный уход Weleda работает эффективнее.

» Для очищения берите гель или мыло с нейтральным pH – такие средства не будут пересушивать кожу. После душа, пока она влажная, нанесите питательный уход Cocosnut Verbena, H2O+: смешавшись с капельками воды, он «запечатает» влагу в коже.

» Переходите к уходу за лицом. Сегодня тот день, когда можно не пропустить ни одного шага: очищение, тоник, увлажняющая эмульсия, маска, а потом отдельно патчи.

» На подсушенные полотенцем волосы нанесите маску «Fructis Superfood Алоэ», Garnier – ее достаточно подержать всего минуту, прежде чем смыть. А после расслабляющий чай – и спать!

MAYBELLINE®
NEW YORK

МАТОВЫЕ ГУБЫ
И СТОЙКОСТЬ
ДО 8 ЧАСОВ?*

ЭТО ТАК ПРОСТО!

НОВИНКА
SUPER STAY
INK CRAYON

СТОЙКАЯ МАТОВАЯ
ПОМАДА-СТИК ДЛЯ ГУБ



Выбор Жозефины – оттенок 35.

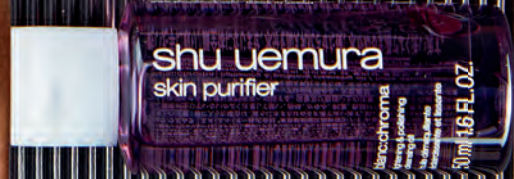
* Потребительский тест, 110 респондентов.

New York – Нью-Йорк. Super Stay Ink Crayon – Супер Стей Инк Крайон. Реклама.

Встроенная
точилка



Щипцы для завивки ресниц **Premium Eyelash Curler**, кисть для тональной основы **Petal 55**, очищающие масла **Anti/oxi+**, **Porefinist2**, **Blanc:chroma** из набора **Catch'em All** – все **Pikashū, Shu Uemura x Pokémon**



Собери **ИХ ВСЕХ!**

ЕСЛИ РАНЬШЕ ВЫ ИГРАЛИ В ФИШКИ С ПОКЕМОНАМИ ИЛИ ХОТЯ БЫ ЛОВИЛИ ИХ НА СОВЕЩАНИЯХ ГОД НАЗАД, ТО ЭТА НОСТАЛЬГИЧЕСКАЯ КОЛЛАБОРАЦИЯ ДЛЯ ВАС. ВСТРЕЧАЙТЕ – КОЛЛЕКЦИЯ PIKASHU БРЕНДА SHU UEMURA.

Фото: **Ольга ГРАЧЕВА**. Стилль: **Кристина СКУКИНА**

Талисманом коллекции стал Pikashu – бьюти-версия самого известного в мире покемона. Рисованный персонаж явно не отказывает себе в ярких румянах и знает, как добиться пушистых ресниц, – пожалуй, ему можно доверять в вопросах красоты!

Кстати, Pika – не только часть имени главного зверька с суперспособностями. В переводе с японского это означает еще и звуки электрических разрядов. Добавьте сюда приставку Shu от названия японского гранд-бренда Shu Uemura – и получается взрывной мейкап!

В коллекцию вошли насыщенные, но при этом универсальные оттенки, которые подходят и для дневного, и для вечернего макияжа. Найдется все: матовые и глянцевые помады оранжевых и ягодных тонов, нюдовые палитры с яркими акцентами и сияющие румяна.

Мейкап-версия покемона красуется на всех упаковках коллекции (и даже

отдельно выпущена в виде брелока к щипцам для ресниц). Но особое произведение искусства – инструменты для макияжа: ромбовидная кисть для тональной основы, набор кистей в коллекционном чехле и керлер для завивки ресниц в золотом исполнении.

Не забыли обстоятельные японцы и про демакияж: очищающее масло-бестселлер Shu Uemura тоже попало в лимитку. А для бьютиголиков есть целый набор мини-версий, которые удобно брать в поездки.

Не знаем, как вы, а мы уже определились – Pikashu, мы выбираем тебя!

Двойная палитра румян **Glow On Duo Palette, Peach Beam 02**, палитра теней «Мистический аметист», помада **Rouge Unlimited Amplified Matte, Mulberry Frost**, набор кистей – все **Pikashu, Shu Uemura x Pokémon**





ОТСЧЕТ ПОШЕЛ

Как провести с пользой праздники и выполнить обещания, данные самой себе в главный «понедельник» – Новый год, – рассказывает директор отдела красоты и здоровья журнала Cosmopolitan Екатерина Аксенова.



Екатерина Аксенова,
директор отдела красоты
и здоровья журнала
Cosmopolitan

Начинать новую жизнь с понедельника, с первого сентября или с нового года – знакомая многим традиция. В детстве, открывая чистую тетрадь в первый учебный день, я идеальным почерком писала тему урока, подчеркивала написанное и давала себе слово, что вот теперь у меня всегда в тетрадях будет такая красота и никаких помарок. Чем все заканчивалось, думаю, пояснять не стоит.

С Новым годом дела обстоят примерно так же. Только обещания под бой курантов даются чуть масштабнее: стать счастливой, заработать миллион, похудеть, помолодеть – все правильно, мечтать, так по-настоящему. Только, как показывает практика, все эти «праздничные мантры» тоже чаще всего оказываются малоэффективными, хоть и произносятся в специально отведенные для этого магические 60 секунд... Обернуться писаной красавицей в новом году, конечно, можно, но не за одну ночь, а хотя бы за время зимних каникул.

Сегодня индустрия красоты заточена на результат, который при желании можно получить достаточно быстро. Знаете, у кого предновогодний график расписан буквально по секундам? У артистов (ну это понятно), косметологов и пластических хирургов. Переделать нос, подтянуть веки, увеличить грудь или обновить кожу с помощью лазерной шлифовки – любимая забава женщин, которых не пугает пижама-пати вместо светских выходов и полное отсутствие селфи на каникулах. Да, активность в Instagram на время снизится, и часть подписчиков точно решит, что вы явно выпали из жизни. Зато после праздников вас будет ждать триумфальное возвращение в свет, а заодно и в социальные сети.

Звучит, конечно, фантастично, но статистика показывает, что это абсолютно реально и все больше женщин решаются на сложные манипуляции с восстановительным периодом именно во время зимних каникул. А что? Тратить отпуск на то, чтобы провести его дома с забинтованным лицом или невозможностью нормально поднять руки из-за корсета на груди, не придется. Да и холодное время года считается самым благоприятным для быстрой реабилитации после оперативных вмешательств. Многие записываются на процедуры за год вперед, так как график в этот период у именитых профи действительно плотный. Тем же, кто не готов к радикальным мерам, но быстро похорошеть все-таки рассчитывает, подойдет мой вариант. Еще в ноябре я узнаю, какие из спа-салонов недалеко от дома будут открыты в каникулы, и заранее формирую себе настоящий спа-марафон. Начинается он традиционно с банного дня: парение со скрабом и контрастными обливаниями, а в завершение расслабляющий массаж. Все остальные дни я хожу на массажи с обертываниями, а в последний – снова отправляюсь в парную, чтобы закрепить результат.

В таком режиме мыслей о лишней порции оливье и танцах до утра с бокалом шампанского в руках не возникает. Есть, конечно, шанс, что в первый рабочий день вам будет нечего обсудить с коллегами, которые посетили все тусовки города за эти дни. Но мой вам совет: в этой ситуации загадочно улыбайтесь, а идеальный цвет лица и здоровый румянец скажет все за вас. Ну и конечно, вот теперь самое время для селфи!

СОВСЕМ ЗЕЛЕННЫЕ



АВСТРАЛИЯ ПЕРЕЖИВАЕТ КОСМЕТИЧЕСКИЙ БУМ, ОТГОЛОСКИ КОТОРОГО ДОНЕСЛИСЬ И ДО НАС ЗА 12600 КМ. ЧТО ТАКОЕ А-BEAUTY И ПРИ ЧЕМ ТУТ ОЗОНОВЫЕ ДЫРЫ? ОБЪЯСНЯЕМ!

Фото: Ольга ГРАЧЕВА.

Стиль: Кристина СКУКИНА





Фото: архив пресс-службы

Есть K-beauty – корейская 10-ступенчатая система ухода. Есть J-beauty – японский минимализм. А есть A-beauty – австралийский подход. Если коротко, то его характеризуют два слова: «натуральность» и «многофункциональность». 85% местных живут возле пляжа и постоянно пребывают в расслабленно-отпускном состоянии духа. Пошаговая бьюти-рутина? Слишком сложно! На полке у типичной австралийки только один крем, зато сразу от всего и по-настоящему эффективный. Этих принципов придерживается бренд Kangaroo, в ассортименте которого лишь базовые продукты для лица: многозадачные сыворотки для разных типов кожи, ночной и дневной кремы, средство для области вокруг глаз и пара масок. При этом бренд делает ставку на экологичность формул. Как мы помним, над Австралией находится крупнейшая озоновая дыра, которая во многом определяет засушливый климат континента. Заботиться о природе тут начали задолго до выступления Греты Тунберг. Так, заводы Kangaroo не производят вредных выхлопов, упаковки косметики делаются из перерабатываемого пластика, а тканевые маски – из эвкалиптового волокна. «Зеленых» правил придерживается и другой локальный бренд – Luk Beautifood, чья концепция гласит: «Все, что вы наносите на лицо, должно быть таким же питательным и безопасным, как и то, что вы едите». А в подтверждение они выпустили линейку съедобных помад (на самом деле!). База у всех одна: авокадо, натуральные масла и воски. В зависимости от цвета добавляются природные красители: масла вишневых косточек, розового грейпфрута, корицы, какао и так далее. Получается нежный оттеночный бальзам, который увлажняет губы, дает легкий цвет и защищает от обветривания. А это то, что нужно всем: неважно, кто вы – девушка австралийского серфера или жена российского лыжника.

Антивозрастной крем для зоны вокруг глаз **Kakadu Plum**, ночной крем, придающий сияние, **Lime Pearl**, антивозрастные патчи для глаз **Kakadu Plum** – все **Kangaroo**; помады **Cherry Plum**, **Rose Lime**, **Tea Rose**, **Luk Beautifood**

О ГЛАВНОМ



- **ХОЧУ... И МОГУ!** – ЗАГАДЫВАЕМ ЖЕЛАНИЯ И УЧИМСЯ ИСПОЛНЯТЬ ИХ

● РЕАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ



МЫ ЗНАЕМ КАК:

- НАЧАТЬ ВСЕ СНАЧАЛА И НЕ БОЯТЬСЯ
- **СТАТЬ СОВРЕМЕННЫМ КОЧЕВНИКОМ**
- СОВМЕЩАТЬ КАРЬЕРУ И МАТЕРИНСТВО



В НОВОМ ГОДУ Я ХОЧУ . . . И БУДУ!

**НАСТАЛО ВРЕМЯ ЗАГАДЫВАТЬ ЖЕЛАНИЯ И СТРОИТЬ ПЛАНЫ!
РАССКАЗЫВАЕМ, КАК СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ОНИ ОСУЩЕСТВЛЯЛИСЬ.**

Текст: **Ольга ЗАМЯТИНА**

Кто хоть раз в жизни собирался начать новую жизнь с понедельника, 1 января или сразу после дня рождения? Я – да. А есть среди вас те, кто не смог хотя бы в половине случаев осуществить задуманное? Я в ваших рядах. Если вы, как и я, ответили на оба пункта утвердительно – поздравляю, мы с вами в большинстве! По статистике, опубликованной медиа для предпринимателей Inc.com, 60% людей ставят цели на новый год и только 8% из них воплощают задуманное. Это именно те 8%, на которых мы равняемся, завидуем и – что самое важное – примеру которых мы можем последовать. Объясняем, как это сделать: без регистрации, вебинаров и требований поставить лайк под постом.

НАЙДИТЕ ВРЕМЯ

Как вы поступаете, когда перед вами крайне ответственная рабочая задача? Вряд ли, решая ее, вы отвлекаетесь на соцсети, детей, мужа, приготовление обеда или любимый сериал. Ставить цели на год – это задача, от которой зависит ваша жизнь как минимум на ближайшее время. Выделите час, а луч-

ше два, когда никто не будет вас отвлекать. Расположитесь в удобном, комфортном пространстве. И начинайте мечтать. Восемь дней новогодних каникул – прекрасная возможность освободить голову от посторонних мыслей, а ежедневник – от бесконечных дел и посвятить время себе и своим планам.

ОТДЕЛИТЕ СВОИ ЖЕЛАНИЯ ОТ «ЧУЖИХ»

Записывайте все цели, которые приходят в голову, даже если их больше 20-30. Теперь пройдите по списку и пункт за пунктом представьте, что вы достигли того, что пожелали. Какие чувства вы испытываете, поступив на второе высшее? Похудев на 5 кг? Взяв квартиру в ипотеку? Помечайте звездочками все те желания, мысль об исполнении которых вызывает у вас чистую и ничем не замутненную радость. И смело вычеркивайте все, к чему примешивается смутнение, страх, неуверенность и другие отличные от радости чувства. Они говорят о том,

что эти желания не ваши, а навязаны вам другими: например, мама всегда хотела, чтобы вы вышли замуж за миллионера, и теперь вы ждете принца с внушительным банковским счетом и ни на кого другого не смотрите.

«Чужие» мечты всегда исполняются с большим трудом – на их достижение нет ни внутренней мотивации, ни энергии, и они никогда не приносят радости, даже если сбываются ценой невероятных усилий.

СТАВЬТЕ SMART-ЦЕЛИ

Теперь сильно поредевший список (а если вы были честны сами с собой, то ваш первоначальный вариант уменьшился как минимум в два, а то и в три раза) необходимо проверить на соответствие Smart-целям. И если предыдущий шаг был проверкой на важность задач именно для вас, то сейчас нужно оставить только конкретные, измеримые, ограниченные во времени и достижимые. Разберем, что это значит. Например, пункт, который звучит как «больше зарабатывать»,

не подходит под эти критерии, а если его переформулировать в «повысить свой доход на 20% за полгода», то сразу же становится рабочим. Эта цель конкретна и измерима (вводится точный параметр – 20%), ограничена во времени (полгода), а также достижима (увеличить свой доход на 20% возможно). Или возьмем план «пробежать марафон». Если вы уже бегун со стажем и за вашими плечами как минимум полумарафон, то здесь не хватает пункта про измеримость – времени, за которое вы хотите это сделать, и конкретики, какой именно марафон пробежать. Однако если самую длинную пробежку в своей жизни вы совершили в надежде догнать автобус, то это желание слишком амбициозно и из-за этого недостижимо. В таком случае стоит снизить планку и написать что-то вроде «хочу бегать каждое утро, чтобы в конце года пробежать по 5 км каждый день». Не стоит записывать в планы на следующий год работу в иностранной компании, если вы не знаете языка (здесь стоит заменить цель на «выучить иностранный язык до уровня А2 за полгода»), покупку квартиры, если у вас нет серьезных накоплений или достаточного для ипотеки дохода, и кругосветку, если у вас нет загранпаспорта.

ОПРЕДЕЛИТЕ ПРИОРИТЕТЫ

Грустная, но зато правда – в случае с новогодними обещаниями звучит так: невозможно бежать во все стороны разом. Из всех целей нужно выбрать максимум две, если речь идет о достаточно амбициозных проектах (в случае очень амбициозных оставить одну), или ограничиться 3-4 поменьше, разделив их по времени исполнения и определив среди них приоритетные.

«ЧУЖИЕ» МЕЧТЫ всегда исполняются с большим трудом – на их достижение нет ни внутренней мотивации, ни энергии, и они никогда НЕ ПРИНОСЯТ РАДОСТИ

Около года назад в своем Instagram Андрей Дороничев, создатель мобильного приложения YouTube, поделился методом «спасательной шлюпки», который помогает ему выбирать верные цели. Суть его заключается в следующем: представьте, что вы в лодке, лодка перегружена и тонет, а чтобы спастись, нужно выкинуть все несущественные цели. «В какой-то момент выбор станет очень сложным, – признается Дороничев. – Затем мучительным – это значит, что вы на верном пути. Вот тут-то как раз и потребуется «услышать себя».

Если вы дочитали до этого места, то вы уже поняли, что составление списка желаний – серьезная работа. Но согласитесь, два часа вашего времени стоят того, чтобы целый год чувствовать себя хозяйкой своей жизни, которая знает, куда и зачем она идет, а не жертвой, которую обстоятельства кидают то в одну, то в другую сторону.



УЧИМСЯ ФОРМУЛИРОВАТЬ

Новогодние обещания (New Year's Resolutions) – традиция, распространенная в англоязычных странах. Первое документально подтвержденное обещание звучало как «пить меньше вина» и, судя по сохранившимся записям, было нарушено. Сейчас формам, в которые можно облечь новогодние резолюции, посвящают многочисленные доски на Pinterest. А самому процессу обмена обещаниями – целый эпизод культового сериала «Друзья» (11-я серия, 5-й сезон).

- ~~Я ХОЧУ ПОХУДЕТЬ~~ *Похудеть на 5 кг за полгода*
- ~~ПОЛУЧАТЬ 150 ТЫСЯЧ РУБЛЕЙ~~ *Увеличить свой доход на 10% (20% или 30%) к лету. Для достижения цели я (перечислить конкретные шаги, которые приведут к цели)*
- ~~РАНЬШЕ ВСТАВАТЬ~~ *Вставать в 7 утра каждый день*
- ~~ЗАНИМАТЬСЯ СПОРТОМ~~ *Делать зарядку по 10 минут каждый день*
- ~~НАЙТИ НОВУЮ РАБОТУ~~ *Перейти из компании N в компанию X или Y/ перейти с позиции менеджера по маркетингу на позицию старшего менеджера по маркетингу / перейти из отдела продаж в закупки*
- ~~НАУЧИТЬСЯ РИСОВАТЬ~~ *К весне записаться на курс фэшн-скетчинга*
- ~~ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА НИКИТУ~~ *У этой цели нет хорошей формулировки, потому что человек может включать в новогодние обещания только то, что зависит от него самого*

ТОП-7 ЦЕЛЕЙ НА ГОД

Какие цели чаще всего ставят себе люди на новый год – решили выяснить в медиа о предпринимателях Inc.com. Опросив 2000 читателей, журналисты получили следующие результаты:

- 71%** – сесть на диету;
- 65%** – больше заниматься спортом;
- 54%** – избавиться от лишнего веса;
- 32%** – тратить меньше денег;
- 26%** – освоить новый навык или завести хобби;
- 17%** – больше читать;
- 13%** – проводить больше времени с семьей.

РЕКЛАМА

NIVEA



ВЫБЕРИ ТВОЙ ПОДАРОК

для самых близких



КОЛЕСО ЖИЗНЕННОГО БАЛАНСА

Бывают периоды, когда вопрос «чего я хочу?» ставит в тупик. Внести ясность помогает «колесо жизненного баланса». Суть метода заключается в том, чтобы визуализировать свои жизненные приоритеты, увидеть, какие области «проседают» и что надо «починить», чтобы стать счастливее.

1

**ВОЗЬМИТЕ
ЦИРКУЛЬ
И НАРИСУЙТЕ
БОЛЬШОЙ КРУГ**

2

**РАЗДЕЛИТЕ
ЕГО НА ВОСЕМЬ
ЧАСТЕЙ**

3

**КАЖДОЙ ИЗ ЧАСТЕЙ ПРИСВОЙТЕ
СВОИ ИМЕНА, НАПРИМЕР,
ТАКИЕ: ЛЮБОВЬ, ДЕТИ, САМО-
РАЗВИТИЕ, КАРЬЕРА, ОТДЫХ,
ФИНАНСЫ, ЗДОРОВЬЕ, ДРУЗЬЯ**

4

**НА КАЖДОЙ ОСИ НА РАВНОМ
РАССТОЯНИИ ДРУГ ОТ ДРУГА
ПОСТАВЬТЕ ДЕВЯТЬ МЕТОК
ТАК, ЧТОБЫ У ВАС ПОЛУЧИ-
ЛАСЬ ШКАЛА ОТ 1 ДО 10,
ГДЕ 1 – ЭТО САМАЯ БЛИЗКАЯ
К ЦЕНТРУ МЕТКА, А 10 – ВНЕШ-
НИЙ КРУГ**

5

**НА ПОЛУЧИВШЕЙСЯ ШКА-
ЛЕ ОТМЕТЬТЕ, НАСКОЛЬКО
ВЫ УДОВЛЕТВОРЕННЫ ПОЛО-
ЖЕНИЕМ ДЕЛ В ДАННОЙ
СФЕРЕ, ГДЕ 1 – СОВСЕМ
НЕ УДОВЛЕТВОРЕНА,
А 10 – ВСЕ УСТРАИВАЕТ**

6

**СОЕДИНИТЕ ТОЧКИ ОДНОЙ
ЛИНИЕЙ. ПОЛУЧИТСЯ НЕРАВ-
НОМЕРНАЯ ФИГУРА. СФЕРЫ
ЖИЗНИ, ГДЕ ВЫ ВИДИТЕ «ПРО-
ВАЛЫ», – ИСТОЧНИКИ ВАШЕЙ
НЕУДОВЛЕТВОРЕННОСТИ. СТА-
ВЯ И ДОСТИГАЯ ЦЕЛИ В ЭТИХ
ОБЛАСТЯХ, ВЫ УЛУЧШАЕТЕ
КАЧЕСТВО ЖИЗНИ И ОБРЕТАЕ-
ТЕ ГАРМОНИЮ**

Частично основано на отчете Kantar Worldpanel о премиальном сегменте средств для ухода за кожей вокруг глаз в Корее, в период с 14 Сентября, 2015 по 9 Сентября, 2018, представленного в рамках Kantar Beauty Panel Service (Copyright © Worldpanel™, Kantar, 2019), в стоимостном выражении. ¹ В ассортименте AHC.

РЕКЛАМА



AHC

Не только для кожи вокруг глаз.
Суперконцентрированное¹ ноу-хау для молодости кожи.



№1 в Кореи¹



Фото: Александра Аксентьева

СВОБОДНАЯ ЭНЕРГИЯ

Совсем недавно в прокат вышел байопик «Лев Яшин. Вратарь моей мечты», жену легендарного футболиста в котором сыграла Юлия Хлынина. Об этой картине, грядущей премьере фильма «Лед-2» и своих секретах красоты актриса рассказала Л'Этуаль.

Юлия, в нашей стране футбол – тот вид спорта, который, с одной стороны, любят, с другой стороны, ему часто достается. Как считаете, почему история Льва Яшина привлечет зрителя?

Во-первых, потому, что Лев Яшин – фигура незаурядная, человек с очень большим талантом и результатами международного уровня, который при этом всегда оставался скромным, простым и очень сердечным человеком. Его образ во всем мире ассоциируется с успехами советского футбола и прорывами команды «Динамо». Да, может быть, сейчас российский футбол имеет другую славу, но Яшин остается кумиром миллионов. Во-вторых, личность спортсмена неразрывно связана с фигурой его жены, Вален-

тины Тимофеевны. Она была не только любовью всей его жизни, но и главной опорой, поддержкой и защитой. Так что фильм стоит увидеть и ради их истории отношений, служащей примером идеального семейного союза, созвучия душ.

О другой вашей грядущей премьере – фильме «Лед-2» – давайте поговорим. Можете в паре предложений убедить нас в том, что это классное кино?

Мне кажется, это настолько трогательный фильм, что он растопит сердце даже самого строгого зрителя! Снял его Жора Крыжовников – необычайно талантливый режиссер. Знаете, это человек, который умеет так работать с артистами, что сцены будто рождаются сами собой! Хотя, безусловно, магии бы не было без его тонкого и внимательного присутствия, чутких комментариев. Крыжовников – это про ум, хитрость, любовь и желание добиться своей цели. Про нежность, боль, поиск ответов на гуманистические вопросы, я бы сказала так.

Убедили! Юля, а вы ведь еще в «Грозе» Театра наций играете. Это важный для репертуара спектакль и частый пункт афиши. Как вам удастся успевать совмещать сцену со съемками? Нет планов пожертвовать одним в пользу другого?

Театр и кино – два мира, близких мне в равной степени. Я не хочу ни сокращать количество киносъемок, ни свою театральную деятельность. Хотя, конечно, лукавить не буду: сферы диаметрально противоположные, и совмещать их непросто. Дело не только в отсутствии времени.

А в чем же?

Ну например, играть на сцене нужно ярче, острее, цельнее, в то время как в кадре твои эмоции должны быть аккуратными и тонкими. Слава богу, мне это удастся. И в планах на 2020 год у меня уже есть несколько театральных премьер. В том числе и в Театре наций.

С таким насыщенным работой ритмом жизни получается находить время для себя?

Это нелегко, но я стараюсь. Обожаю ходить в баню, сауну и спа. Из-за графика редко получается выбираться, но даже пару раз в месяц – это уже большая польза для иммунитета и эмоционального состояния.

Есть у вас еще какие-то важные beauty-ритуалы?

Например, перед съемочной сменой я использую патчи. Нашла для себя единственные, которые мне подходят, так как я аллергик и часто страдаю от непереносимости косметического продукта. Эти патчи я распределяю по всем проблемным зонам лица. Помогают отлично – чистая гиалуронка! Ну и стараюсь делать маски для волос – на всю ночь, потому что от частых завивок и различных укладок во время съемок волосы сильно страдают. Надо о них заботиться и укреплять.

Допустим, мы сейчас заглянем в вашу косметичку. Какие средства там есть всегда?

Вышеупомянутые патчи, бальзам для губ с ароматом папайи, пудра La Mer, корректор YSL и гель для бровей.



«ТЕАТР И КИНО – два мира, близких мне в РАВНОЙ СТЕПЕНИ!»

СТАНЬ
ЧАСТЬЮ

глам ура



ГИБКИЙ
ФЕТРОВЫЙ
АППЛИКАТОР



1 | ПУДРА ДЛЯ ЛИЦА
TRANSLUCENT
SHIMMER POWDER
ALL OVER FACE*
Компактная пудра
с деликатным
сиянием

2 | ПОМАДА ДЛЯ ГУБ
LIP JEWELS**
Эффект объемного
мерцания на губах

3 | ПОДВОДКА
ДЛЯ ГЛАЗ
HIGH INTENSITY
PRECISION LINER***
Глубокий и
насыщенный цвет

ООО «АЛЬКОР И КО», РЕКЛАМА.
*ПОЛУПРОЗРАЧНАЯ ПУДРА ДЛЯ ВСЕГО ЛИЦА. **ДРАГОЦЕННОСТИ ДЛЯ ГУБ.
***ЛАЙНЕР СУПЕР НАСЫЩЕННОГО ОТТЕНКА С ВЫСОКОЙ ТОЧНОСТЬЮ НАНЕСЕНИЯ

ARTDECO

artdeco.com



А без макияжа вы часто ходите?

Вне работы я всегда обхожусь без макияжа, потому что устаю от косметики и даю коже возможность отдохнуть.

И как ощущения? Вам комфортно?

Чувствую себя свободно! А это даже лучше, чем просто комфортно.

Юля, скажите, а на спорт хватает времени?

Спортом я начала заниматься совсем недавно. Практикую индивидуальные силовые тренировки. Для меня это совсем новый опыт! Сначала тяжело входила в режим, но потом как-то втянулась психологически. Раньше я и представить не могла, что тело может скучать по нагрузкам. Но теперь знаю это наверняка.

А к диетам и ЗОЖ-питанию как относитесь? Сейчас ведь это так модно. Даже слишком порой.

Правильное питание чередуется у меня с сильным желанием съесть то, что люблю. И я никогда себе в этом не отказываю. Если хочется, значит, надо. А вообще моя цель – прийти к интуитивному питанию.

Поделитесь своим главным лайфхаком в вопросе красоты?

У меня их несколько. Утром выпиваю стакан теплой воды и принимаю горячий душ. Затем наношу аромат, который отвечает внутренним запросам и настроению, а после (по желанию) чашка американо. День сразу становится отличным.

Юля, в завершение беседы хотелось бы задать несколько абстрактный вопрос. Красивая женщина – это какая?

Это счастливая женщина.

от
COLLISTAR
MADE IN ITALY



СЫВОРОТКА SIERO UNICO®.

*Что выделяет ее среди других
продуктов Collistar?*

Особая формула сыворотки, подходящей для всех типов кожи, сочетает в себе экстракты гибискуса, женьшеня и гиалуроновую кислоту и дарит коже новый заряд энергии, а заметные невооруженным глазом частицы витамина E, восстанавливают кожу и насытят ее антиоксидантами.*

ВОССТАНАВЛИВАЕТ ПРЕДОТВРАЩАЕТ ЗАЩИЩАЕТ

Используя ее утром и вечером, вы помогаете своей коже бороться с негативными последствиями, связанными с иссушивающим отоплением и вредом от приборов, которые мы используем ежедневно. Цвет лица приобретет ровный, здоровый оттенок, увлажненная кожа засияет, а мелкие морщины разгладятся.**

Сыворотка стимулирует работу естественных защитных механизмов, повышает способность кожи к регенерации и укрепляет межклеточные связи.

*Она не содержит силиконов, спирта и ароматизаторов, протестирована на содержание никеля и комедогенных ингредиентов.****

* Особая формула среди средств по уходу за кожей Collistar
** Выводы на основе семидневного теста с участием многоэтнической группы из 50 женщин.
*** никель <0,0001%.

ПРОБЛЕМА

КАК ОБРЕСТИ ГАРМОНИЮ И НЕ СОЙТИ С УМА, ГЛЯДЯ НА ВЕСЫ, НА ЧАШАХ КОТОРЫХ МАТЕРИНСТВО И КАРЬЕРА, – РАССКАЗЫВАЕТ ПИСАТЕЛЬ, ЖУРНАЛИСТ И СЦЕНАРИСТ НАТАША РЕМИШ.



УЖ В ОФИС НЕВТЕРПЕЖ

МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ

Прежде всего признаемся честно: помимо очевидных плюсов рождение ребенка влечет за собой для женщины также и некоторые минусы. Я сейчас не про потерю талии и послеродовую депрессию, хотя и это тот еще «бонус». Пока о вещах абсолютно материальных. Взять, например, наш доход: после ухода в декретный отпуск он значительно снижается. И не факт, что через несколько лет, когда женщина выйдет на работу, зарплата будет соответствовать ее ожиданиям – время шло, прогресс в очередной раз сделал гигантский скачок (вместе с инфляцией), и столь востребованных всего пару лет назад профессиональных навыков элементарно становится недостаточно.

Казалось бы, чего такого, формулы «икс плюс игрек равно бесконечно счастливая семья», где игрек – это «кормилец», а икс – «домохозяйка» (или, если приятнее, «хранительница очага»), в нашем обществе никто не отменял. В одной же команде с этой допотопной «истиной» играет и относительно новая теория привязанности, столь популярная в России сегодня. Правда, из этой теории чаще всего почему-то делаются однобокие выводы вроде

«выйдешь на работу – потеряешь ребенка». Словом, давление общества на женщину не дает шанса посмотреть в сторону карьеры, не получив дозу осуждения и от самых близких, и от тех, кого не спросили.

Если же какой-то счастливице удастся проскочить через этот кордон из мнения окружающих, то с ней иногда случается волшебная метаморфоза: она свысока начинает смотреть на тех, кто не поступил так же. Впрочем, она же в редкие минуты откровения может признаться, что в офис сбежала, в том числе потому, что понимала – быть мамой 24/7 куда энергозатратнее, чем ходить на работу.

Интересно, что опрос, проведенный в 2019 году порталом zarplata.ru среди более 9000 россиян старше 18 лет, показал: женщин, не готовых пожертвовать семьей ради карьеры, оказалось немногим больше, чем мужчин, – 27% против 24%. Большинство же (67%) опрошенных женщин согласны уделять меньше времени родным и близким в пользу профессионального роста и высокой зарплаты, среди мужчин таких оказалось 72%. Поэтому не удивительно, что женщины все чаще задаются вопросом: «Как совмещать работу и материнство?»

«Психологи ввели термин «ДОСТАТОЧНО ХОРОШАЯ МАТЬ», чтобы снизить ответственность женщины за НЕДОРАБОТКИ В МАТЕРИНСТВЕ»

ЧУВСТВО ВИНЫ

В семьях, где сохраняется патриархальный уклад, все сложно: забота о детях лежит на женщине, быт также продолжает оставаться ее зоной ответственности, а возможности ее финансового вклада в семейный бюджет без воспринимаются серьезно. Сами женщины в большинстве своем готовы придерживаться поданных рассуждений, потому что теория привязанности и необходимость заботы о ребенке звучат понятно, а альтернатива выглядит малопривлекательно: дни напролет в офисе без возможности видеть ребенка в любое время, после работы бежать готовить ужин и при этом зарабатывать далекую от желаемой сумму – сомнительное удовольствие и занятие, которое, скорее всего, не будет оценено. Общественный дискурс в современной России сегодня тоже скорее поддерживает патриархальные устои. Все это приводит женщину к тому, что, выбирая карьеру или семью, она так или иначе живет с комплексом «плохой матери». Даже те, кто делает выбор целиком в пользу дома и заботы о детях, в итоге настолько истощены бытом, что приобретают синдром загнанной домохозяйки. Вваливая на себя все больше и больше дел, легко впасть в депрессивное состояние. Как следствие – усталость, вспышки раздражения, агрессия по отношению к детям и снова чувство вины. Безусловно, одновременно заниматься семьей и работать – задача не из простых. Материнство стало более интенсивным, а образец женщины, достигшей определенных высот в карьере, вышел за пределы образа главной героини фильма

«Москва слезам не верит». Теперь каждый блогер говорит о реализации, бизнесе и умении совмещать их с материнством. И женщина, попав в вихрь информационных потоков с ценными указаниями, пытается соответствовать всему и сразу. В итоге в 11 вечера она перебирает в голове все те задачи, которые ей еще нужно успеть сделать перед сном, а с раннего утра на ее рабочую почту снова сыпятся e-мейлы.

ДОСТАТОЧНО ХОРОШО

Первое, что стоит принять и проработать, – это то самое чувство вины. Когда вы пытаетесь одновременно быть идеальной мамой и высокоэффективным сотрудником, страдают обе стороны. Психологи даже ввели термин «достаточно хорошая мать», чтобы снизить ответственность женщины за недоработки в материнстве. Итак, помочь избавиться от самосуда вам помогут:

- 1 Распределение времени:** эти часы полностью отданы работе, а эти – общению с детьми. Обязательно находите время для себя. Мы бежим с работы к детям, от детей – на работу, а в итоге чувствуем колоссальную нагрузку и усталость. Ощущение после рабочего дня, когда дети прыгают по маме, а она хочет только одного – побыть одной – знакомо многим. И мы снова мучаемся от чувства вины, но совершенно напрасно. Очень важно оставлять время на то, чтобы переключиться, успеть поменять настрой и социальную роль. 30-минутного перерыва вполне может хватить для того, чтобы сделать передышку.
- 2 Перераспределение ролей:** обсудите эту возможность с домашними. Если женщина работает, ей совсем не обязательно быть единственным человеком, который занимается бытом и детьми. Гендерные стереотипы часто сталкивают членов семьи лбами. И здесь

ТЫ



MAX FACTOR

БЕЗУПРЕЧНО
МАТОВАЯ КОЖА
МГНОВЕННО

000 "Алькор и Ко". Реклама. Фейсфинити Олл Дей Матте Панстик

**FACEFINITY
ALL DAY
MATTE PANSTIK**

Двухсторонний стик - это
тональная основа с одной
стороны и средство для контроля
блеска с другой. Безупречный
матовый эффект в течение
всего дня.



ТОЛЬКО В

Этуаль

«Вы многому научились: ТЕРПЕНИЮ, МУЛЬТИЗАДАЧНОСТИ, ВНИМАТЕЛЬНОСТИ, СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ и даже навыкам переговоров в кризисной ситуации»

необходимо подготовиться к разговору, чтобы он прошел по существу. Составьте список дел, которые вы выполняете в течение недели, и поделитесь им с родными. Сделайте это максимально доброжелательно, не бойтесь просить помощи. Предложите вместе посмотреть на вашу семейную жизнь и учесть ваше желание вернуться к работе, даже если она не будет приносить значимые деньги. Важно помнить, что передача ответственности за выполнение ваших функций означает передачу возможности делать их так, как видит другой человек. В противном случае вы будете испытывать еще больший стресс от того, что пол вымыт, но не так, как надо. Необходимо снизить ожидания от себя и от близких, – это может существенно повысить уровень комфорта в семье.

3 Остановка внутренних подсчетов: никаких самооценок типа «Тут сделала отлично (молодец!), а вот тут недоработала (минус пять баллов!)». Помните о словосочетании «достаточно хорошо»! В противном случае вы всегда будете сравнивать себя с кем-то, кто по тому или иному параметру лучше вас. Ощущение проигрыша сильно демотивирует человека, особенно выросшего в системе оценок.

4 Определение того, чем вы хотите заниматься: часто после рождения ребенка женщина не может найти себя. Ценностные ориентиры стали другими, отношения в семье поменялись, система координат тоже. В этот момент важно унять голоса, которые звучат в вашей голове с интонацией мамы, старшей сестры или подруги, и по-

нять, что хотите делать именно вы. Пара сессий с карьерным коучем могут решить эту проблему.

5 Понимание того, что вы – другой человек и знания и умения у вас теперь другие – куда лучше, чем были до. «Спросите себя: «Чему научил меня декрет, что я смогу использовать в работе?» Людям, которые видели 39,5 на градуснике своего ребенка, любой рабочий аврал по плечу, – уверена Ульяна Ходоровская, карьерный консультант. – Время, проведенное с ребенком, не прошло даром. Вы многому научились: терпению, мультизадачности, внимательности, стрессоустойчивости и даже навыкам переговоров в кризисной ситуации». Говоря современным языком, вы стали более прокаченной и вернетесь к работе с новыми – и очень крутыми – знаниями.

6 И наконец (вы удивитесь!), время, проведенное с детьми. Помните, что оно оценивается не по количеству, а по качеству. Просидеть весь день рядом с отсутствующим от усталости взглядом или провести 30 минут, вместе собирая легио? С точки зрения привязанности второй вариант работает значительно лучше. И тогда вам точно не придется корить себя за то, что вы какая-то «не такая» мать.

ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ

Прислушайтесь к словам семейного психотерапевта Екатерины Бурмистровой. Она говорит о том, что материнство дает шанс отойти от работы, которая никогда не нравилась, пересмотреть свои приоритеты, связанные с профессиональной жизнью вообще, и вернуться к тому занятию, о котором давно мечтали, но не могли себе позволить по каким-либо причинам. Уверена, что так оно и есть, – можете проверить. Я проверила, и у меня получилось. Получится и у вас!


Schwarzkopf



ВОЗРОДИ
КРАСОТУ
ВОЛОС

НОВИНКА

GLISS KUR BIO-TECH
РЕГЕНЕРАЦИЯ
ОБНОВЛЕНИЕ ВОЛОС
И ВОССТАНОВЛЕНИЕ
НА КЛЕТОЧНОМ УРОВНЕ

#CREATEYOURSTYLE*

SCHWARZKOPF.RU

ВОТ ЭТО КИНО



ЮЛИЯ СНИГИРЬ

«Брать качеством, а не количеством» – видимо, в уходящем году актриса руководствовалась именно этим девизом. Да, важных киноповодов у Юлии вышло всего два, зато каких! Мелодрама «Конец сезона» о трех сестрах, мечтающих уехать из прибалтийского городка (Снигирь, кстати, здесь в прекрасной компании Юлии Пересильд и Ани Чиповской). И конечно, сериал Паоло Соррентино «Новый Папа». Премьера первых эпизодов состоялась на Венецианском кинофестивале, а русскому зрителю посчастливится увидеть актрису в дуэте с Джудом Лоу уже 10 января.

Женщины захватывают киноиндустрию! И подтверждение тому в нашем обзоре главных российских героинь, о которых мы говорили на протяжении всего уходящего года. И не сомневаемся, будем говорить весь следующий.

ПАУЛИНА АНДРЕЕВА

При взгляде на фильмографию Паулины невольно задаешься вопросом: «И как это все можно успеть?» Она играет в театре (только попробуйте достать билеты на спектакли «Светлый путь. 19.17» или «№13D» в МХТ им. А.П. Чехова!), снимается в кино (поклонники сериала «Метод» уже замерли в ожидании Осени Стекловой) и создает свое собственное. Этим летом на «Кинотавре» Андреева получила приз за свой режиссерский дебют – короткометражку «Плачу с вами», а совсем скоро на экраны выйдет сериал «Псих» по ее сценарию. Кастинг проекта об известном столичном психотерапевте исключительно звездный – Константин Богомолов, Елена Лядова, Игорь Верник, Ксения Раппопорт, Аня Чиповская, Александр Горчилин.



Фото: архив пресс-служб; Legion Media

**ЯН ГЭ**

Певица, выпускница ВГИКа китайского происхождения, самая яркая артистка «Гоголь-центра», продюсер, режиссер и сценарист собственных фильмов, а еще активная участница светской жизни Москвы – это все она, Ян Гэ! Тем, кто небезразличен к творчеству энергичной китайянки, советуем увидеть свежий спектакль «Барокко» и ее новый фильм «Троица» – чувственную драму о любовном треугольнике. А в следующем году не пропустить ленту «Вратарь Галактики» с участием Ян как актрисы.

ВИКТОРИЯ МИРОШНИЧЕНКО

О 25-летней актрисе заговорили с подачи молодого талантливого режиссера Кантемира Балагова и его фильма «Дылда» (между прочим, приз «Особый взгляд» на Каннском фестивале и номинация на грядущий «Оскар»). После блестяще сыгранной роли медсестры в послевоенном Ленинграде Виктория получила еще одно важное предложение – уже театральное. Легенда сцены Андрей Могучий позвал актрису в свой новый спектакль Театра наций – «Сказку про последнего ангела». И дал ей не одну, а сразу три роли. Категорически рекомендуем к просмотру!





ЛЮБОВЬ АКСЕНОВА

Актрисе всего 29, а она уже успела сняться почти в полсотне картин! Среди важных – отличное кино про подвиг советских космонавтов «Салют-7» Клима Шипенко, абсурдистская трагикомедия «Русский бес» Григория Константинопольского и несколько хороших сериалов вроде «Триады» и «Хождения по мукам». Недавний важный проект Любы – фэнтези «Кома», в котором она играет с Риналем Мухаметовым. На экранах – с 30 января.



ВАЛЕРИЯ ГАЙ ГЕРМАНИКА

Создательница культового сериала «Школа» и фильма «Все умрут, а я останусь» в последнее время не перестает удивлять. То начнет вести христианскую передачу на телеканале «Спас», то смутит поклонников резкой сменой панк-образа на глэм-шик, дорогие часы и кроссовки Balenciaga, то снимется в очередном выпуске шоу Ксении Собчак. Но конечно, в основном сейчас все говорят о ней в свете нового фильма «Мысленный волк» – философской притче о страхе и отношениях матери и дочери. Довелось посмотреть?

VIVIENNE SABÓ

P A R I S

НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ТУШЕЙ
AFFAIRES D'AMOUR*



*AFFAIRES D'AMOUR - это любовные дела

© Vivienne Sabó. ООО «НТС «ГРАДИЕНТ» ОГРН 1027739304570 125362, МОСКВА, УЛ. СЕВЕРНАЯ, КОМ. 20. НОВАЯ СЕРИЯ ВИВЬЕН САБО



ИРИНА СТАРШЕНБАУМ

Перед нами убедительное опровержение аргумента о том, что диплом театрального вуза для успешного актера, – это must. По словам самой же Ирины, она прошла школу куда более важную, снимаясь у настоящих звезд режиссуры вроде Серебренникова и Бондарчука. За спиной у нее – роль жены Майка Науменко в самом обсуждаемом фильме 2018 года – «Лето», патриотическая драма «Т-34», картина «Притяжение» об армагеддоне в московском Чертанове и многое-многое другое. А в ближайшем будущем – новый сезон «Содержанок», «Вторжение» Федора Бондарчука и артхаусная черно-белая лента «Тенерифе».

НАТАЛЬЯ МЕРКУЛОВА

Обычно сценарист и режиссер Наташа Меркулова работает вместе с мужем Алексеем Чуповым. И кстати, весьма успешно – талантливый тандем написал сценарии «Гоголя» и «Салюта-7», недавно снял психологический триллер «Колл-центр» и даже был номинирован на Венецианском кинофестивале за картину «Человек, который удивил всех». Приятно, однако, что Наташа решила отправиться в свободное плавание! Ее новый фильм с говорящим названием «Очень женские истории» выйдет в аккурат к 8 Марта.



Фото: архив пресс-служб



Создай новогоднее настроение
с новыми средствами для волос



ДАША ЧАРУША

Певица, композитор и актриса, которую все знают по актерской работе в таких сериалах, как «А зори здесь тихие...», «Захватчики», и в фильмах «Хардкор» и «Холодный фронт». Но теперь Даша пробует себя в новом амплуа – режиссерском! И предлагает на суд зрителя свой дебют – «Марафон желаний» с Аглаей Тарасовой, Марией Миногаровой, Юлей Ауг, Яной Трояновой и Катей Варнавой. Сценарий Даша писала вместе с давним другом Александром Гудковым. То есть сомневаться в том, что будет весело, не приходится.



ОКСАНА КАРАС

Режиссера Оксану Карас все знают по фильму «Хороший мальчик», получившему Гран-при «Кинотавра» в 2016 году. А минувшим летом на фестивале она привезла отличную мелодраму «Выше неба», в которой сняла лучших молодых актеров – Таисию Вилкову, Полину Виторган, Филиппа Авдеева и Дарью Жовнер. В следующем сентябре у Оксаны выйдет серьезный важный фильм «Доктор Лиза» с Чулпан Хаматовой и Константином Хабенским. В центре сюжета – история одного дня из жизни Елизаветы Глинки.



@BURIMOVA
В INSTAGRAM

ALEXANDRA
АКЦЕНТ НА
ЕСТЕСТВЕННОСТЬ.
made by ALEXANDRA.

Schwarzkopf
got2b™

#MEbyME



ПОКАЖИ СЕБЯ
НАСТОЯЩЮЮ

#NOFILTERSTYLES

SCHWARZKOPF.RU

РЕКЛАМА

ALEXANDRA. АКЦЕНТ НА ЕСТЕСТВЕННОСТЬ. MADE BY ALEXANDRA = АЛЕКСАНДРА. АКЦЕНТ НА ЕСТЕСТВЕННОСТЬ. СДЕЛАНА АЛЕКСАНДРОЙ.
#MEbyME = #ЯТАКАЯКАКЕСТЬ #NOFILTERSTYLES = #СТИЛЬБЕЗФИЛЬТРОВ



ЕКАТЕРИНА КОНОНЕНКО

Екатерина Кононенко относится к той группе важных для киноиндустрии людей, которые, к сожалению, часто остаются за кадром. А жаль! На счету успешного продюсера такие картины, как «Кислород» Ивана Вырыпаева, «Хардкор» Ильи Найшуллера и «Я худею», ради которой Саша Бортич не побоялась набрать 20 кило. Последний важный проект Екатерины – фильм «Троица» вышеупомянутой Ян Гэ.

НИГИНА САЙФУЛЛАЕВА

Нет сомнений, эта женщина достойна называться самым обсуждаемым русским режиссером 2019 года! Ее красивый и откровенный фильм-исследование женской сексуальности «Верность» не посмотрел, наверное, только ленивый. И реакции были самые разнообразные: от покидающих зал зрителей и робких аплодисментов на «Кинотавре» до хвалебных рецензий и признания кинособщества. Как бы там ни было, за успех картины куда лучше говорят цифры – по итогам первого месяца проката «Верность» собрала 100,8 миллиона рублей. А еще Нигина снимает короткометражки и передает их в качестве лотов для благотворительных аукционов. Чем режиссер удивит нас в следующем году? Пока неизвестно. Но мы уверены: что-то будет!



VIVIENNE SABÓ

P A R I S

*...это так
по-французски!*



CABARET *Première**

**ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
ПОДВОДОК**
для идеальных стрелок

*Кабаре Премьер

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ. ООО «НТС «ГРАДИЕНТ» ОГРН 1027739304570 126362, МОСКВА, УЛ. СВОБОДЫ, ДОМ 29. ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН. WWW.VIVIENNESABO.COM



БЕРЕЖНАЯ И БЕЗОПАСНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ КОСМЕТИКИ, СОЗДАНА СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ ОСОБЕННО НЕЖНОГО УХОДА ЗА ЛИЦОМ, ВОЛОСАМИ И ТЕЛОМ. ИДЕАЛЬНО ПОДХОДИТ ДАЖЕ ДЛЯ САМОЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОЙ И СКЛОННОЙ К АЛЛЕРГИИ КОЖЕ.



РЕКЛАМА



Перекаати-ПОЛЕ

ПУТЕШЕСТВИЯ ВМЕСТО ОСЕДЛОСТИ, ВПЕЧАТЛЕНИЯ ВМЕСТО СОБСТВЕННОСТИ, ЭМОЦИИ ВМЕСТО ГАРАНТИЙ БУДУЩЕГО – СОВРЕМЕННЫЕ КОЧЕВНИКИ ВЫБИРАЮТ ТО, ЧТО НЕ ЗАМЕДЛЯЕТ ДВИЖЕНИЯ. РАЗБИРАЕМСЯ ПОЧЕМУ.

Текст: **Илья АКСЮТИН**

Карьерный рост в одной компании, квартира в ипотеку, отпуск на море и регулярные подарки любимым – казалось бы, общий план жизни прописан давно и навсегда. Однако многие люди отказываются от такой схемы. Никакой собственности, работа, не привязанная к месту, всего пара чемоданов одежды и вроде бы абсолютная свобода. Подобный образ жизни существует много веков, но если раньше вели его в основном военные или творческие личности, асоциальные элементы, свободные от семьи и обязательств, то сегодня кочевниками становятся вполне обычные люди, часто семейные.

ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ

Связано это в первую очередь с глобализацией и «охотой за мозгами». Тренд задали лучшие специалисты, особенно в IT-сфере, которые с каждым годом только растут в цене и становятся настолько незаменимыми сотрудниками, что эйчары охотятся за ними по всему миру. Так что вариант, когда программиста из Мурманска приглашают на работу в крупную компанию в Берлине, а затем – в Калифорнии, вполне реальный. При таком раскладе покупать мебель и обставлять кухню явно лишнее. Тем более что снять квартиру, оснащенную всем необходимым, проще

и выгоднее, чем приобретать все самостоятельно.

ДЕТСКОЕ ВРЕМЯ

Другой вопрос – быт с детьми. Но и он при таком образе жизни решается. Одно из самых заметных течений сегодня – анскулинг. Так называется система домашнего обучения, когда ребенок может быть прикреплен к государственному образовательному учреждению и проходить заочно школьную программу в удобном для себя графике. Дети даже умудряются освоить за пару месяцев то, что рассчитано на год, – связано это с тем, что такой ритм обучения выбран, исходя из средних показателей учащихся. Когда никто не отвлекает, а Skype-репетиторы по любому предмету уделяют время только одному ученику – знания усваиваются легче. Появляется свободное время, которое родители могут занять тем, что ребенку больше по душе. Например, спортом – здесь языковые барьеры практически не ощущаются, поэтому можно совершенствоваться в любой стране мира. Другие решают проблемы по мере поступления, и дети адаптируются каждый раз в школе в новом месте проживания родителей. Тем более что в Америке и Европе детям эмигрантов помогают справляться с тяжелыми для них нагрузками



фото: Shutterstock

«В МИРЕ, где больше незачем стремиться обладать собственностью, на первый план выходят другие вещи, которые ни купить, ни арендовать НЕВОЗМОЖНО»

специальные программы, психологи и тьюторы.

УШЛИ В ОНЛАЙН

Многие переезжают, меняют профессию и образ жизни самостоятельно, не по контракту и без приглашения, не обладая востребованной профессией. Естественно, все равно мы говорим о квалифицированных специалистах со свободным английским, которые легко могут лавировать в смежные сферы деятельности и переучиваться, дополнять свои навыки для успешной работы в любой стране. Благо теперь для учебы нужен только планшет, а диплом почти любого вуза мира получить вполне реально. Причем в отличие от дауншифтеров первой и второй волны (те бросали светские тусовки и успешные карьеры, сдавали квартиры и отправлялись к теплему морю за ментальным детоксом) современные кочевники вовсе не думают отказываться от бытового комфорта.

НИЧЕГО ЛИШНЕГО

И тут на помощь приходит шеринговая экономика. Это, пожалуй, самый главный социально-экономический тренд последних лет в городах-миллионниках (около 75% всех пользователей проживают в крупных городах). Доход тех, кто готов

к аренде вещей, обычно средний и выше среднего. Арендовать сегодня можно почти все – от машины (рынок каршеринга один из самых быстрорастущих в мире, а в России, по данным исследования PwC и PwN Hill+Knowlton Strategies, он вырос за год на 20%, что вообще бьет все рекорды) до одежды. И если аренда вечернего платья кажется нам чем-то вполне нормальным, то к тому, что можно также взять на время джинсы, еще стоит привыкнуть. Например, американская компания Rent the Runway (RTR), которую основали две подруги Дженнифер Хайман и Дженнифер Флейсс, позволяет людям вообще не покупать ничего в собственность, кроме белья и расходных материалов. Все остальное можно арендовать на сайте. Кстати, многие гиганты модного рынка планируют запустить такую опцию. Шведский концерн H&M уже осваивает эту нишу, правда, пока только в нескольких крупных магазинах сети. Прокат одежды работает по подписке, как онлайн-кинотеатры: за небольшую сумму в месяц клиенты могут брать те или иные вещи. По этому принципу работают уже Banana Republic, New York & Company и Bloomingdale's. Кроме экономии, такой вариант гораздо более экологичный и соответствует представлениям об устойчивом развитии и главным идеям современных кочевников: «Чем меньше мы

потребляем, тем лучше». Помимо одежды можно арендовать товары для жизни и мебель. IKEA, например, объявила о подобных планах и уже запустили совместный проект с московским сервисом rentmania.com, где можно взять напрокат что угодно – от карнавального костюма до электродрели, детского автокресла и новогодней елки. В Москве также заработал шеринг-сервис SOK, на котором небольшие компании могут арендовать офисы или сдать пустующие площади. Помимо этого популярны сервисы шеринга профессий, позволяющие не искать няню, а нанять бебиситтера или найти повара на несколько часов. А фудшерингом и вовсе уже никого не удивить.

ПОДЕЛИСЬ УЛЫБКОЙ СВОЕЙ

По оценкам экспертов, к 2025 году объем мировой шеринг-экономики достигнет \$335 млрд. Для сравнения: в 2015-м он составлял всего \$15 млрд. Это все, конечно, важные детали одного пазла, который как нельзя лучше объясняет философию новых кочевников. В мире, где больше незачем стремиться обладать собственностью, на первый план выходят другие вещи, которые ни купить, ни арендовать невозможно. Многие люди покрутят пальцем у виска, если услышат, что кто-то готов потратить сумму, эквивалентную стоимости автомобиля, чтобы увидеть северное сияние. Однако мир прекрасен, а жизнь слишком коротка, и таких вот романтиков становится все больше. Кроме желания, смелости и банковского счета, им особо ничего не нужно – даже гаджеты, с помощью которых они работают и совершают покупки, теперь можно арендовать по подписке, как, например, предлагает компания Apple.

L'ORÉAL PARIS

НОВИНКА

ГИАЛУРОН ЭКСПЕРТ [ГИАЛУРО] ВОСПОЛНЯЮЩИЙ УВЛАЖНЯЮЩИЙ УХОД

[+НА] 2 ТИПА ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТЫ



**МГНОВЕННО
СВЕЖАЯ И СИЯЮЩАЯ КОЖА**

ЧЕРЕЗ 3 НЕДЕЛИ²:

- 91% ЖЕНЩИН - ВЛАГА В КОЖЕ ВОСПОЛНЕНА
- 71% ЖЕНЩИН - МОРЩИНЫ СОКРАЩЕНЫ



**ВЫСОКОМОЛЕКУЛЯРНАЯ
РАЗГЛАЖИВАЕТ МОРЩИНЫ**



**НИЗКОМОЛЕКУЛЯРНАЯ
ВОСПОЛНЯЕТ ВЛАГУ В КОЖЕ**

ГИАЛУРОНОВАЯ КИСЛОТА? ХОЧУ БОЛЬШЕ!

ВЕДЬ МЫ ЭТОГО ДОСТОЙНЫ.

Светлана Ходченкова

БРЕНД
N1
В МИРЕ ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ¹

¹ L'Oréal Paris – бренд № 1 в мире по уходу за кожей лица для женщин. По данным о продажах в натуральном и денежном выражении в сегменте «уход за кожей лица для женщин» среди брендов масс-маркета. Данный расчет L'Oréal частично основан на данных «Nielsen Ритейл Индекс Сервис» в категории «уход за кожей лица для женщин» (сегмент определен клиентом) за период 52 недель, заканчивающихся октябрём 2018 г., консолидация 36 стран. Nielsen не несет ответственности за данные третьей стороны, относящиеся к Австралии, Франции, Италии, Японии и Нидерландам (©The Nielsen Company (Зе Нильсен Компани), 2018).

² Потребительский тест, 164 респондента. Крем для лица дневной SPF 20 «Гиалурон Эксперт».

Реклама



СТОП, ИГРА

КТО ХОТЬ РАЗ НЕ МЕЧТАЛ ОДНАЖДЫ УВОЛИТЬСЯ С НЕИНТЕРЕСНОЙ РАБОТЫ, УЙТИ ОТ ПРОБЛЕМ В ОТНОШЕНИЯХ, ОСТАВИТЬ ПРИВЫЧНУЮ ПОВСЕДНЕВНОСТЬ И УЕХАТЬ В НЕИЗВЕСТНОСТЬ? ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ВАЖНОГО, ОСВОИТЬ НОВУЮ ПРОФЕССИЮ ИЛИ ПРОСТО ПЕРЕЗАГРУЗИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ, ЧТОБЫ ВСЕ НАЧАТЬ СНАЧАЛА? МЫ НАШЛИ ТРЕХ ГЕРОИНЬ, КОТОРЫЕ ПОСТУПИЛИ ИМЕННО ТАК – И НЕ ПОЖАЛЕЛИ.

Текст: **Анна ВОЛКОВА**



История первая. Про Катю, которая бросила нелюбимую работу и научилась зарабатывать деньги.

Это был бесконечный день сурка. Начинался он со звонка будильника, затем я выпивала три чашки кофе подряд, красила глаза, проверяла почту, выбирала, что надеть, и ехала на работу. Весь день я занималась тем, к чему жизнь меня совершенно не готовила: считала сметы, заполняла договоры, разбиралась с клиентами, отвечала на сообщения босса и давала задания дизайнеру, а затем тонула в правках заказчика. «Все отлично, только этот зеленый не такой зеленый, как нам нужен», – писали они подобные комментарии по сто раз в минуту, и мы безропотно переделывали. А училась я когда-то в Строгановке и мечтала стать великой художницей. Правда, устроилась работать в контору, которая занималась производством полиграфии, несколько лет рисовала сама все эти бессмысленные макеты, а потом меня повысили, и я стала начальником отдела. Похоже, у меня тогда была вялотекущая депрессия, но я так много работала, что понять свое состояние была просто не в силах. Помню, что мне не хотелось отношений. Я даже не особо отреагировала, когда мой бойфренд ушел, – ушел, и ладно. Ну пару недель вроде даже переживала, потом работы навалилось. Не до поисков смысла жизни было –

в выходные или доделывала «хвосты» сверхурочно, или ходила со знакомыми по барам. Чаще лежала весь день перед компом и смотрела сериал. Довольно пустая жизнь для девушки 27 лет. Однажды мы получили заказ на разработку рекламного макета для ювелирного магазина, но у клиента не было ни фотографий, ни даже эскизов своих изделий. А нужно все было, как обычно, сделать еще вчера! Я сначала пыталась им что-то объяснить, но потом сама села и нарисовала быстро несколько колец и колец – просто рисунок, как старинный эскиз, из него сверстали что-то. Утром мне позвонил переполошенный начальник и велел срочно ехать к клиенту в офис. Я, конечно, думала, что меня сейчас ждет очередное совещание на тему «как все плохо, и надо переделать», а может, даже и уволят потом за такую самостоятельность. Но каково же было мое удивление, когда на встрече сам директор компании стал умолять меня перейти к ним на работу! Я отшутилась, вернулась в офис, руководство пообещало мне премию. Жизнь вернулась в текущее русло, но я никак не могла забыть эту историю. Снова рисовать и придумывать – это же мечта! И я вцепилась в нее. Спустя полгода пошла

учиться на ювелирные курсы, мне там очень не понравилось. Но потом внезапно начала рисовать: по выходным, по вечерам, в обед, даже на работе! И вот однажды я пришла к начальству и сказала, что увольняюсь. У меня не было особых сбережений или планов на будущее. Я хотела делать то, что возвращает мне ощущение себя. Первые несколько недель я просто жила: ходила на выставки, встречалась с друзьями, смеялась, наслаждалась едой и чувствовала ее вкус! Я была как человек после тяжелой болезни: мне все казалось интересным, необычным! И рисовала я постоянно: даже в барах могла на салфетке чей-то набросок. Потом решила действовать: пошла в первую попавшуюся коммерческую студию рисования (это куда приходят люди ради развлечения, не академический рисунок) и попросила взять меня к ним педагогом. Придумала свой собственный формат интуитивного рисования. Там я и встретила своего будущего бизнес-партнера Оксану – друзья подарили ей сертификат на занятие. Оксане так все понравилось, что она предложила мне открыть свою студию. Мы начали совместный бизнес, который даже в самые плохие дни приносил денег больше, чем прошлая работа. А затем, благодаря опять же новому делу, я встретила мужа: он юрист, мы его привлекали, чтобы открыть компанию. С партнершей я потом рассорилась, студию закрыли, но сейчас я планирую запускать свой проект – это будет что-то среднее между баром, кабинетом психолога и курсами рисования. Муж мне во всем помогает, и я уверена, что у меня все получится! А если и нет, не страшно. Потому что у меня есть призвание, есть цель, и я точно найду свое место в жизни.

История вторая. Про Оксану, которая хотела спасти мир, а спасла себя.

Я с детства считала, что обязана всем помогать. Подбирала бездомных котят, переводила старушек через дорогу, никогда никому не отказывала и всем пыталась отдать последнее. И часто попадала в ситуации, где люди пользовались моей добротой. Мне казалось, что, если я буду хорошей, со мной тоже все будет хорошо. Но все было очень плохо. Подруги предавали, отношения заканчивались ничем, в работе вечно обходили более ловкие, даже замуж я вышла случайно – парень, с которым я встречалась всего месяц, сделал мне предложение – я тогда так была счастлива! А потом выяснилось, что эта стремительность объяснялась очень просто: он хотел отомстить бывшей и опередить ее со штампом в паспорте. К ней он в итоге вернулся спустя три года нашей с ним непростой жизни... Я очень страдала и решилась на радикальные перемены: бросила работу, продала квартиру и купила меньшую, чтобы хватало на жизнь, пока я ищу себя. В итоге поняла, что хочу просто уйти в благотворительность. Я записалась волонтером везде, куда могла: собирала вещи для малоимущих, гуляла с собаками из приюта, кормила на улице бездомных, читала книги тяжелобольным в хосписе... Но чем больше я делала, тем хуже себя чувствовала. Это было так странно! Я думала, что, когда спасаешь мир, должно быть ощущение счастья, а у меня



было только чувство вины и еще обиды... Вроде я все делаю правильно, а к 30 годам у меня ни семьи, ни хорошей работы, и всем этим людям нужна не я, а волонтер в моем лице. И вот, когда я совсем отчаялась, случайно увидела в Instagram фото ребенка, которому искали маму. Он был отказник, от рождения с 4-й группой здоровья. И что-то во мне щелкнуло, хотя я никогда не хотела быть матерью-одиночкой. В глубине души я надеялась, что вообще создана для чего-то великого – мир спасти, например. Тем не менее я прошла школу приемного родительства, собрала документы, но... не успела. Ребенка, к счастью, забрали более ресурсные родители. К счастью, потому, что сейчас, оглядываясь назад, я понимаю, что была бы для него самым ужасным вариантом. Ведь я искала любовь, отдачу, собственную значимость, а дети в таком состоянии, в каком был он, не способны отдавать – им самим необходимо все это. Школа приемного родительства научила меня многому: я узнала себя за это время гораздо лучше, чем за все предыдущие

годы жизни. Мне невероятно повезло встретить в нашей ШПР очень хороших специалистов – они и отговорили меня от того малыша. И помогли найти психолога. Потом я записалась волонтером и стала брать подростков на выходные – именно так я встретила свою старшую дочь Карину, ей тогда было девять лет. Спустя пару месяцев я просто поняла, что это мой ребенок, и непонятно, почему пять из семи дней он живет неизвестно где... У нас почти не было адаптации с ней, нам обоим повезло. Годом позже я бы уже не смогла забрать эту девочку, она как раз мне встретилась в самый ее переломный момент. Карина познакомила меня с моим мужем! Она потерялась в торговом центре, и, пока я сходила с ума и металась, он ее обнаружил плачущую, догадался спросить мой номер и привел! Сейчас у нас большая семья: удочеренная Карина, своерожденные Коля и Максим и две приемные девочки – Рита и Оксана. Но всего этого не было бы, если бы я не поняла, что помощь нужна в первую очередь мне самой, а не другим.

VIVIENNE SABO

P A R I S

Artiste

DE CABARET*

ЭКСКЛЮЗИВНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ**

*...это так
по-французски!*



- ПАЛЕТКА ТЕНЕЙ **15** ЦВЕТОВ
- УНИВЕРСАЛЬНЫЙ КОМПАКТНЫЙ ХАЙЛАЙТЕР →
- ТУШЬ СО СЦЕНИЧЕСКИМ ЭФФЕКТОМ

*АКТИВИСА КАБАРЕ **СРЕДИ ПРОДУКТОВ В ЛИНИЙКЕ VIVIENNE SABO

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ. ООО «НТС-ГРАДИЕНТ» ОГРН 1027739304570 125362 МОСКВА, УЛ. СВОБОДЫ, ДОМ 29, ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН. WWW.VIVIENNESABO.COM



История третья. Про Вику, которая отказалась от любви и получила ее сполна.

С Мишей я познакомилась на первом курсе. В нашей группе он был единственный юноша и все девочки постоянно обсуждали, кому и какой он оказал знак внимания. А я просто училась, старалась получить повышенную стипендию, поэтому знала всегда все лучше всех: на этом и подружилась. Сначала он советовался по учебе, потом стал провожать домой, закрутился роман, мы поженились, родилась дочка. Он пошел работать в фирму не по профессии, бросил науку, а я осталась у нас на кафедре, и, конечно, муж очень переживал на этот счет. Он был гораздо более талантливым, чем я, но бросил призвание, чтобы зарабатывать нам на жизнь. И все было более-менее нормально, но, когда нашей Василисе исполнилось семь, мужа как подменили. Сначала я думала, что у него проблемы на работе, потом стала переживать за его здоровье: он все время был грустный, ничего не хотел... А потом – как гром среди ясного неба – я узнала, что у мужа роман с коллегой. Он сам признал-

ся. Плакал, умолял простить, говорил, что сам не понимает, как такое случилось, как будто бы его приворожили. Если честно, для меня это было невыносимо. Но я всегда любила его и восхищалась им и решила, что мечтаю видеть его счастливым. Это все же лучше, чем мои мрачные опасения по поводу его здоровья. Я не знаю, где взяла в себе тогда силы, чтобы не заплакать, не начать обвинять... Просто сказала, что понимаю и ради дочки предлагаю остаться друзьями. Миша ушел, но его снова как подменили. И хотя он жил теперь с другой женщиной, к нам стал приходить каждый вечер, все время придумывал, чем порадовать, что еще сделать для нас. Я видела, что Миша пытался загладить вину – поэтому подбадривала его и вела себя как настоящая подруга, даже скорее как сестра. Ничего не спрашивала про личное, но мы стали чаще разговаривать обо всем остальном, потом он стал засиживаться у нас – уже после того как дочь шла спать. А однажды вечером,

когда я уложила Василису, он замялся в дверях, внезапно встал на колени и стал умолять простить. Я отказалась возвращаться, но мы расстались в слезах оба. С того момента он стал по-настоящему ухаживать – каждый день цветы, подарки, сообщения, встречал у работы... Я не держала зла, просто видела, что у него это эмоциональное решение. А у нас с Васей семья, и эти папины метания нам ни к чему. Сказала, что согласна жить снова вместе, только когда он к этому придет осознанно. Попросила дать мне на это год: если за год у него не угаснут чувства – попробуем. Я бросила кафедру и уехала жить в другой город. Сначала было сложно: работала репетитором, разбиралась с Васиной школой. Он сразу расстался с той женщиной, приезжал к нам каждые выходные, предлагал переехать – мы стали общаться даже больше, чем когда были женаты. И в итоге не стали ждать год – уже месяца через четыре Василиса попросила, чтобы мы вернулись к папе. С тех пор прошло семь лет, у нас родился еще сын Костя, и я ни разу не вспоминала той истории. Муж делает все, чтобы момент влюбленности не исчез. Он по-прежнему дарит цветы, оставляет мне смешные записки и пытается радовать. А я его! На самом деле я очень благодарна той женщине, если бы не она, возможно, наш брак был бы таким же безжизненным, как у многих, кто привык друг к другу и не боится потерять, – до этой истории у нас все шло к этому... А теперь нам есть что ценить, и мы помним, как нам было плохо.

NIVEA

РЕКЛАМА



ПОПРОБУЙ

ПИТАНИЕ

УВЛАЖНЕНИЕ

ФИЛЛЕР-ЭФФЕКТ



Масло арганы
Масло ши



Гиалуроновая кислота
и алоэ вера



Коллаген-активатор
+ гиалуроновая кислота

О МОДНОМ

Фото: Валентин Блох. Стил: Николай Голованов. Волосы: Ольга Никотина для Matrix. Макияж: Тима Лео Жакет, 12storeez; серьги, N1 Jewelry

● БЕЛЫЙ ЦВЕТ,
ЖЕНСТВЕННОСТЬ,
СТРУЯЩИЕСЯ
ТКАНИ

- Образы главных икон стиля
- **Идеальная белая блузка**
- Актуальные наряды на каждый день

МОДНЫЕ НОВОСТИ

1

Молодежная марка Sklv by Sokolov впервые представила украшения с синтетическими бриллиантами Swarovski Created Diamonds, выращенными в лаборатории Swarovski без вреда окружающей среде.

2

В МУЛЬТИБРЕНДОВОМ МАГАЗИНЕ POISON DROP ПОЯВИЛИСЬ ЮВЕЛИРНЫЕ УКРАШЕНИЯ РОССИЙСКОЙ МАРКИ ANIMA С РЕДКИМИ КАМНЯМИ, НАПРИМЕР РОЗОВОЙ ШПИНЕЛЮ. КАЖДОЕ КОЛЬЦО УНИКАЛЬНО И СОЗДАНО ПОД РАЗМЕР И ОГРАНКУ КАМНЯ.

3

Vulgari выпустили кулон Save the Children. Часть средств с продажи каждого украшения будет перечислена в фонд Save the Children, помогающий детям из незащищенных социальных слоев.

4

НОВЫЙ ГОД VERSHKA ПРЕДЛАГАЮТ ВСТРЕЧАТЬ НА САНСЕТ-СТРИП, ХОТЯ БЫ МЫСЛЕННО. В НОВОЙ ВЕЧЕРНЕЙ КОЛЛЕКЦИИ МАРКИ НАЙДУТСЯ ПЛАТЬЯ МИНИ В ЛУЧШИХ ТРАДИЦИЯХ ГОЛЛИВУДСКИХ 80-Х!



1



БАРХАТНЫЕ ХАЛАТЫ НА ВЫХОД, КОЛЬЦА С РЕДКИМИ КАМНЯМИ И ТОННЫ ПАЙЕТОК НА ПЛАТЬЯХ И АКСЕССУАРАХ – ВСЕ САМЫЕ ГЛАВНЫЕ МОДНЫЕ НОВОСТИ МЕСЯЦА!



Фото: архивы пресс-служб

L'ORÉAL
PARIS

НЕТ ГРАНИЦ МЕЖДУ
МОЕЙ КОЖЕЙ И МОИМ
ТОНАЛЬНЫМ КРЕМОМ

ВЕДЬ ТЫ ЭТОГО ДОСТОЙНА.

БЕЗ РЕТУШИ

НОВИНКА

ТОНАЛЬНЫЙ КРЕМ
ALLIANCE PERFECT



ОТТЕНОК ДЛЯ КАЖДОЙ. УХОД ДЛЯ ВСЕХ.
УЛУЧШАЕТ ВНЕШНИЙ ВИД КОЖИ ПОСЛЕ
2 НЕДЕЛЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ*.

ОБОГАЩЕН ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТОЙ.



* Косметологический тест, 42 женщины. Реклама.

МОДНЫЕ НОВОСТИ

1

Для грядущих вечеринок Izba Rouge рекомендуют пижамный дресс-код. Шелковые комплекты и бархатные халаты из рождественской капсулы марки выглядят слишком хорошо, чтобы отсиживаться в них дома!



1



2

2

ТОММУ HILFIGER И ЗЕНДАЯ СНОВА НЕ СИДЯТ НА МЕСТЕ! НЕДАВНО В ПРОДАЖУ ПОСТУПИЛИ ВЕЩИ ИЗ ИХ СОВМЕСТНОЙ КОЛЛЕКЦИИ ТОММУ X ZENDAYA, ВЫПУЩЕННОЙ СПЕЦИАЛЬНО К НОВОМУ ГОДУ. ЗА ОСНОВУ ВЗЯТ ЦВЕТ СЕРЕБРИСТЫЙ МЕТАЛЛИК И СИЛУЭТЫ 80-Х!

3

Коллекция платьев российской марки Katya Ni пополнилась практичным кимоно из хлопка в цвете глины. Его можно носить с широким поясом как платье или накинуть на плечи как легкий кардиган.



3

4

НЕ УСПЕЛИ ЗАПАСТИСЬ ПОДАРКАМИ? ПРИСМОТРИТЕСЬ К АКСЕССУАРАМ ИЗ ПРАЗДНИЧНОЙ КОЛЛЕКЦИИ PATRIZIA PERE. ПОДВЕСКИ В ВИДЕ МУШКИ И КОЛЬЕ С КРИСТАЛЛАМИ В ФОРМЕ ЗВЕЗД – БЕСПРОИГРЫШНЫЙ ВАРИАНТ!



4



Фото: архивы пресс-служб

Schwarzkopf



CASUAL
CHIC

ШИК В СТИЛЕ CASUAL
ВСЕГО ЗА НЕСКОЛЬКО СЕКУНД
ВРЕМЯ УКЛАДКИ С TAFT

#CREATEYOURSTYLE

SCHWARZKOPF.RU

МОДНЫЕ НОВОСТИ

1

Agent Provocateur предлагают встречать новый год во всеоружии. Комплекты из кружева и шелка из осенне-зимней коллекции марки дополнены интересными вырезами и силуэтами в стиле пин-ап.



2

ФРАНЦУЗСКАЯ МАРКА МАЖЕ ВЫПУСТИЛА НОВОГОДНЮЮ КАПСУЛУ, СПОСОБНУЮ ДАТЬ ФОРУ ДИСКОШАРУ НА ЛЮБОЙ ВЕЧЕРИНКЕ. ЗОЛОТИСТЫЕ ПАЙЕТКИ, ВЫЛОЖЕННЫЕ ЧЕШУЕЙ НА ПЛАТЬЯХ, НЕ ПОЗВОЛЯТ ЗАТЕРЯТЬСЯ НА ТАНЦПЛОЩАДКЕ!



3

Модель Даутцен Крус вместе с голландской маркой Hunkemöller представила новогоднюю коллекцию нижнего белья Doutzen's Stories. В ней ровно 12 комплектов самых разнообразных моделей!



4

FENDI ПОПОЛНИЛИ ЛИНИЮ АКСЕССУАРОВ НАБОРОМ REQUIN TRAVEL SET. В НЕМ ЕСТЬ ВСЕ ДЛЯ ПУТЕШЕСТВИЙ: ЧЕМОДАН С ВНУТРЕННИМИ ОТДЕЛЕНИЯМИ, БОКС ДЛЯ УКРАШЕНИЙ И ДАЖЕ ТРОГАТЕЛЬНАЯ ШЛЯПНАЯ КОРОБКА!



syoss

МАРИЯ ИВАКОВА,
телеведущая и актриса
@maria_ivakova



ВОЛОСЫ
КАК ПОСЛЕ
САЛОНА



РЕКЛАМА

МОДНЫЕ НОВОСТИ

1

У Lagoom вышла новогодняя капсульная коллекция для мультибренд-платформы AizeI. В ней шесть коктейльных платьев для любого случая и дресс-кода, приобрести которые можно будет только онлайн.

2

МАХ МАРА СТАЛА ЕЩЕ БЛИЖЕ К ЭКОЛОГИЧНОМУ ПРОИЗВОДСТВУ – В ПАРКАХ, ПАЛЬТО И ЖАКЕТАХ ИЗ КОЛЛЕКЦИИ THE CUBE ИСПОЛЬЗУЕТСЯ УТЕПЛИТЕЛЬ ИЗ ПЕРЕРАБОТАННОЙ ВЕРБЛЮЖЬЕЙ ШЕРСТИ.

3

У российской марки YEА2098 появилась новая модель кроссовок Chain Armor из металлизированной кожи, замши и сетки. А на подошву Lunarus дизайнеров вдохновил выход в космос Алексея Леонова.

4

UNITED COLORS OF BENETTON ВЫПУСТИЛИ КАПСУЛУ BLACK POP ДЛЯ ПОКОЛЕНИЯ МИЛЛЕНИАЛОВ. ЕЕ ЛЕГКО УЗНАТЬ ПО ПРИНТАМ В КРАСНО-ЧЕРНУЮ КЛЕТКУ, КАК У ПАНКОВ В 70-Х. БЕРЕМ НА ЗАМЕТКУ!



2



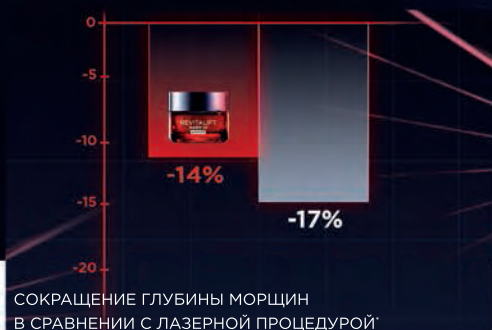
4

Фото: архивы пресс-служб

Ева Лонгория

БРОСЬТЕ ВЫЗОВ ЛАЗЕРНОЙ ПРОЦЕДУРЕ!

ВЕДЬ МЫ ЭТОГО ДОСТОЙНЫ



ФОРМУЛА

+ Про-Ксилан

Запатентованный антивозрастной активный ингредиент от Лабораторий L'Oréal Paris для корректировки морщин, укрепления и ремоделирования кожи

+ Фрагментированная Гиалуроновая Кислота

Небольшой размер молекул Гиалуроновой Кислоты позволяет ей проникать глубже для еще более эффективного разглаживания морщин

РЕЗУЛЬТАТ

- + Через 1 неделю морщины сокращены
- + Через 4 недели кожа более упругая и плотная

БРЕНД

N1

В МИРЕ ПО УХОДУ ЗА КОЖЕЙ ЛИЦА**

НОВИНКА

REVITALIFT ЛАЗЕР X3

АНТИВОЗРАСТНОЙ УХОД

ВДОХНОВЛЕН ЛАЗЕРНЫМИ ПРОЦЕДУРАМИ

С ПРО-КСИЛАНОМ
И ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТОЙ



L'ORÉAL PARIS

* По данным отчета об исследовании от 13.02.2012, участвовали 50 женщин в течение 8 недель, IEC SA (ИЕК СА), Франция: после применения 2 раза в день морщины у 24 женщин через 8 недель уменьшились на 14%, а после 1 процедуры воздействия фракционным лазером у 26 женщин уменьшились на 17%.

** L'Oréal Paris - бренд № 1 в мире по уходу за кожей лица для женщин. По данным о продажах в натуральном и денежном выражении в сегменте «уход за кожей лица для женщин» среди брендов масс-маркета. Данный расчет L'Oréal частично основан на данных «Нильсен Ритейл Индекс Сервис» в категории «уход за кожей лица для женщин» (сегмент определен клиентом) за период 52 недель, заканчивающихся октябрём 2018 г., консолидация 36 стран. Нильсен не несет ответственности за данные третьей стороны, относящиеся к Австралии, Франции, Италии, Японии и Нидерландам (© The Nielsen Company (Зе Нильсен Компани), 2018). Дневной крем для лица. Реклама.

КАК ОДЕТЬСЯ

СУДЬБА ЩЕДРА НА СЮРПРИЗЫ – ВДРУГ ИМЕННО СЕГОДНЯ СБУДЕТСЯ ЗАВЕТНАЯ МЕЧТА? МЫ ВЫБРАЛИ НАРЯДЫ НА КАЖДЫЙ ДЕНЬ, В КОТОРЫХ ТОЧНО МОЖНО БЫТЬ ГОТОВЫМИ К ЛЮБЫМ ВАЖНЫМ СОБЫТИЯМ. ПЕРЕД ВАМИ – ПОБЕДИТЕЛЬНИЦЫ КОНКУРСА Л'ЭТУАЛЬ, КОТОРЫЕ РАССКАЗАЛИ НАМ О ТОМ, КАК ИЗМЕНИЛАСЬ ИХ ЖИЗНЬ И ИСПОЛНИЛИСЬ ЖЕЛАНИЯ!

На Ольге:
платье, **Zara**;
куртка, **Mellow**;
колье, **Exclaim**

Фото: Екатерина Гербой; стиль: Николай Голованов;
макияж: Артем Денисенко, национальный визажист Nars;
волосы: Наташа Yong@ProFashionLab;
ассистент фотографа: Максим Думнов;
продюсер: Оксана Пашкевич



@OLGA_KORD

«Жила-была в городе Тольятти девочка Оля, которая прилежно ходила в школу, затем в институт, а потом в скучный офис. Все это, чтобы соответствовать ожиданиям общества и близких о понятии достойного человека. Но однажды спросила себя: «А чего я хочу?» И честно ответив на этот вопрос, в один миг изменила свою жизнь на 180 градусов. Это вовсе не легко и не всегда быстро, но это лучшее решение, так как воплощать в жизнь нужно только свои мечты.»

Колье, **Sunlight**



Куртка, **Prada**



Юбка, **Sandro**

Сумка, **Max Mara**



Ботинки, **Principe di Bologna, No One**

Вариант на каждый день тоже может быть ярким! Сочетайте терракотовые оттенки с хаки, выбирайте разные фактуры, добавьте к образу модные в этом сезоне массивные украшения – и будете в центре внимания!

На Кристине:
блузка и брюки – все
Mellow; ремень, **Gucci**;
туфли, **Pollini, No One**;
кольцо и серьги –
все **Exclaim**



@KRISTI_KHUDYAKOVA

«Нередко судьба вносит коррективы в запланированные события. Собираясь в отпуск в Сибирь к своему молодому человеку, я абсолютно не была готова даже к мысли о переезде. Сейчас могу твердо сказать: даже если вам что-то кажется сумасшедшей идеей или вам страшно – будьте смелыми и открытыми для любых возможностей».

Часы, **Emporio Armani**



Брюки, **Max Mara**



Блузка, **Mango**



Туфли, «**Эконика**»



Сумка, **Valentino Garavani**

Универсальный образ может стать гораздо более эффектным, если разбавить его правильными аксессуарами. Сумка насыщенного зеленого цвета с тиснением под крокодила, замшевые бордовые туфли и изящные часы. Вариант и в офис, и на свидание!

@SNOW_WHITE1812

«Каждый день я просыпалась с мыслью, что скоро моя жизнь изменится полностью. Признаюсь, я еще не отпустила все свои страхи и сомнения, но упорно над ними работаю. Очень хотела выиграть приз-фотосессию и в глубине души я верила! Что и стало той самой отправной точкой. Будьте смелыми, мечтайте!»



На Екатерине: блузка, **Lichi**; брюки, **Massimo Dutti**;
туфли, **Premiata**, **No One**; серьги, **Exclaim**

Жакет, **12storeez**Сумка, **Gucci**Брюки, **12storeez**Серьги, **Voire, Poison Drop**

Белый верх, черный низ – что может быть более консервативным? Но здесь главное не форма, а содержание. Выбирайте приталенный жакет, узкие брюки, добавьте изящные туфли на шпильках и вечерние серьги – чтобы блистать в любых обстоятельствах!

Фото: архивы пресс-служб

Туфли, **Moreschi, No One**

Viva **Виктория!**

2999 РУБ.

Блузка, Zara



ИДЕАЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ НА ВСЕ СЛУЧАИ ЖИЗНИ – БЕЛАЯ БЛУЗКА. ОБЪЕМНЫЙ ВОРОТНИК С ДЕТАЛЯМИ В ВИКТОРИАНСКОМ СТИЛЕ И БАНТ ПРИДАДУТ ИЗЫСКАННОСТЬ И ТОРЖЕСТВЕННОСТЬ ЛЮБОМУ КОМПЛЕКТУ. НЕ СТЕСНЯЙТЕСЬ БЫТЬ В ЦЕНТРЕ ВНИМАНИЯ!



№1



№2

#LOOKS

LOOK №1

1. Жакет, **Zara**
2. Шорты, **Akhmadullina Dreams**
3. Туфли, **Gucci**

LOOK №2

1. Джинсы, **Mango**
2. Серьги, **Maya Kotelnitskaya**
3. Ботильоны, **Off-White**

LOOK №3

1. Юбка, **Miu Miu**
2. Клатч, **Valentino Garavani**
3. Туфли, **Aquazzura**



№3

ЕСТЬ ВРЕМЯ

ВСЕ НОВОЕ – ХОРОШО ЗАБЫТОЕ СТАРОЕ! ЭЛЕГАНТНОСТЬ ГРЕЙС КЕЛЛИ, РОСКОШЬ МЭРИЛИН МОНРО, СВОБОДА ДЖЕЙН БИРКИН ИЛИ ЛАКОНИЧНОСТЬ МАРЛЕН ДИТРИХ. МЫ СОБРАЛИ ОБРАЗЫ, ДОСТОЙНЫЕ ГЛАВНЫХ ИКОН СТИЛЯ. ОСТАЛОСЬ ВЫБРАТЬ, С КЕМ У ВАС БОЛЬШЕ ОБЩЕГО!



Грейс Келли



1



2



3



4

1. Брошь, **Maurizio Mori**.
2. Серьги, **Fiore di Firenze**.
3. Палитра теней **Makeup Stories Compact, 004, Pupa Milano**.
4. Клатч, **Ulyana Sergeenko**.
5. Платье, **A.W.A.K.E. Mode**.
6. Туфли, **Manolo Blahnik**.



5



6



- 1. Серьги, **Natia x Lako.**
- 2. Платье, **Dolce & Gabbana.**
- 3. меховой шарф, «**Меха Екатерина.**».
- 4. Босоножки, **Aquazzura.**
- 5. Парфюмерная вода, **Byzance, Rochas.**
- 6. Клатч, **Zara**





2



- 1. Повязка на голову, **Zara**.
- 2. Жакет, **Sorelle**.
- 3. Брюки, **Sorelle**.
- 4. Сумка, **Marc Jacobs**.
- 5. Помада, **Ironik, Karl Lagerfeld x L'Oréal Paris**.
- 6. Ботильоны, **Jimmy Choo**



5



4



6

MAYBELLINE[®]
NEW YORK

ВОСХИЩАЙ
ПЫШНЫМ
ВЕЕРОМ РЕСНИЦ.

**LASH
sensational**

Тушь для ресниц
Веерный Объем





1



2



3

- 1. Колье, **Furla**.
- 2. Блузка, **Zimmermann**.
- 3. Палитра хайлатеров, **Love Lust Disco, NYX**.
- 4. Джинсы, **Mango**.
- 5. Сапоги, **Bershka**.
- 6. Сумка, **Wandler**



4



6



5



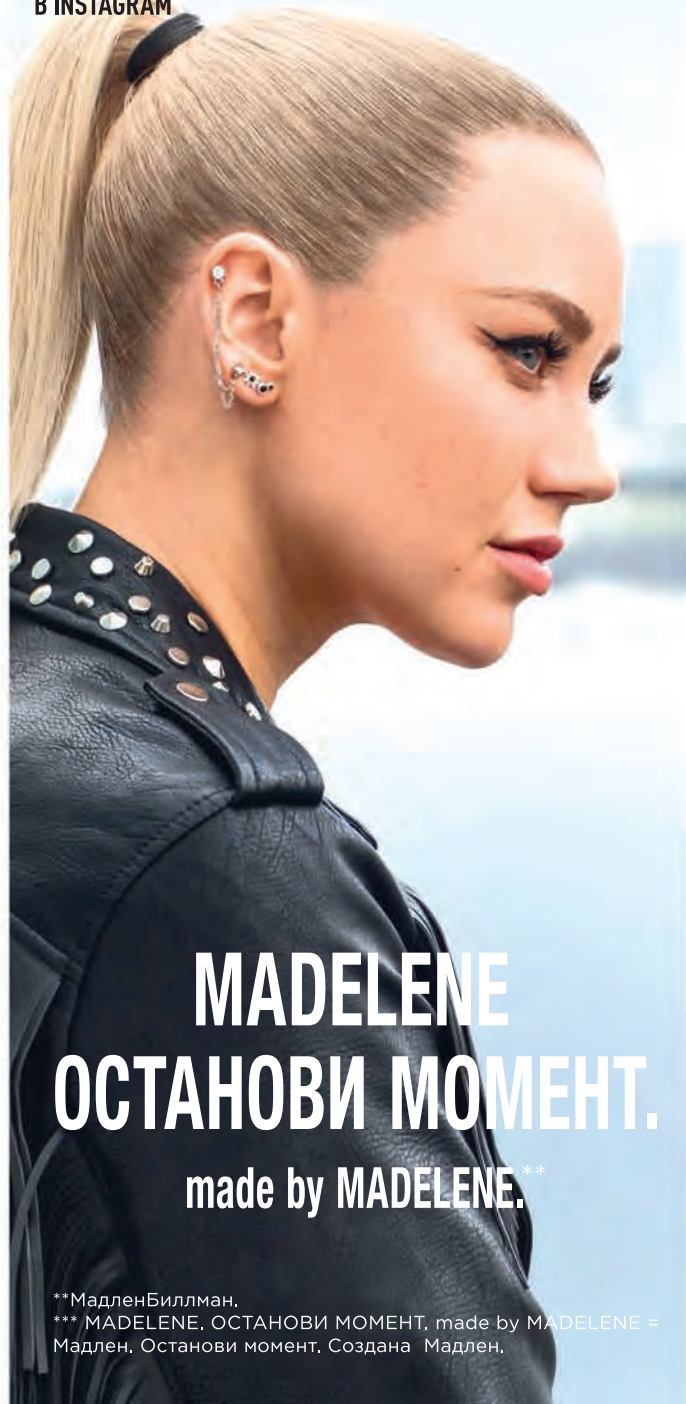
Джейн Биркин

Фото: Legion Media; архивы пресс-служб

MADELENEBILLMAN**

@GOT2B

В INSTAGRAM



**MADELENE
ОСТАНОВИ МОМЕНТ.**

made by MADELENE.**

**МадленБилман.

*** MADELENE. ОСТАНОВИ МОМЕНТ, made by MADELENE =
Мадлен, Останови момент, Создана Мадлен.

Реклама

Schwarzkopf
got2b™
#MEbyME*

**ЗАФИКСИРУЙ МГНОВЕНИЕ
С GOT2B**



*#MeByMe = #ЯТаКтоЯЕсть

ПЕРВЫЕ — ЛЕДЫ

НЕЖНЫЕ ПЛАТЬЯ, ЭЛЕГАНТНЫЕ КОСТЮМЫ, ЮБКИ МИДИ, БЕРЕТЫ И ПРИТАЛЕННЫЕ ПЛАЩИ — КАЖЕТСЯ, В МОДЕ УТВЕРЖДАЕТСЯ ЖЕНСТВЕННОСТЬ! О ТОМ, ПОЧЕМУ ЭТО ТАК ВАЖНО И ЧТО ВСЕ ЭТО ЗНАЧИТ, РАССУЖДАЕТ ЖУРНАЛИСТ ЕЛЕНА ТОЧИЛИНА.

Для многих женщин в современном мире признаться в том, что им нравится, когда мужчина открывает дверь или что они не против легкого флирта на работе, равноценно социальному самоубийству. Сегодня, когда ситуация с харрасментом и ущемлением прав женщин находится в таком накале, сложно различать оттенки – любое слово трактуется лишь как черное или белое, то есть как за или против. Никаких полутонов, никаких подтекстов. Возможно, со временем градус общественного возмущения снизится и придет время самоиронии, но пока мы могли наблюдать практически тоталитарную власть агендерных трендов.



Celine

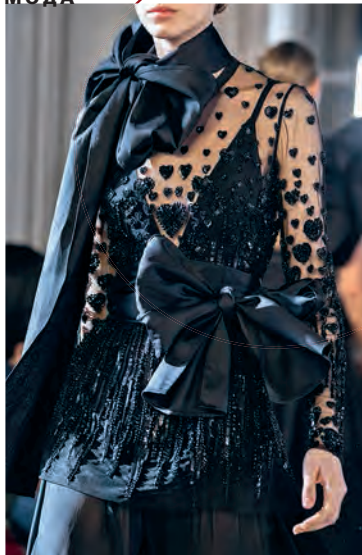


Фото: архивы пресс-служб

Уже много лет подряд мода двигалась в сторону абсолютной асексуальности: начиная с кроссовок и нормкора и заканчивая полупрозрачными тканями и ультрамини, потому как такая откровенная сексуальность – просто другая сторона агрессии. Но сегодня фемповестка, гендерная флюидность, оверсайз и нарочитый вызов, кажется, постепенно сдают свои позиции. По крайней мере, на подиумах наконец господствуют более женственные и элегантные тренды, уверенно вытесняя балахоны и кожаные мини. Конечно, говорить о том, что сегодня и то и другое исчезло из наших гардеробов полностью, пока рано, да и невозможно. Однако возвращение длины миди, юбочных костюмов и легких струящихся платьев уже нельзя отрицать. Начнем с того, что самый заядлый провокатор и, даже можно сказать, «король рок-н-ролла» Эди Слимман сразу же после первой



Antonio Marras



Elie Saab

дизайнер вообще всегда была одной из главных феминисток, поэтому даже малейший крен в сторону женственности от нее нужно рассматривать как настоящее потепление. Конечно, в коллекции есть и вещи из камуфляжных тканей, но для Miu Miu – это необычайно элегантный сезон. Приталенные платья, изящные плащи, кружево, вязка-макроне, юбки-колокол и высокие каблуки! В основной марке, конечно, Прада была не так нежна, однако и в строго готической Prada осень-зима 2019/20 есть отсылки к новым горизонтам. Юбок вообще очень много. Силуэта карандаш, например расшитая пайетками Roberta Einer, которую предлагается носить с белой блузкой и тонким ремнем



Miu Miu

своей вызывающей коллекции для интеллигентного дома моды Celine услышал протесты возмущенных поклонников бывшего креативного директора марки Фиби Файло и уже в этом сезоне практически воскресил архивы Майкла Корса, работавшего в доме в 1970-х. Приталенные расклешенные платья, блузки с бантами, шерстяные юбки А-силуэта с плиссировкой и высокие сапоги – все это будто бы сошло со страниц журнала моды времен «десятилетия свободы». Ему вторили и другие бренды: нежно-песочного цвета юбку до колен можно найти и в провокационной коллекции Burberry – дизайнер Рикардо Тиши рекомендует носить ее с блузкой и джемпером, а дополнить образ галстуком! Там же можно найти и костюм цвета пыльной розы с юбкой плиссе с блестящими вставками, и юбки миди песочного цвета. Юбки до колен есть у Chanel – тяжелые зимние из букле. У Balenciaga – их Демна Гвасалия рекомендует сочетать с блузками из нуарового атласа. И у Miu Miu – Миучча Прада здесь не знает границ, юбки из шерсти она предлагает носить и с джемперами, и с кружевными плащами, и даже с пончо в цветочный принт. Стоит отметить, что сама



Chanel



Ports

Фото: архивы пресс-служб

Гидрофильное масло для снятия макияжа эффективно и без ватных дисков растворяет даже интенсивный макияж, включая водостойкую тушь, ВВ и СС кремы.

Легко распределяется по коже, смешиваясь с макияжем и удаляя излишки кожного себума и черные точки. Сохраняет свои очищающие свойства при контакте с водой, поэтому легко очищает даже влажную кожу от макияжа, например, если вы находитесь в душе. Обладает приятным фруктовым ароматом.

Сделано в Японии.



Гидрофильное масло для снятия макияжа



Реклама. Товар сертифицирован.

Официальный дистрибутор в России ООО «НТС «Градиент»

Victoria Beckham



Jamie Wei Huang



на талии. Офисная – в клетку Jamie Wei Huang, которая прекрасно сочетается с изящным обтягивающим джемпером с трикотажной баской. Лаконичная белая – Ports 1961, которую можно дополнить ассиметричной черной блузкой. Клетчатая или однотонная – с высоким вшитым поясом Victoria Beckham. Миди-тюльпан у Cristiano Burani. Юбки и платья в стиле new look есть у Ulla Johnson, Leonard Paris, Brandon Maxwell, Alice + Olivia, Chanel, Christian Dior и многих других марок. Конечно, наряду с ними в коллекциях присутствуют и противоположные тенденции: гранж, панк, шипы, цепи, черная кожа... Однако посмотрите, как много струящихся тканей – взять хотя бы летящие монохромные сарафаны JW Anderson, Nina Ricci, Lemaire, Stella McCartney. Даже розового цвета в этом сезоне неприлично много: расшитое перьями JW Anderson,



JW Anderson

Prada



нежное платье из атласа Nina Ricci, с бантами Lemaire. С чем это все связано? Главным образом с тем, что любая тенденция после достижения своего пика начинает естественным образом идти на спад. Так и здесь, женщины осознали, что имеют право носить шелковые сарафаны, кружевные юбки и при этом занимать позиции топ-менеджеров или возглавлять собственный бизнес. Здесь нет противоречия, можно быть дельным человеком и думать о красе ногтей, как писал Пушкин. Можно быть за равноправие и допускать существование традиций учтивости и светских канонов: если мужчина дарит женщине цветы, это вовсе не значит, что он объективизирует и превращает ее в объект желания, хотя, конечно, он может, объективизируя, дарить цветы – тут не следует одно из другого. Но дело даже не в тех установках, а в том, что мода всегда реагирует одной из самых первых на любые культурные и общественные перемены. Сильные женщины становятся по-настоящему сильными, потому что возвращают себе свое. Разрешают себе быть женщинами. В красивых платьях с идеальным макияжем. И прежде всего для самих себя.

Neutrogena®

РАЗРАБОТАНО ДЕРМАТОЛОГАМИ

«НОРВЕЖСКАЯ ФОРМУЛА»



Реклама

24 ЧАСА

УВЛАЖНЕНИЯ

после первого применения*

*Для отдельных продуктов торговой марки. Подтверждение заявленных свойств продуктов. Внутренние данные компании ООО «Джонсон & Джонсон».

О ЧЕСТНОМ



• **НАЙТИ ВРЕМЯ ДЛЯ СЕБЯ:** **10 правил ЗОЖ** **Топ-5 видов фитнеса**

Их пример другим наука:

- КАРА ДЕЛЕВИНЬ
- РИЗ УИЗЕРСПУН
- ТЕЙЛОР СВИФТ

● ЗВЕЗДЫ ГОВОРЯТ: ГОРОСКОП

НА 2020 ГОД ПО ЗНАКАМ ЗОДИАКА

ara

**В РУБРИКЕ «МУЗА»
МЫ РАССКАЗЫВАЕМ
О ГЕРОИНЯХ, С КОТОРЫХ
СТОИТ БРАТЬ ПРИМЕР.
НА ЭТОТ РАЗ В НАШ
СПИСОК ПОПАЛИ ЯРКАЯ
МОДЕЛЬ, ТАЛАНТЛИ-
ВАЯ АКТРИСА-ПРОДЮ-
СЕР И НЕВЕРОЯТНО
УСПЕШНАЯ ПЕВИЦА,
О КОТОРЫХ ТАК МНОГО
ГОВОРИЛИ В УХОДЯ-
ЩЕМ ГОДУ. А В СЛЕДУ-
ЮЩЕМ, НЕ СОМНЕВА-
ЕМСЯ, БУДУТ ГОВОРИТЬ
ЕЩЕ БОЛЬШЕ.**



Текст: **Светлана АНОШКИНА**



«Больше всего меня раздражают ярлыки. Ненавижу навешивать их. Я меняюсь каждый день!»

43 млн подписчиков в Instagram, 19 фильмов, книга, статус «Модель года» British Fashion Awards – и все это в 27 лет! Точнее, далеко не все, еще Кара Делевинь участвует в показах Oscar de la Renta, Burberry, Dolce & Gabbana, Fendi, Stella McCartney и Chanel и снимается у лучших режиссеров, включая Джо Райта и Люка Бессона. Кроме того, в этом году о звезде заговорили как о филантропе и вручили ей премию #GirlHero Awards, учрежденную движением Girl Up в поддержку женского лидерства в разных странах мира. А недавно арт-директор Dior Joaillerie Виктоуар де Каstellан пригласил Делевинь принять участие в ювелирной кампании дома и представлять коллекцию Dior Rose Céleste. Чего нам ждать от Кары в обозримом будущем? Например, американскую мелодраму «Жизнь за год», ради съемок в которой смелая девушка не побоялась побриться наголо. А еще запуск ее собственного телешоу на онлайн-платформе Quibi. Детали, кроме даты старта (апрель 2020 года), пока держат в секрете, но, зная Кару Делевинь, не сомневаемся: будет весело!

Delevingne



Reverse

Witherspoon



«В каждом из нас есть супергерой»

Пять лет назад Риз Уизерспун решилась на смелый шаг – спродюсировать драму «Дикая». К тому моменту у звезды был довольно скромный опыт в этой области – в основном она бралась за легкие фильмы вроде «Блондинки в законе». А тут история женщины, раздавленной неудавшимся браком и смертью матери. Однако риск снять некассовое кино оправдался! Фильм Жан-Марка Валле («Кафе де Флор» и «Далласский клуб покупателей») принес Риз номинацию на «Оскар» за мастерство актрисы, но, главное, подтолкнул ее к созданию собственной продюсерской компании Hello Sunshine.

«Мне надоело читать сценарии с одной ужасно прописанной женской ролью и сидеть на площадке, где, кроме меня, из девушек только гример и художница по костюмам. Я хотела открыть миру новые женские таланты», – говорила Уизерспун в одном интервью. Безупречным воплощением ее намерений стал сериал «Большая маленькая ложь», объединивший в себе лучших из лучших – Николь Кидман, Дженнифер Энистон, Зои Кравиц и даже Мерил Стрип. На волне успеха проекта (шутка ли, восемь «Эмми»!) Риз явила на суд зрителя новое детище – сериал «Утреннее шоу» о кухне ТВ-мира, который также получил одобрение критиков и признание зрителя.

Сегодня у ее компании десятки проектов, книжный клуб с миллионом подписчиков, два подкаста, программа наставничества для молодых женщин-режиссеров и канал на сервисе DirecTV, где все программы созданы исключительно женщинами. И все это она делает, что называется, «без отрыва от производства», активно снимаясь в кино. Сейчас поклонники Риз в предвкушении двух картин с ее участием: третьей части легендарной «Блондинки в законе» и сериала «И повсюду тлеют пожары». Да и мы тоже.

MY3A



Taylor



Фото: Legion Media

wifft



«Я живу для того, чтобы писать песни»

В последнее время о 29-летней Тейлор Свифт говорит весь мир. И немудрено. Этим летом Forbes назвал певицу самой богатой в мире знаменитостью: заработав \$185 млн, Свифт обогнала Кайли Дженнер, Канье Уэста и Криштиану Роналду.

Куда больший триумф ждал певицу спустя полгода. На последней церемонии вручения премии American Music Awards Тейлор победила сразу в шести номинациях, побив таким образом рекорд, установленный самим Майклом Джексоном! Теперь у нее 29 статуэток – на пять больше, чем у поп-короля. Но и этим дело не кончилось: Свифт получила специальный приз АМА «Артист десятилетия».

К огромной радости фанатов, одной лишь сценой Свифт не ограничивается. Недавно по их просьбе она выпустила коллекцию одежды и аксессуаров с цитатами из песен последнего альбома Lover: одеяло в виде его обложки раскупили за считанные минуты! А еще 2020 году в широкий прокат выйдет экранизация культового мюзикла «Кошки» Тома Хупера («Король говорит!», «Отверженные»). Уже не терпится увидеть Тейлор в компании Идриса Эльбы и Джуди Денч. А вам?

ШИРОКА СТРАНА

ГДЕ ПРОВЕСТИ НОВОГОДНИЕ КАНИКУЛЫ ИЛИ ПРОСТО ЯНВАРСКИЙ ОТПУСК? КОНЕЧНО, В РОССИИ! ПРЕДЛАГАЕМ ВАМ НА ВЫБОР ПЯТЬ ОТЛИЧНЫХ ВАРИАНТОВ.

Санкт-Петербург

Северная столица в разгар зимы очень романтична: снег имперским улицам явно к лицу.

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ?

Помимо прогулок можно покататься на самом модном катке города – на острове Новая Голландия. Провести полдня в здании Главного штаба при Эрмитаже – в нем огромное количество знаменитых работ, включая шедевры Матисса и Пикассо, и при этом практически нет посетителей! Сходить на иммерсивный спектакль-квест «Задержанный» – одновременно следственный эксперимент по мотивам творчества Сергея Довлатова и бар-хоппинг по улице Рубинштейна.

ГДЕ ПОЕСТЬ?

На той же Новой Голландии, на фудкорте на первом этаже «Бутылки», есть множество кафе – от грузинской кухни до латиноамериканской, – и везде приятные цены. А в здании «Кузня» расположился концептуальный ресторан и клуб Kuznya House, в котором предлагают авторские блюда австра-



лийца Глена Баллиса. Ну и стоит заглянуть в бар El Copitas на Колокольной, который вошел в 50 лучших в мире, – бронировать надо заранее!

ГДЕ ЖИТЬ?

В Санкт-Петербурге на редкость хороший выбор жилья, так что

можно остановиться и в дорогом отеле, и в бюджетном хостеле. Главное – чтобы в самом центре.

БОНУС

Здесь можно найти лето посреди зимы – в оранжереях Ботанического сада.

Екатеринбург

В культурной столице Урала легко найти себе занятие даже в самые лютые морозы!

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ?

Тем, кто не боится холодов, стоит пройтись по Красной линии – пешему туристическому маршруту, на котором расположены главные достоприме-

чательности города. Если же погода не очень располагает к прогулкам, советуем заглянуть хотя бы на пешеходную улицу Вайнера, «уральский Арбат». Обязательно посетите ледовый городок на площади 1905 года, посмотрите на световое шоу на фасаде здания городской администрации, которое будут показывать все каникулы с 18.00. Ну а согреться можно в музеях – из всего множества обязательны к посещению ГЦСИ и Ельцин-центр, в котором до 19 января идет выставка «Художники русского зарубежья в изданиях livre d'artiste».

ГДЕ ПОЕСТЬ?

Настоящие уральские пельмени – в ресторане «Паштет». Лучший кофе – в кофейне Engels. А для гастрономического ужина подойдет «Гады, крабы и вино».

ГДЕ ЖИТЬ?

В городе хороший выбор апартаментов – главное, чтобы они были максимально близко к центру. Если же предпочитаете отель, то прекрасные варианты Park Inn by Radisson и Hyatt Regency Ekaterinburg.

БОНУС

В Екатеринбурге можно покататься на горных лыжах – например, в комплексе «Уктус».



В Екатеринбурге старинная архитектура «уживается» с современной



В «Гады, крабы и вино» подают отличные морепродукты!

Воронеж очень разнообразный и контрастный – вам тут понравится!

Зима в столице Черноземья довольно мягкая – в январе здесь И КРАСИВО, И ПРИЯТНО, и есть чем заняться



Дворец Ольденбургских – хороший пример русской неоготики

Воронеж

Город может похвастаться неплохо сохранившейся архитектурой XVIII-XIX веков со зданиями в стиле барокко, модерн, ампир и множеством храмов. Но не только!

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ?

Прогуляться по центру города и найти перекресток «Пять углов». Посетить один из самых больших соборов в России –

Благовещенский. Заглянуть в необычный арт-кластер на старинном заводе. Побродить по Дому-музею Анатолия Дурова, основателя знаменитой цирковой династии. Изучить «Гото Предестинация» – копию корабля времен Петра I. Сходить в Камерный театр – два его спектакля участвовали в фестивале «Золотая маска-2019»: «Мы» и «Антигона».

ГДЕ ПОЕСТЬ?

Атмосферу уездного дворянского гнезда и традиционные русские блюда можно найти в «Гармошке». Отличную современную кухню – в DJA+GO. Wine & Kitchen. Лучший кофе и матча латте – в Sugar Bakeshop.

ГДЕ ЖИТЬ?

В одном из сетевых отелей – Voronezh Marriott, Hampton by Hilton Voronezh или «Mercure Воронеж Центр».

БОНУС

Под Воронежем много дворянских усадеб – стоит съездить хотя бы в Рамонь, где находится Дворец Ольденбургских.



СОЗДАЙ
СТИЛЬ
УСПЕХА

#CREATEYOURSTYLE**


Schwarzkopf

**ВРЕМЯ УКЛАДКИ
С TAFT**

ЗАЩИТА УКЛАДКИ
В ЛЮБУЮ ПОГОДУ



Реклама

* NEW - новинка

** CREATEYOURSTYLE - создай свой стиль

Здание Приморской сцены Мариинского театра достойно внимания даже само по себе!



Владивосток

Город стал настоящей туристической меккой для соседей – китайцев и корейцев. Не будем же отставать и мы!

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ?

Полюбоваться эклектичной архитектурой города – современными мостами, старинными зданиями, и все это на фоне удивительной природы: сопки, мысов и заливов. Посетить ЦСИ «Заря», расположившийся в зданиях бывшей швейной фабрики: здесь самые актуальные выставки, арт-инсталляции и граффити. Современное искусство можно найти также в галереях «Арка» и «Артэтаж». Еще стоит пойти в оперу на Приморской сцене Мариинского театра.

ГДЕ ПОЕСТЬ?

Столица Дальнего Востока – гастрономический рай во всем, что касается рыбы и морепродуктов: икра, крабы и морские гребешки есть практически в любом ресторане города. Лучшие – знаменитые Zuma и Crab Factory. Хороши здесь и бары – Chinoaru или The Atel'ier.

Эклектика – главное слово, характеризующее Владивосток



ГДЕ ЖИТЬ?

Во Владивостоке дорогое жилье, поэтому придется поискать баланс цена-качество – например, среди многочисленных апартаментов и хостелов.

БОНУС

Несмотря на стойкие минусовые температуры, в январе здесь довольно много солнечных дней и при этом очень красивый свет. Советуем ловить момент, чтобы сделать фото!

Если вы были во Владивостоке и не сходили в Zuma, значит, вы не были во Владивостоке



РЕКЛАМА

NIVEA

ИННОВАЦИЯ*



ОТКРОЙ СЕКРЕТ МОЛОДОСТИ

АКТИВИРУЕТ РАБОТУ КЛЕТОК

* В ассортименте NIVEA

Самара

Подсвеченные праздничной иллюминацией улицы Самары с ее немецкой архитектурой и многочисленными зданиями в стиле модерн зимой выглядят даже симпатичнее, чем летом.

ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ?

Встретить Новый год на самой большой площади Европы – площади Куйбышева: там планируется большая развлекательная программа. Или же прямо на коньках – на крупнейшей ледовой площадке города, расположенной на набережной. Пройтись пешком по замерзшей Волге – посмотреть на город с нового ракурса. Изучить бункер Сталина. Посетить Музей-усадьбу Алексея Толстого – «отца» Буратино.

ГДЕ ПОЕСТЬ?

На Губернском рынке и в кафешках рядом с ним можно попробовать местные специалитеты – раков, копченую рыбу, орехи – и кухню народов бывшего СССР. А на ужин пойти в гранд-кафе русской кухни «Пастернак». Бронируйте заранее, место очень популярно!

В Самаре даже зимой все
КРУТИТСЯ ВОКРУГ ВОЛГИ:
 можно покататься на коньках
НА НАБЕРЕЖНОЙ, а можно
 погулять по замерзшей реке

ГДЕ ЖИТЬ?

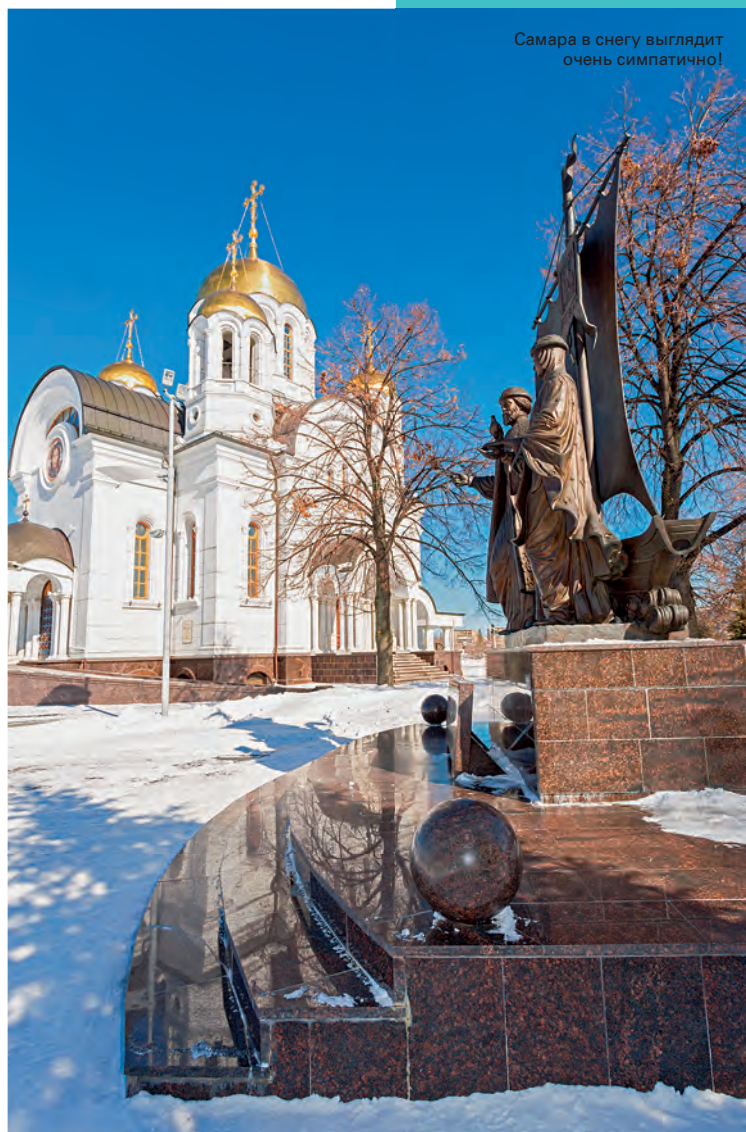
В Самаре лучше всего снять квартиру – выбор хороших вариантов довольно большой.

БОНУС

На Жигулевском море можно заняться сноубайтингом и виндсерфингом.



Раки – один из главных специалитетов Самары



Самара в снегу выглядит очень симпатично!

НОВИНКА



ТОЛЬКО В Этуаль

Концентрат гиалуроновой кислоты + Крем-филлер

Ваш индивидуальный антивозрастной уход

Откройте для себя эффективность гиалуроновой кислоты в новом концентрате Venus, который увлажняет, наполняет кожу лица и стимулирует клеточное обновление.

Средство идеально подходит для тех, кто хочет сохранить молодость кожи. Вы можете использовать несколько капель концентрата как в качестве самостоятельного средства, так и в комбинации с кремом-филлером Venus. Этот универсальный омолаживающий продукт заполняет морщины изнутри, выравнивает и преображает кожу лица.

ООО «Алькор и Ко». Реклама.



Hyaluronic Acid 150 mg

Concentrato Idratante Rimpolpante
Moisturising and Plumping Concentrate
Концентрат гиалуроновой кислоты для лица с увлажняющим эффектом
Concentré Hydratant Repulpant

FILLER VENUS
INTENSIVE ANTI AGING
СРЕДСТВО ДЛЯ ЛИЦА ИНТЕНСИВНОЕ АНТИВОЗРАСТНОЕ

Подберите свой Концентрат Venus

Гиалуроновая кислота
+ Увлажнение
Идеально подходит для увлажнения и защиты сухой кожи лица. Подтягивает и разглаживает.

Витамин С
+ энергия
Мощный антиоксидант, который усиливает защитные механизмы кожи.

Коллаген
+ Улучшение тона кожи
Эликсир молодости с протеином способствует гладкости и упругости кожи.

Аргановое масло
+ защита от возрастных изменений
Идеально подходит для кожи вокруг глаз и губ.



Способ применения

- 1 Средство безупречно подходит в качестве интенсивного ухода за кожей в период стресса. Можно использовать до или после пребывания на солнце для защиты кожи.
- 2 Используйте концентраты в сочетании с вашим ежедневным кремом для более эффективного результата и создания индивидуального ухода за кожей.
- 3 Комбинация всех функций позволяет использовать средство для индивидуального ухода в соответствии с потребностями вашей кожи, возрастом, временем года.



ЛИКБЕЗ



КРАТКИЙ КУРС ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ

Как привлечь здоровье в новом году без заговоров, ритуалов и обрядов? Читайте и следуйте – основные 10 правил ЗОЖ!

Текст: **Елена ЭБАДИ**



Елена Эбади, основатель ProBeauty agency, главный редактор приложения «Коммерсант Anti-Age», журналист, ЗОЖ-эксперт по здоровому питанию

1
Разберитесь с питанием. Врачи всего мира рекомендуют: какие бы причины ни толкали вас к холодильнику, вы не должны допустить переход обычной полноты в ожирение – ни под каким оправданием. Как понять, что Рубикон пройден? Для этого существует индекс массы тела. Он вполне универсален и не подходит лишь беременным или людям с избыточно развитой мускулатурой. Нормальным является ИМТ 18,5-25. Все, что выше 25, но ниже 29,9, – избыточная масса тела. И это вовсе не означает, что вы обязаны быть модельно худыми. Напротив, последние исследования показали, что наибольшая продолжительность жизни как раз у людей с незначительно избыточной массой тела. Такой вот парадокс.

Как это сделать? Отказаться от диет и вникнуть в тему питания. Да, изучить процесс превращения котлеты и картошки в чистую энергию или висцеральный жир. Почему-то мы готовы пойти учиться делать селфи или жарить стейк, но не готовы получить ЗОЖ-диплом. А ведь это и есть основа основ. Все модные диеты, такие как кето-, палео-, диета с резким ограничением углеводов, интервальное голодание, не признаны безопасными и эффективными в дальней перспективе терапии избыточного веса. Я рекомендую марафон global anti-age или сервис foody fit, например.

2
Бросьте курить. Отказ от курения – очень важный аспект в поддержании здорового образа жизни и качественного долголетия. Считается, что даже после отказа от курения в течение 5-10 лет сохраняется вероятность возникновения рака легкого и рекомендуются регулярные обследования – КТ легких. Однако не только онкологией чревато курение. Никотин – мощный яд, наносящий вред сердечно-сосудистой системе, приводящий к повреждению эндотелия – внутреннего покрытия сосудов – и формирующий атеросклеротические бляшки, которые суживают просвет сосуда и уменьшают питание периферических тканей. Как следствие – риск возникновения ранних инсультов и старения кожи.

Как это сделать? Иглоукалывание, психолог, гипноз.

«НАИБОЛЬШАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ жизни – у людей с НЕЗНАЧИТЕЛЬНО избыточной массой тела»



Избегайте стресса. Это, пожалуй, самый сложный пункт в списке ЗОЖ-задач на будущий год и на все времена.

Как это сделать? Важно правильно определить приоритеты, обратиться к специалисту – психологу, заняться медитацией. Для начала нужно разобраться, что именно заставляет вас испытывать негативные эмоции. Сейчас я тестирую гаджет, который помимо напоминания об очередном стакане воды и подсчета шагов отслеживает мои эмоциональные колебания, то есть измеряет уровень стресса. Я была поражена: непростые вроде бы моменты, связанные с работой, оказывается, не вызывают у меня негативной реакции – я спокойна и невозмутима. А вот выяснения отношений с родственниками поднимают уровень гормонов стресса до верхних значений. Поэтому, чтобы регулировать свое состояние, нужно знать врага в лицо. Ну и конечно, обратиться к профессионалу – психологу или гуру медитации. Да-да, именно медитация – это один из немногих парамедицинских методов, который действительно противостоит стрессу. И никакой эзотерики – только голые факты. Медитация положительно влияет на префронтальную кору головного мозга, повышая стрессоустойчивость и укрепляя волю. Если сложно – для начала займитесь йогой или растяжкой. Это должен быть часовой тренинг без телефона в руке, и каждый его этап нужно продышать и попробовать отключить голову. С каждым разом будет получаться все лучше и лучше – вы и не заметите, как сможете медитировать самостоятельно. Йога вас научит!

«МЕДИТАЦИЯ положительно влияет на префронтальную кору головного мозга, ПОВЫШАЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ И ВОЛЮ»


VIVIENNE SABÓ

P A R I S



НАМ ЕСТЬ, ЧТО СКАЗАТЬ
НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ ГУБНЫХ ПОМАД


НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ. ООО «НТС «ГРАДИЕНТ» ОГРН 1027739304570 125362, МОСКВА, УЛ. СВОБОДЫ, ДОМ 29. ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН. WWW.VIVIENNESABO.COM
ROUGE FÉMINISTE / РУЖ ФЕМИНИСТ / ФР. ПРЕКРАСНАЯ ФЕМИНИСТКА



Поддерживайте активную социальную и сексуальную жизнь. Ни для кого не секрет, что те, кто ведет активный социальный образ жизни, дольше сохраняет и физическую деятельность, и ясность ума. Как правило, эта категория людей считает себя счастливой, лучше спит, меньше фиксируется на негативных самоощущениях, формирует социальные сети и офлайн-связи. Очень плохо, что существует тенденция к обесцениванию роли секса в жизни человека. А ведь эта сфера невероятно важна, поскольку позволяет поддерживать половые гормоны дольше на должном уровне.

Как это сделать? Ввязаться в несколько проектов одновременно, вести сразу три Instagram-аккаунта, помочь подруге с ивентом и так далее. Главное, чтобы ощущение, что вы ничего не успеваете, вас не покидало. Уделите время для того, чтобы найти себе спутника жизни или друга для секса, поддерживайте сексуальные отношения в семье, если она уже есть. У нас с мужем, например, существует правило: дважды в месяц мы остаемся только вдвоем на 2-3 ночи. Одна ночь вам не поможет, не успеете. До того как перейти к делу, нужно обсудить все вопросы, поболтать как родители, как друзья, а потом уже как влюбленные заняться сексом. Еще лучше, если раз в месяц вы сможете уехать из вашего города – важно менять обстановку.

«АКТИВНЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ образ жизни дольше сохраняет и ФИЗИЧЕСКУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, и ясность ума!»



Занимайтесь регулярно физическими упражнениями. Это значимый аспект нашего здоровья. Сегодня всем ясно – необходимо регулярно, 2-3 раза в неделю, заниматься фитнесом. Большинство бежит в фитнес-клубы и активно выполняет упражнения. При этом люди забывают, что физические нагрузки должны быть ежедневными.

Как это сделать? Ходьба вместо машины или метро – вот выход для жителей мегаполиса. В настоящий момент Медицинская школа Гарвардского университета в сотрудничестве с Американской и Европейской ассоциациями по семейной медицине и Американским обществом по терапии ожирения приняли такие нормы: для здоровых людей до 65 лет – 120 минут в неделю силовых тренировок (профилактика саркопении) и 300 минут аэробных нагрузок – ходьба быстрым шагом, бег, интервальные тренировки, плавание. Мой личный пример – тренировки по возможности два раза в неделю, сейчас это стретчинг или йога. И мой маст-хэв – ежедневные 10 000 шагов. Никогда не пропускаю!

от **GARNIER**,
Естественно!

НОВИНКА ГИАЛУРОНОВЫЙ АЛОЭ-ГЕЛЬ

Увлажняющий гель
48 часов увлажнения*
для нормальной кожи

УТОЛИ ЖАЖДУ КОЖИ

НАТУРАЛЬНЫХ
ИНГРЕДИЕНТОВ
96%



Узнайте больше об уходе за кожей на garnier.ru *Инструментальный тест, 24 респондента. Реклама.

«Займитесь ИНОСТРАННЫМИ ЯЗЫКАМИ, учите СТИХИ наизусть, РАБОТАЙТЕ одновременно в нескольких областях, найдите ХОББИ, ПУТЕШЕСТВУЙТЕ, ИГРАЙТЕ в настольные игры»



Стимулируйте мозговую активность.

Ужасно расстраиваюсь, наблюдая сей факт в своей семье: у старшего поколения сформирована устойчивая привычка смотреть телевизор, откуда льются потоки негативной и недостоверной информации. А если на этот «наркотик» подсаживается молодежь, то это уже катастрофа. Что мы можем ожидать от такой привычки? Раннее наступление старческого слабоумия.

Как это сделать? Займитесь иностранными языками, учите стихи наизусть, работайте одновременно в нескольких областях, найдите хобби, путешествуйте, играйте в настольные и карточные игры.

Уделите внимание сну. В современном обществе около 30% населения страдает в той или иной степени расстройствами сна. В мегаполисах больше половины жителей жалуются на бессонницу либо на хроническое недосыпание. Для сна необходимо 7-9 часов. Большинству людей именно такая продолжительность дает полное восстановление сил и хорошее самочувствие на следующий день. Небольшой процент людей может довольствоваться 5-6 часами сна, но это скорее исключение из правил.

Как это сделать? Ложитесь спать до 23.00, создайте правильный климат и обстановку в спальне – должно быть прохладно и тихо. Особенно важно исключить любой источник света. Уличный фонарь или световой индикатор выключателя могут лишить вас выработки мелатонина.



ВСЕ ОТТЕНКИ
КАКАО


Schwarzkopf

NEW



КОЛЛЕКЦИЯ *Cacao*
СОБЛАЗНИТЕЛЬНЫЕ
ПЕРЕЛИВЫ
ГОРЯЧЕГО ШОКОЛАДА
НА ТВОИХ ВОЛОСАХ.

#CREATEYOURSTYLE

SCHWARZKOPF.RU

NEW - НОВИНКА САКАО - КАКАО
#CREATEYOURSTYLE - СОЗДАЙ СВОЙ СТИЛЬ

РЕКЛАМА

**Ограничьте потребление алкоголя.**

До осени 2018 года медицинская общественность транслировала следующее: умеренное потребление алкоголя (для женщин один напиток, а для мужчин – два в день) не приносит вреда организму. Последнее же исследование показало, что не существует безопасной для здоровья дозы.

Как это сделать? Два-три бокала хорошего вина в неделю принесут больше удовольствия, нежели вреда. Если у вас есть чувство меры, наслаждайтесь. Я нашла для себя идеальную формулу: два дня в неделю могу выпить вина, пять дней – трезвость.



VIVIENNE SABÓ

P A R I S

*GABRIELLE*Première*
САВАРРЕТ*Премьера



ЛЕГЕНДАРНАЯ ТУШЬ ДЛЯ РЕСНИЦ**
С ЭФФЕКТОМ СЦЕНИЧЕСКОГО ОБЪЕМА

*КАБАРЕ ПРЕМЬЕР

**СРЕДИ ПРОДУКТОВ В ЛИНЕЙКЕ VIVIENNE SABÓ

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ. ООО «НТС «ГРАДИЕНТ» ОГРН 1027739304570 125362, МОСКВА, УЛ. СВОБОДЫ, ДОМ 29. ТОВАР СЕРТИФИЦИРОВАН. WWW.VIVIENNESABO.COM



9

Очистите свою жизнь от токсинов. Если сделать чек-ап жителю норвежских фьордов 30 лет и менеджеру среднего звена из «Москва-Сити» этого же возраста – станет понятно, как на наш организм влияет экология, продукты, которые мы едим, и воздух, которым мы дышим. А еще вода, которую пьем, стиральный порошок, который «носим» на себе, и многое другое. Если уж город вокруг нас поменять нельзя, попробуем минимизировать его вредоносное влияние на организм.

Как это сделать?

- установите в квартире очистители и увлажнители воздуха;
- пейте только качественную чистую воду;
- не покупайте никаких пищевых продуктов со сложным составом, а еще лучше – ничего приготовленного кем-то другим. Глазированные сырки, салаты, даже фарш – все это может содержать ненужное. Готовьте сами;
- пройдите курс пранаямы или дыхательной гимнастики Стрельниковой, это поможет вашим легким стать еще одной выводящей токсины системой организма.

Любите себя, находите время для приятных beauty-ритуалов.
Как это сделать? Мой личный топ – банное парение, обертывание водорослями, ручной массаж.



NATURA SIBERICA

COSMETICS OF WILD HERBS
AND FLOWERS

Серия сертифицированных Cosmos BDIH продуктов по уходу за волосами

Средства по уходу «Северная моршочка» созданы для глубокого восстановления и питания сильно поврежденных и окрашенных волос. Главный компонент — масло северной моршочки.

Продукты эффективно восстанавливают поврежденную структуру волос, смягчают кожу головы, делают волосы мягкими и блестящими.

Средства по уходу «Дикий можжевельник» созданы для придания блеска и объема волосам. Главный компонент — экстракт сибирского можжевельника. Продукты способствуют укреплению и росту волос, оказывают антибактериальное действие и помогают восстановить здоровое состояние кожи головы.



COSMOS
NATURAL

FORMULE

98%

ORIGINE
NATURELLE



Италия, Болонья



Серия сертифицированных Cosmos BDIH продуктов по уходу за волосами
с можжевельником и моршочкой

Качество подтверждено немецким сертификатом натуральной и органической
косметики BDIH Cosmos

Лучший бренд в номинации «Зеленая Косметика»
на международной косметической выставке Cosmoprof, Болонья, Италия 2012

Более 98% натуральных ингредиентов в составе
каждого средства



**ЗАТЯЖНЫЕ ПРАЗДНИКИ,
АВИТАМИНОЗ И, КО-
НЕЧНО, ВСЕГДА «ВНЕ-
ЗАПНЫЕ» ДЕДЛАЙНЫ –
СОВРЕМЕННОГО ЖИТЕЛЯ
МЕГАПОЛИСА КАПКАНЫ
ЖДУТ БУКВАЛЬНО
ЗА КАЖДЫМ УГЛОМ.
ПОРОЙ НАЙТИ ВРЕМЯ
НА ВТИСНУТУЮ В ГРА-
ФИК ТРЕНИРОВКУ НЕТ
НИКАКИХ СИЛ. МЫ СО-
СТАВИЛИ ТОП-5 ВИДОВ
ФИТНЕСА, С КОТОРЫМИ
ВЫ НЕ ТОЛЬКО ВЫЙДЕТЕ
ПОБЕДИТЕЛЕМ В СХВАТ-
КЕ СО СПОРТ-РУТИНОЙ,
НО И СМОЖЕТЕ ОПТИ-
МИЗИРОВАТЬ ДРУГИЕ
ЗАДАЧИ – И ДОМА,
И НА РАБОТЕ.**

СПОРТИВНЫЙ РЕЖИМ

1

Фитнес в воде – самый безопасный. Недаром его придумали как один из видов реабилитации после различных травм и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Но в целом это отличный способ заложить основу для более затратной работы с мышцами. Приятный бонус: занятия в воде могут заменить курс подтягивающих кожу обертываний! Речь, конечно, не просто о плавании – существует более 20 видов водного тренинга. Например, в своей аквазоне московский велнес-клуб City Retreat by Pro Trainer предлагает заняться бегом под водой. Во время пробежки используются плавучие гантели, мячи, poodles – большее сопротивление тела способствует максимальному сжиганию калорий. Подойдет даже тем, кто прежде не был замечен в страсти к физической активности. Еще одна программа, которая также рекомендована и начинающим, и продвинутым любителям физкультуры, – Aqua-Mix. В нее входят базовые элементы аквафитнеса и их комбинации. Тут же кардиотренировка на аквабабблере и аквабайке и упражнения с боксерской грушей и накладками для рук. А в «умном» бассейне с противотоком можно плыть против течения, причем пловец сам задает комфортный уровень нагрузки для отработки отдельных движений.



Двигаемся в воде

2

Тренируемся,
играя

Просто тренировка для вас – скука смертная? Значит, вы еще не слышали о Prama – новом формате интерактивных тренировок, который лишь приходит в Россию. Очень популярная в Европе программа в Москве пока представлена только в «Crocus Fitness Кунцево». Каждый сет этого занятия-игры уникален: всякий раз тренеры собирают программу заново, включая в нее самые разные элементы. Задания Prama

проецируются на большой экран, при этом занимающийся может выбрать для себя как индивидуальный формат, так и соревнование с другими участниками. Игровая атмосфера поддерживается популярными музыкальными треками и специальным светом. Кстати, подсветка, как и видео, помогает прохождению игры – свет указывает, в каком направлении двигаться или куда бросить мяч. Датчики на полу и стенах фиксируют действия участников и оценивают, насколько хорошо они справляются. В то же время можно выбрать удобный лично для вас темп тренировки. А еще, помимо мышц, такая система хорошо прокачивает мозги. Как известно, тренировать серое вещество – один из самых важных пунктов в системе anti-age. Хочешь быть молод – шевели мозгами!

Контролируем
разум и чувства

Если вы не увлечены подсчетом калорий и более склонны к поиску в физической активности умиротворения и контроля над чувствами, тогда ваш путь – йога. Хороший мышечный тонус станет приятным дополнением к этим достижениям. Прислушайтесь к словам знатока: «Йога Айенгара уделяет особое внимание правильному положению тела и гармоничному выстраиванию асан с помощью необходимых опор, – говорит преподаватель йоги Андрей Ус. – Через индивидуальный подход к каждому практикующему и с учетом анатомических особенностей организма йога Айенгара ведет

к полной гармонии и внутреннему балансу человека. Я преподаю йогу с 1996 года, учился в Индии, практикую в групповом и индивидуальном режиме и могу сказать, что йога даст вам нечто большее, нежели гибкость и физическая выносливость. Я бы сказал, она дает ментальную, психологическую выносливость, что для современного человека архиважно. Мне нравится наблюдать, как у клиентов меняется практика, она улучшается от занятия к занятию. Меняются тела, улучшается осанка, повышается самооценка и появляется уверенность в себе и своих силах».

3



syoss

**ЕСТЕСТВЕННАЯ УКЛАДКА
ДИСЦИПЛИНА ВОЛОС
БЕЗ ФЕНА**



AIR DRY



РЕКЛАМА

NEW-ПОДНИКА/AIR DRY-ЭЙР ДРАЙ

Держим баланс

Как известно, чтобы развивать внешнюю мускулатуру, которая, собственно, и формирует нашу фигуру, подводя ее к желанному результату, необходимо работать и с внутренними мышцами. И прежде всего, с мышцами кора – этот центр мышечной активности организма располагается в области талии и таза. Именно этими знаниями руководствовался итальянский изобретатель Джанфранко Тудико, когда придумывал тренажер i-Boost Move Beyond Beauty. Суть его заключается в особом движении (его назвали elispheric – от слов «эллипс» и «сфера») динамичной платформы тренажера: баланс

на ней активирует естественные движения позвоночника сразу в трех измерениях и обеспечивает глобальную и эффективную, но в то же время простую тренировку.

Аппарат задействует 95% мышц тела и, по утверждению производителя, заменяет целый комплекс тренировок: кардио, воркаут, фитнес, проработку глубоких и мелких мышц. Причем для результативного тренинга достаточно тратить всего 20 минут в день.

4



И висим в воздухе!


Довольно устрашающего вида тренажер «Правило» недаром слегка напоминает средневековое приспособление для истязаний: сконструирован он по канону «золотого сечения» великого Леонардо да Винчи. Но бояться не стоит! Придуманый на стыке фитнеса и велнеса аппарат целенаправленно и бережно воздействует на организм, деликатно вытягивая мышечные ткани, связки и сухожилия. Более того, он работает еще и на устранение мышечного зажима: за счет нестандартной физической нагрузки, когда зафиксированы руки и ноги, аппарат создает ощущение легкости, выравнивает осанку, делает суставы и связки более эластичными. Вкупе все эти эффекты оказывают позитивное воздействие на психологическое состояние – проще говоря, улучшают ваше настроение!

5



НЕЖНАЯ ЗАБОТА
о коже Ваших рук



 kamill_russta

Решение: Товар сертифицирован.
Обязательный документ: Выпуск
в России ООО «НТС-Гардиант»

ECO¹

VEGAN²

BIO³

Made in
Germany
Сделано в Германии

1. Риск ущерба для окружающей среды производства минимально по сравнению с аналогичными товарами.
2. Не допускается использование минеральных масел, парафина, ингредиентов животного происхождения.
3. В продукте содержится органическая био ромашка с контролируемых грядок.





ОТКРОЕМ КАРТЫ

ГОД БЕЛОЙ МЕТАЛЛИЧЕСКОЙ КРЫСЫ – НАЧАЛО НОВОГО ЦИКЛА, КОТОРОЕ ЗАКЛАДЫВАЕТ БУДУЩЕЕ НА 12 ЛЕТ. ЗВЕЗДЫ РЕКОМЕНДУЮТ НАМ БЫТЬ СМЕЛЫМИ И РЕШИТЕЛЬНЫМИ, ЗАГАДЫВАТЬ ЯРКИЕ ЖЕЛАНИЯ, ИДТИ ЗА СВОЕЙ МЕЧТОЙ – И ТОГДА ВСЕ ТОЧНО СБУДЕТСЯ!

Текст: **Елена АЛЬ МАШТА**



ОВЕН

21 марта – 20 апреля

Меньше слов – больше дела! Таким должен стать девиз для вашего огненного знака на весь год, потому что Белая Металлическая Крыса любит тех, кто трудится. В этом году звезды рекомендуют Овнам в качестве отдыха смену деятельности, а вместо привычных способов снятия стресса – спортивный режим. Подойдет даже планка на пару минут в день, но обязательно регулярно. Кроме того, импульсивным и эмоциональным представителям знака такая дисциплина пойдет только на пользу: «спортивные» эндорфины направят мысли в правильное русло, нервная система станет крепче, а заряд бодрости поможет чувствовать себя на высоте.

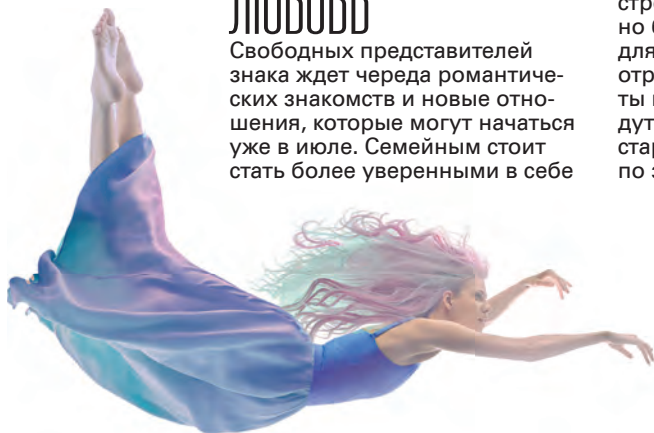
ЛЮБОВЬ

Свободных представителей знака ждет череда романтических знакомств и новые отношения, которые могут начаться уже в июле. Семейным стоит стать более уверенными в себе

и четче формулировать желания: будь то место для отпуска или планы на выходные. Также звезды рекомендуют больше времени уделять старшим родственникам – приглашать в гости и вовлекать в совместные планы.

КАРЬЕРА

Неожиданно Овны смогут открыть в себе новые таланты! Будь то умение руководить командой в кризисной ситуации или способность к изучению иностранных языков. Но что бы то ни было, обязательно дайте себе возможность развиваться и двигаться дальше. В начале года стоит братья буквально за все, следуя концепции «что-нибудь обязательно выстрелит». А именно так и должно быть, потому что конец года для Овнов станет зеркальным отражением его начала: проекты принесут прибыль, идеи найдут воплощение, а карьерные старания будут вознаграждены по заслугам.



Серги Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль



ТЕЛЕЦ

21 апреля – 21 мая

Этот год для Тельцов будет по-настоящему удачным, поскольку энергия стихии Земли соответствует энергии года, а Плутон возьмет под покровительство представителей этого знака. Но дело еще и в другом. Во-первых, только Тельцы умеют зреть в корень, вычлняя из любой ситуации главное и понимая расстановку сил. Во-вторых, вы всегда отличались упорством и настойчивостью, а в новом году это, пожалуй, самое важное для достижения результатов. Ну и в-третьих, звезды обещают Тельцам россыпь подарков: крепкое здоровье, новых друзей, легкость в учебе, интересные путешествия и внутреннюю гармонию. Наслаждайтесь!

ЛЮБОВЬ

Водоворот любовных приключений будет манить со страшной силой – Тельцы окажутся нарасхват. Всплывут и старые знакомства, и новые подтянутся – вы будете словно магнит для противоположного пола. Но лучше оставить все эти приятные встречи за границами своего внимания и сосредоточиться на том, что интересно. Иными словами, свиданию с очередным поклонником лучше предпочесть тренировку, а флирт на работе перевести в дружеское общение. Почему?

Потому что уже в конце июня возможна встреча с тем самым человеком, отношения с которым наполнят вас гармонией и дадут внутренний рост. Семейным Тельцам звезды приготовили не меньше внимания, однако тут стоит взвесить, готовы ли вы рисковать тем, что есть, ради чего-то нового? Ближе к концу года звезды обещают радостные события в личной жизни: предложение руки и сердца, свадьбу или беременность – тут каждому свое, но точно что-то очень важное.

КАРЬЕРА

Запаса энергии у Тельцов в этом году хватит на то, чтобы горы свернуть, поэтому самое время начинать собственный бизнес, менять профессию или смело заявлять о своих карьерных амбициях. Но даже если в работе и так все устраивает, терять удачный момент не стоит: расширьте сферы влияния. Харизмы вам не занимать, смело пускайте ее в ход, особенно на различных мероприятиях. Учитесь новому, потому что любое обучение в этом году даст позитивные плоды в будущем. В дѐкабре можно совершать различные финансовые операции, открывать вклады и играть на бирже, а также позволить себе крупные покупки.

Сергии Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль



БЛИЗНЕЦЫ

22 мая – 21 июня

Близнецы обожают перемены, так что этот год им точно понравится. Белая Крыса рекомендует представителям воздушного знака ничего не бояться и делать только то, что нравится. Заканчивать неинтересные проекты, уходить из токсичных отношений, решаться на кардинальную смену имиджа. Последнее рекомендуется успеть не позже апреля. Новая стрижка или цвет волос, челка или яркий макияж – чем смелее идеи, тем лучше! Новый образ поможет через внешнее наконец почувствовать себя именно тем, кем вы всегда являлись. Более сильным, уверенным и смелым человеком! Однако для сохранения баланса в вихре страстей и новых начинаний обязательно уделите время себе: пусть это будут хотя бы несколько часов йоги или массажа в неделю, но и они позволят подзарядить батарейки.

ЛЮБОВЬ

Уже в начале года свободных представителей знака ожидают романтические знакомства, причем почти как в кино. Идеальный незнакомец может встретиться хоть на заправке, хоть по дороге из магазина около дома, а чувства окажутся столь сильными и головокружительными, что Близнецы легко могут решиться в этом году

на что-то очень серьезное вроде брака или детей. Семейным звезды рекомендуют не терять головы раньше времени: внимания от противоположного пола будет достаточно, чтобы даже консервативно настроенные начали сомневаться в вечных ценностях. Однако новые романы могут сокрушительно сказаться на браке, поэтому, прежде чем соглашаться на авантюры, убедитесь, что вы готовы не жалеть о потерянном. Правда, любая авантюра в этом году может перейти в серьезные отношения, так что не исключено, что перемены к лучшему вас ждут и здесь.

КАРЬЕРА

Хотели попробовать себя в новых жанрах? Давно мечтали о более высокой должности, но не решались действовать? Собирались начать бизнес? Давно пора! Именно этот год даст возможность Близнецам максимально раскрыть свой потенциал и добиться успехов в любых сферах. Главное – не соглашаться на вторые роли, особенно в новых проектах, – партнер может оказаться совсем не тем, кем пытался выглядеть при первой встрече. Для успешного завершения года в августе следует принять поступившее предложение о работе. Это точно принесет удачу!



РАК

22 июня – 22 июля



2020-й для Раков – как настоящий звездопад. Год триумфа и везения для самого сдержанного и скромного знака из всех. Энергия будет бить ключом – ее хватит и на новые проекты, и на отношения, и на ремонты с переездами. Звезды обещают, что даже хронические проблемы со здоровьем у многих пойдут на спад уже к апрелю! Да и вообще, организм будет на высоте – никакие сезонные простуды и перемены погоды на Раках никак не отразятся. А если соблюдать режим, правильно питаться и много гулять, то вообще появится возможность горы свернуть! Сомнения излишни, в этом году у вас получится наконец воспользоваться своей интуицией в полную силу и вы вряд ли ошибетесь в выбранном пути. Так что только вперед!

ЛЮБОВЬ

Ваш внутренний свет, который в этом году будет обладать особенной силой, притянет представителей противоположного пола, как светлячков – горящий огонь. Судьба поклонников примерно такова: Раки вряд ли откликнутся на романтические предложения, будут сомневаться, чувствовать свою вину и ответственность за чужие любовные страдания. Не стоит! Вы ни в чем не вино-

ваты, тем более что настоящие отношения, скорее всего, могут начаться в конце сентября либо старые чувства вспыхнут с новой силой. Семейных представителей знака уже летом ждут радостные хлопоты: переезд в новую квартиру, совместный отдых, новые горизонты. А со второй половины будет полнейшее взаимопонимание и гармония.

КАРЬЕРА

Ракам обычно сложно начинать что-то новое – вам нравится беречь и развивать то, что есть. Однако в этом году очень важно не упустить богатые возможности, которые предлагает Белая Металлическая Крыса! А их будет много: яркие проекты, отличные перспективы для бизнеса, удачные знакомства. Даже для тех, кто настолько не любит выходить из зоны комфорта, что готов отказаться от карьерного роста, найдутся варианты! Это могут быть интересные задачи внутри компании, внезапные решения, которые принесут пользу всему бизнесу и, как следствие, признание руководства. Крупные покупки и дорогостоящие путешествия стоит планировать на осень, потому что летом возможны дополнительные источники дохода или премии за успешные кейсы.

Сергии Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль



ЛЕВ

23 июля – 22 августа

Путешествия с любимыми, новые горизонты в работе, внутреннее взросление и ощущение гармонии – вот какие подарки готовит для Львов новый год. Обязательно нужно помнить о своем здоровье и больше времени проводить на свежем воздухе, стараться сохранять трезвый ум и больше читать. Все заделы, которые вы начнете в 2020-м, принесут глобальные плоды в течение нескольких лет. Учите языки, вкладывайте деньги в долгосрочные инвестиции, проводите больше времени с семьей – это все воздастся сторицей.

ЛЮБОВЬ

Свободным представителям знака звезды обещают головокружительный успех, время истинного триумфа – вообще Крыса практически всем знакам подготовила романтические истории, но Львам их достанется особенно много. Правда, это касается только тех, кто не связан обещаниями верности, в противном случае расплата за предательство настигнет практически молниеносно. Следует хорошенько подумать и понять, стоит ли игра свеч? Если да, то нужно быть максимально честными, вести себя экологично и нести ответственность за любые решения. Однако такие испытания ждут далеко

не всех: многие Львы, особенно те, кто уже давно в отношениях, наоборот, почувствуют невероятный прилив вдохновения – и бывшие чувства вспыхнут с новой силой, а рутина превратится в «медовый год». Осенью возможна беременность или рождение ребенка.

КАРЬЕРА

В начале года вероятны провокации коллег, и реагировать следует максимально быстро, четко и открыто. Во-первых, эту ситуацию точно заметит руководство и оценит ваш подход по заслугам, а во-вторых, это шанс сделать важный переход на более интересную ступень в карьерной лестнице. Тем, у кого есть собственный бизнес, стоит присмотреться к ближайшему окружению, возможно, что то самое недостающее звено для молниеносного роста находится совсем рядом! Это могут быть старые связи, полезные навыки или даже чей-то совет. Важно все – собирайте любую информацию и будьте за все благодарны! В сентябре Крыса обещает Львам большие перемены: возможно, повышение, которого вы так долго ждали, а может быть, внезапное предложение полностью сменить вид деятельности на тот, о котором всегда мечталось. Все к лучшему!



ДЕВА

23 августа – 22 сентября

Девам следует в начале года уделить внимание здоровью. Самое время сделать чек-ап, пересмотреть рацион питания, возможно, даже обратиться к психологу – любые инвестиции в самих себя очень важны. Даже если здоровье не вызывает опасений, дополнительная забота о себе никогда не бывает лишней. В начале весны возможны приятные известия от старших родственников. Осенью звезды обещают Девам романтические путешествия и интересные открытия – смело планируйте отпуск. Конец года принесет долгожданные новости: две полоски на тесте, предложение руки и сердца или положительное решение в каких-то бюрократических процедурах.

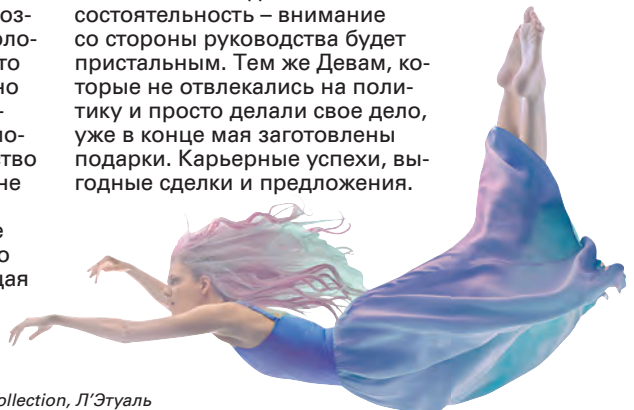
ЛЮБОВЬ

Свободным Девам, вполне возможно, встретится вторая половинка уже в начале весны. Это может быть тот, кого вы давно знали, но никогда не рассматривали иначе как друга. А может быть случайное знакомство через ближний круг, так что не отказывайтесь от приглашений в гости и не пропускайте рабочие тимбилдинги. Где-то там вас будет ждать настоящая любовь. Отношения легко могут перерасти во что-то серьезное – как минимум

в крепкий брак на ближайшую декаду уж точно. Семейных же представителей знака ждет либо расставание, либо, наоборот, укрепление отношений и рождение детей. Помните, что любые события принесут свои плоды – развод тоже может оказаться важным шагом на пути к настоящим чувствам.

КАРЬЕРА

Девам прошлый год подарил сполна подарков, теперь пришло время платить по счетам. Крыса не любит игр и махинаций, она предпочитает тех, кто действует открыто. Придется потрудиться, оправдывая те кредиты доверия, которые вы получили за счет своего дара убеждать. Так что, если за словами ничего не стоит, самое время озаботиться тем, как вы сможете доказать свою состоятельность – внимание со стороны руководства будет пристальным. Тем же Девам, которые не отвлекались на политику и просто делали свое дело, уже в конце мая заготовлены подарки. Карьерные успехи, выгодные сделки и предложения.



Серги Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль



ВЕСЫ

23 сентября – 22 октября

Вы очень много работали, в том числе над собой, вкладывались в других, и вот наконец пришло время пожинать плоды. Однако представители вашего знака вряд ли согласятся почитать на лаврах, наоборот, у них будто откроется второе дыхание и невероятная тяга к познанию мира. Выучить новый язык, подняться на Эверест, научиться нырять с аквалангом или просто путешествовать вместе с друзьями и любимыми – Весов внезапно посетит желание как можно больше увидеть, услышать и впитать. Это прекрасно, потому что только развитие ведет к эволюции, а успех на то и успех, чтобы помочь перейти на следующую ступень, а не сидеть над заслуженным золотом.

ЛЮБОВЬ

Тем Весам, кто еще не обрел спутника жизни, звезды запланировали новые отношения на конец года. До этого времени вам будет не до эмоций: учеба, саморазвитие, новые хобби, спорт – будет казаться, что жизнь так коротка, а в мире столько всего интересного! Вот и прекрасно – когда еще выпадет шанс насладиться самим собой и своим временем в полной мере? Семейных представителей знака ожидает

гармония в отношениях, желание как можно больше открывать вместе нового. Чувства со стороны партнера будут становиться только глубже и острее, но так всегда и бывает, когда ничего не требуешь, а стараешься делиться и вместе идти вперед! Так что вы на верном пути, и, возможно, совсем скоро в вашей семье будет прибавление.

КАРЬЕРА

Если вы давно планировали решиться на что-то самостоятельное, сейчас самое время. Клиенты будут выстраиваться в очередь, сделки проходят словно по волшебству, а логистические вопросы решатся как по мановению волшебной палочки. Главное – не терять оптимизма и веры, если в январе планы будут стопориться, – уже к маю начнутся настоящие чудеса. Тем, кто остается пока под крылом работодателей и не готов к одиночному плаванью в большой бизнес, звезды сулят повышение или прибавку к зарплате. Руководство наконец оценит усилия и вклады в развитие общего дела. Перфекционизм и ложную скромность лучше оставить для другого момента, принимайте похвалу и заслуженные премии – вы этого достойны.

Серги Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль



СКОРПИОН

23 октября – 21 ноября

Мудрость и терпение – это то, чем стоит запастись Скорпионам на первые полгода. Тогда уже к середине лета представителей знака ожидают те самые судьбоносные перемены в жизни, о которых так долго мечталось. Что это? Каждому свое. Одни загадывали найти любовь всей жизни, другие – получить место под солнцем, но так или иначе Белая Крыса принесет всем желанные подарки. Главное – ценить близких и доверять им. Но не только потому, что именно они помогут в достижении целей, а еще и потому, что друзей в этом году очень легко потерять, а приобрести новых вряд ли получится. Стремитесь отдавать, быть благодарными и чуткими. В конце апреля было бы идеально запланировать отпуск или просто заняться своим здоровьем, иначе перегрузки дадут о себе знать. Также стоит обратить внимание на здоровье и настроение старших родственников: отправить маму на курорт, увлечь папу скандинавской ходьбой или отправить их на чек-ап. Ничего не будет лишним!

ЛЮБОВЬ

Свободным Скорпионам придется многое пересмотреть в своем поведении. Возможно, желание всегда и во всем доминировать отталкивало проти-

воположный пол, и, если стать чуть более терпимыми к чужим несовершенствам, в поклонниках не будет недостатка. Тем, кто в паре, также рекомендуется стать гибче. Результаты не заставят себя ждать: отношения заиграют новыми красками! В сентябре возможны хорошие новости, связанные с детьми. В ноябре семейных Скорпионов ждет появление на горизонте бывших – не стоит воспринимать это серьезно. Если же флирта избежать не удастся, не вините себя. Это просто флешбэк, и он ничего не значит.

КАРЬЕРА

Уже в январе вы получите долгожданное повышение или проект, которым займетесь очень плотно до середины осени. Летом упорный труд принесет заслуженные плоды: будь то расширение влияния или значительная прибыль. Главное – не останавливаться на достигнутом и продолжать ставить цели – чем выше, тем лучше. В этом году, кстати, Скорпионы могут сделать много всего, что еще немало лет потом будет окупаться сполна. Крупные траты можно планировать на начало мая и на конец ноября – в эти месяцы возможны дополнительные источники доходов, премии и даже получение наследства.



СТРЕЛЕЦ

22 ноября – 21 декабря

Стрельцам придется научиться сдерживать свои эмоции. Это важно и в личной жизни, и на работе. Стремительные и очень резкие поступки не приведут к хорошему, поэтому главный совет от Белой Крысы – почаще представлять себя наблюдателем своей жизни, а не исполнителем главной роли. Если сохранять спокойствие и трезвый ум, проблем удастся избежать. Это касается и здоровья, которое у Стрельцов очень сильно зависит от эмоций. Лучшее всего поможет сохранить правильный настрой ежедневная медитация: для этого, кстати, даже коврик не нужен. Просто считайте хотя бы до ста и следите за дыханием. Уже весной вас ждут заслуженные награды, а ближе к ноябрю – прибыль и важные события.

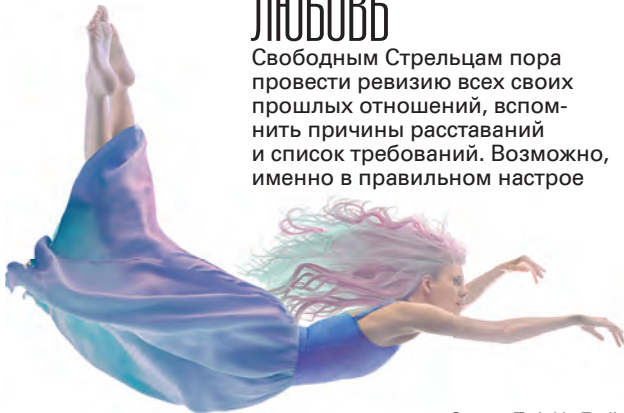
ЛЮБОВЬ

Свободным Стрельцам пора провести ревизию всех своих прошлых отношений, вспомнить причины расставаний и список требований. Возможно, именно в правильном настрое

и кроется главная причина отсутствия того, что вы так давно ждете. Если отказаться от своих ожиданий, уже в середине июля появится тот человек, который останется с вами надолго. Возможно, это и будет тот самый избранник. Семейным следует больше прислушиваться к своей половинке и чаще идти на компромиссы. Тогда конфликты сами себя исчерпают, и дома воцарит гармония. В июле семейных Стрельцов может ждать беременность или радостные вести, связанные с детьми.

КАРЬЕРА

Представителям вашего знака будет сложно справиться с искушением требовать признания собственных вложений, однако это совершенно лишнее. В спорах с коллегами нет ничего хорошего, а если правда на вашей стороне, она обязательно всплывет рано или поздно. Но звезды обещают, что рано. В любом случае чем меньше эмоций и конфликтов, тем легче будет все получаться и тем яльнее станет руководство или команда. Важные сделки или проекты не заставят себя ждать, уже в феврале может подтвердиться довольно выгодный контракт! Начинать бизнес лучше в конце октября, но до этого надо как следует прощупать почву и изучить рынок.



Серги Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль



КОЗЕРОГ

22 декабря – 19 января

Козерогам обычно очень сложно терпеть или совершать какие-то долгосрочные вложения без четких гарантий, но в 2020-м придется потрудиться. Белая Крыса любит тех, кто планомерно делает запасы на зиму, она поддерживает трудолюбивых и ответственных и дарит им подарки во всех сферах. Однако даже для самых взбалмошных представителей знака у Крысы все равно найдется в запасе россыпь сюрпризов. Путешествия, переезд в лучшие условия и даже просто интересные события – почти в каждом месяце Крыса заготовила для вас что-то приятное.

ЛЮБОВЬ

В августе возможен судьбоносный роман, возможно, он закончится серьезным шагом, а может быть, останется краткосрочным воспоминанием о приятно проведенном лете. Но однако даже в таком случае эти отношения приведут к важным внутренним трансформациям. Многим представителям знака этот год подготовил массу открытий о самих себе. Они не всегда глобальны, но весьма значительны. Семейным Козерогам в августе тоже светит романтическое приключение, если получится держать себя в руках,



к сентябрю отношения выйдут на качественно новый уровень. Дети в этом году принесут очень много счастья, также возможна беременность.

КАРЬЕРА

Козерогам очень нелегко даются любые испытания для их эго. Однако, если забыть о гордыне, в феврале можно получить очень интересную возможность. Упустить ее, прямо скажем, будет весьма обидно, но на этом, конечно, свет клином не сойдется. Если продолжать планомерно и упорно работать, в сентябре будет еще несколько шансов получить выгодное предложение или добиться карьерных улучшений. В бизнесе вас ждут буквально американские горки, благо подъемов будет гораздо больше, и они сполна окупят редкие спуски. Ни в коем случае не поддавайтесь панике, к концу года вы придете с полным мешком побед и удачных кейсов. А адреналин Козерогам только на пользу! Без него вы начнете скучать и погружаться в самокопание.

Сергии Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль



ВОДОЛЕЙ

20 января – 18 февраля

Учет расходов и доходов, порядок во всем и четкий план по каждой цели – вот что требуется от Водолеев в этом году. Белая Металлическая Крыса очень любит структурных людей и осыпает их всеми возможными благами. Так, например, в начале года возможно получение неожиданной прибыли или интересного с точки зрения финансов проекта, летом – супервыгодные билеты или просто путешествия в подарок от близких, в сентябре – всевозможные бонусы. Водолеем вообще в этом году будет все даваться довольно легко, как обычно пишут в книжках про достижение целей. Например, если вы захотите скинуть несколько лишних килограммов, стоит просто начать считать калории – и вот уже фигура мечты! Никаких изнурительных диет и мучительных кардиотренировок. Или, например, ремонт. Стоит просто подумать, а деньги и выгодные предложения сами появятся тут как тут.

ЛЮБОВЬ

В любви свободным представителям знака повезет ближе к осени, а, скорее всего, в середине сентября. Именно в этот период звезды обещают знакомство с тем самым человеком, который будет способен сделать Водолея

счастливым. Но до этого очень важно не расплыться на краткосрочные романы и больше работать над собой. Семейных представителей знака ждут неожиданные открытия. Вполне возможно, что вы вдруг узнаете своего избранника с абсолютно новой стороны. Так что, даже если вы успели заскучать в отношениях, не стоит снимать его со счетов, он еще может вас удивить. Романтические свидания, внимательность партнера к деталям, совместные приятные переживания и новые эмоции – вот что приготовили для вас звезды. Беременность в этом году более чем возможна, причем наступит она, скорее всего, незапланированно.

КАРЬЕРА

Вот где Водолеев ждет настоящий круговорот событий, так это в работе. Вы будете нарасхват! Эйчары начнут буквально охотиться за вами, клиенты – передавать ваш контакт из рук в руки, а новые контракты и выгодные проекты сами посыпятся как из рога изобилия. Тут главное – не перетрудиться, все равно всех денег в мире не заработать, а вот здоровье можно изрядно пошатнуть. Поэтому выбирайте тщательно, у вас на это есть полное право. И не бойтесь отказывать, так вас будут ценить еще больше.



РЫБЫ

19 февраля – 20 марта

Рыбам звезды обещают год, полный удивительных приключений и наполненный максимальным количеством интересных открытий. Если вы давно мечтали отправиться в поход по горам или сплавать по горной речке – держите! Если мечтали бросить работу и пожить на берегу Индийского океана – не сомневайтесь! Чем ярче пройдет этот год, тем больше хорошего вас будет ждать в ближайшее десятилетие! Да, Рыбам выпала необычная ответственность: Белая Крыса приготовила для них в 2020-м вот такой вот сюрприз. Но даже если к такому резкому выходу из зоны комфорта вы и не готовы, то даже минимальное расширение кругозора принесет свои плоды. Не сидите дома! Ходите на выставки, в кино, соглашайтесь на любые авантюры! Зачем? Потому что вы сможете найти что-то очень важное для себя.

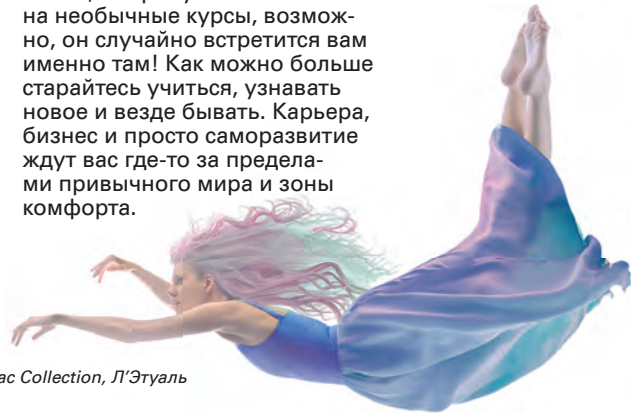
ЛЮБОВЬ

Свободным представителям знака звезды обещают первые полгода буквально толпу поклонников и романтических историй. Не стоит на них соглашаться, но и отказываться резко тоже не нужно. Легкий флирт и светские выходы принесут только пользу. Однако уже в июне нужно будет

определяться с выбором или серьезных отношений придется подождать до следующего года. Семейным Рыбам звезды рекомендуют взять свою вторую половинку за руку и начать выбираться как можно чаще вдвоем и как можно больше за пределы дома. Даже кино лучше смотреть не на уютном диване, а в кинотеатре.

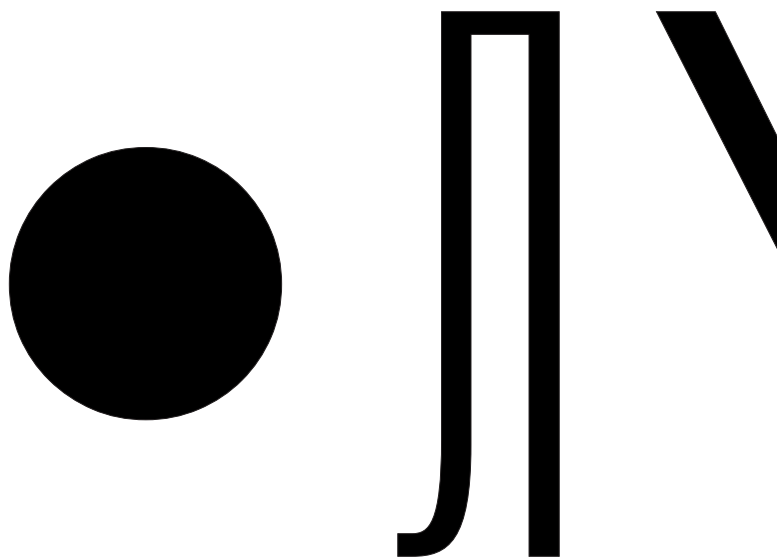
КАРЬЕРА

В карьере Рыбам звезды сулят успех. Кто-то, может быть, совершенно поменяет сферу деятельности. Кто-то, наоборот, будет стараться изо всех сил, и когда совсем потеряет надежду, встретит поддержку совсем не там, где ожидал, а на одном из совершенно отвлеченных ресурсов. Например, если никак не получалось познакомиться с важным для бизнеса человеком, попробуйте записаться на необычные курсы, возможно, он случайно встретится вам именно там! Как можно больше старайтесь учиться, узнавать новое и везде бывать. Карьера, бизнес и просто саморазвитие ждут вас где-то за пределами привычного мира и зоны комфорта.



Серги Twinkle Zodiac Collection, Л'Этуаль

О СВОЕМ



• Интересные и яркие события
из жизни сотрудников Л'Этуаль

8 ИДЕАЛЬНЫХ РОЖДЕСТВЕНСКИХ ДЕСЕРТОВ
ПО КНИГЕ РЕЦЕПТОВ КОСМЕТИЧЕСКОГО БРЕНДА

УЧ

Арт-директор Л'Этуаль
о макияже и воспитании вкуса

А ЭТО – НА ДЕСЕРТ!

В НОВОГОДНИХ СЛАДОСТЯХ БУДЕТ НОЛЬ КАЛОРИЙ, ЕСЛИ ЭТО «СЪЕДОБНЫЕ» СРЕДСТВА YUMMMY. ЧЕРНИЧНЫЙ ПИРОГ, КРОСТАТА С МИНДАЛЕМ, КРЕМ-БРЮЛЕ – МЫ ВДОХНОВИЛИСЬ НАЗВАНИЯМИ ПРОДУКТОВ И СОСТАВИЛИ МЕНЮ НАСТОЯЩИХ ПРАЗДНИЧНЫХ ДЕСЕРТОВ ДЛЯ УЮТНЫХ ЗИМНИХ ВЕЧЕРОВ. НАСЛАЖДАЙТЕСЬ!

Коллажи: @ALINA_ART_COLLAGE



Итальянский десерт «Сабайон»

Ингредиенты:

3 ст. л. игристого белого вина
2 желтка
0,3 стакана сливок 30-35%
2 ст. л. сахара
шоколадная стружка (по желанию)

Способ приготовления:

1. Подготовьте паровую баню: налейте воды в кастрюлю и поставьте на плиту.
2. Пока вода нагревается, в отдельной емкости соедините желтки с сахаром и взбивайте их до консистенции пены.
3. Не переставая помешивать желтки, медленно влейте игристое вино.
4. Полученную смесь поставьте на водяную баню, продолжая медленно помешивать.
5. В результате должна получиться кремообразная масса. Снимите ее с огня и еще раз перемешайте.
6. Готовый сабайон выложите в креманки и добавьте ягоды по вкусу. Кстати, десерт можно подавать как в горячем, так и в охлажденном виде.



Очищающее молочко **Sabayon** с питательными ингредиентами бережно снимает макияж – никаких лишних движений, трения и растяжения.





Цитрусовый лимонад

Ингредиенты:

- 2 лимона
- 2 апельсина
- 1 пучок мяты
- 1,5 л воды
- 3 ст. л. сахара

Способ приготовления:

1. В стакане с горячей водой растворите сахар и перелейте в графин.
2. Нарежьте апельсины и лимоны на небольшие кусочки, выдавите из них сок в отдельный стакан.
3. Положите в графин кусочки фруктов, мяту, перелейте сок и добавьте теплую воду.



Спрей-мист для тела **Citrus Fresh** освежит, увлажнит кожу и окутает цитрусовым флером.



Дезодорант-антиперспирант **Smoothie Kiwi and Apple** оставит фруктовый аромат и эффективно работает, даже если в ваших планах тренировка по кроссфиту.



Смузи из киви и яблока

Ингредиенты:

600 г киви
100 г яблок
0,5 стакана молока
1 ч. л. меда (по вкусу)

Способ приготовления:

1. Очистите и крупно нарежьте киви.
2. Снимите кожуру у яблока, удалите сердцевину и нарежьте кубиками.
3. Налейте в блендер молоко, добавьте туда же фрукты и тщательно взбейте смесь до желаемой консистенции.
4. В полученное смузи можно добавить ложку меда – по вкусу.



Черничный пирог

Ингредиенты:

(для формы Ø 26 см с бортиком 2-2,5 см)

для коржа:

125 г муки

100 г сливочного масла

100 г творога

50 г молотого миндаля

1 яйцо

для начинки:

250 г сметаны

2 яйца

200 г черники

70 г сахара

1 пакетик ванильного

сахара

миндальные лепестки
(для украшения)

Способ

приготовления:

1. Поместите в миску муку, творог, сливочное масло и молотый миндаль. Смешайте все до однородной массы.

2. Добавьте яйцо и замесите теперь тесто на посыпанном мукой столе.

3. Раскатайте тесто и выложите его в форму для выпекания, затем отправьте в морозилку на 20 минут.

4. В отдельной миске смешайте два яйца, сметану и сахар до однородности. Не взбивайте!

5. Достаньте форму с охлажденным тестом и выложите на него полученную смесь. Сверху выложите чернику и отправьте в разогретую до 180 °C духовку на 45 минут.

6. В конце приготовления посыпьте пирог миндальными лепестками.



Крем для лица **Blueberry Swirl Semifreddo** станет барьером между вами и смогом большого города: защищает, питает, тонизирует.





Крем для рук **Chocolate-Almond Crostata** славится легкой, но питательной текстурой: масла миндаля и ши борются с сухостью и шелушением.



Шоколадно-миндальная кростата

Ингредиенты:

для теста:
 250 г муки
 70 г сахарной пудры
 150 г сливочного масла
 50 г молотого миндаля
 1 яйцо
 1 желток
 для начинки:
 110 г сливочного масла
 100 г сахара
 2 яйца
 100 г шоколада
 125 г молотого миндаля
 1 ч. л. рома (по желанию)

Способ приготовления:

1. Разотрите муку с маслом в крошку. Добавьте сахар, яйцо, желток и молотый миндаль. Замесите тесто.
2. Скатайте его в шар и отправьте в холодильник на 30 минут.
3. В это время приготовьте начинку. Взбейте масло с сахаром до консистенции пышного крема.
4. Добавляйте по одному яйцу и продолжайте взбивать смесь.
5. Затем добавьте миндаль, ром и шоколад, перемешайте массу ложкой.
6. Достаньте тесто из холодильника, раскатайте и выложите в смазанную маслом форму для выпекания.
7. Положите начинку на тесто. Выпекайте 30 минут при температуре 170 °С.
8. Перед подачей посыпьте сахарной пудрой.



Ванильный трайфл с шоколадным печеньем и малиной

Ингредиенты:

200 г шоколадного печенья
200 мл сливок 33-35%
200 г замороженной малины
100 г сахара

Способ приготовления:

1. Сперва приготовьте малиновую карамель. Возьмите кастрюлю с толстым дном и ягоды (размораживать не нужно). Положите малину в емкость, залейте 50 мл сливок и доведите массу до кипения.
2. Протрите все через сито. Получившийся отвар верните в кастрюлю и добавьте 50 г сахара.
3. Снова доведите до кипения и продолжайте варить на среднем огне еще 10-15 минут.
4. У вас должна получиться карамель. Поставьте ее в сторону и дайте полностью остыть.
5. Теперь возьмите печенье и нарежьте или разломайте его на небольшие кусочки.
6. Самое время заняться сливками – взбивайте их до плотного состояния, а в конце добавьте 50 г сахара.
7. В стаканы или креманки выложите немного взбитых сливок.
8. Полейте карамелью, посыпьте печеньем, а сверху снова полейте сливками.
9. Продолжайте выстраивать десерт слоями, а сверху полейте его карамелью.
10. Поставьте трайфл в холодильник на два часа: печеню нужно хорошенько пропитаться.



Ночной крем для лица **Cookies and Vanilla Cream Trifle** – лучший десерт для вашей кожи вечером: питает и восстанавливает ее, пока вы спите.





Эмульсия для лица **Creme Brulee** содержит гиалуроновую кислоту и ее усилитель никотинамид.
Итог – мощное увлажнение.



Крем-брюле

Ингредиенты:

4 яйца
500 мл сливок 30-35%
1 стручок ванили
70 г коричневого сахара

Способ приготовления:

1. Разрежьте стручок ванили пополам вдоль и с помощью ножа удалите зернышки.
2. Сливки с ванилью поместите в миску и разогрейте на медленном огне, но не доводите до кипения – сливки должны просто напитаться ароматом ванили.
3. Отделите желтки от белков. Соедините желтки с сахаром и взбейте все миксером.
4. Когда сливки прогреются, добавьте их в полученную смесь и взбейте.
5. Процедите смесь через ситечко, чтобы удалить ваниль.
6. В чайнике вскипятите воду, а на дно противня постелите полотенце.
7. Разлейте крем в формочки и поместите на противень.
8. В противень налейте кипятка так, чтобы он доходил до середины высоты формы. Поместите в разогретую до 170 °С духовку и запекайте крем-брюле 35-40 минут.
9. Готовность проверяется очень легко: крем должен колыхаться, как желе.
10. Достаньте форму из духовки, дайте остыть, а затем поместите в холодильник на четыре часа.



Маффин с кунжутом

Ингредиенты:

(для 15 маффинов)
100 г муки
250 г сливочного масла
4 яйца
1 банан
200 г сахара
1 щепотка ванилина
1 ч. л. разрыхлителя
30 г кедровых орехов
30 г грецких орехов
0,5 стакана кунжута

Способ

приготовления:

1. Обжарьте кунжут на сухой сковороде, пока зерна не станут золотистыми, затем переложите в отдельную посуду, чтобы он остыл перед добавлением в тесто.
2. Пока кунжут остывает, взбейте сливочное масло с сахаром до однородности.
3. Добавляйте к маслу с сахаром по одному яйцу, взбивая каждое примерно по 4 минуты.
4. В отдельную емкость высыпьте муку, обжаренный кунжут и чайную ложку разрыхлителя.
5. Измельчите банан в блендере до состояния пюре.
6. Измельчите орехи.
7. Смешайте все массы в одну и разложите получившееся тесто по порционным формочкам для выпечки.
8. В заранее разогретой до 180 °С духовке выпекайте маффины 40-45 минут.



Скраб для лица **Black Sesame Muffin** «замешан» на основе черного угля – главного компонента для детокса и глубокого очищения.



БЕЗ ПРИКРАС

ПО-АНГЛИЙСКИ «ВИЗАЖИСТ» – MAKEUP ARTIST, ТО ЕСТЬ ХУДОЖНИК. НАТАЛЬЯ СТАНЕВИЧ, АРТ-ДИРЕКТОР СЕТИ Л'ЭТУАЛЬ И ВИЗАЖИСТ С 20-ЛЕТНИМ СТАЖЕМ, – ИМЕННО ТАКОЙ ЧЕЛОВЕК. ОБ ЭСТЕТИКЕ МАКИЯЖА, ВОСПИТАНИИ ВКУСА, ЗВЕЗДАХ И РОССИЙСКИХ ЖЕНЩИНАХ – В ЭТОМ ИНТЕРВЬЮ.

О ПРОФЕССИИ

Визажист – это не просто мастер по макияжу, но и психолог. И неважно, с кем ты работаешь. Если это клиентка в магазине, то тебе нужно уметь считывать, с чем она пришла. Ведь если женщина стремится поменять внешность, значит, в ее жизни что-то происходит. Многие приходят, чтобы слить свои эмоции. Они идут уже не в магазин, а к «визажисту Марии» или «консультанту Светлане».

О ЗВЕЗДАХ

Какими бы звездами мы, визажисты, себя ни считали, мы работаем в сфере обслуживания. Ты должен подстроиться под селебрити, как пазл. У профессионала это происходит мгновенно, при первом взгляде на звезду. Как с ней разговаривать, как себя вести, какой скоростной режим включить. Знаю, многие коллеги со мной не согласятся. Но это самообман! Мы всегда остаемся в тени. Но, с другой стороны, короля делает его свита.

О СТРАХЕ

У меня нет волнения при работе со знаменитостями. Настоящий мандраж случался, когда я была национальным визажистом Guerlain и к нам приезжал Оливье Эшодмезон – креативный директор дома, легенда в мире моды. Он мог запросто сказать: «Нет!» – и уничтожить твою работу одним взглядом. Более того, при нем нужно было выглядеть определенным образом! Одеться так, чтобы понравилось ему.



ОБ ЭСТЕТИКЕ

Чувство стиля я прививаю и своей команде. Был такой талантливый визажист Андрей Мановцев. Недавно я нашла его статью и сохранила себе в закладках одну фразу: «Человек не модный и не стильный не может быть визажистом. Ему никто не поверит. Внешность визажиста должна быть или оригинальной, или красивой. Я смотрю на утонченность манер, на умение расположить к себе собеседника – это 50% успеха».

О КОМАНДЕ

У нас в Л'Этуаль 346 консультантов-визажистов, всех их я знаю лично. И знаете, что самое сложное при отборе? Диплом визажиста, опыт работы, хорошая техника – это не единственное, что нужно. Гораздо труднее найти человека, который еще и грамотно говорит по-русски, и выбирает правильную бьюти-лексику.

О РОССИЙСКИХ ЖЕНЩИНАХ

Конечно, я обращаю внимание на макияж у девушек. Это чисто профессиональный момент: как редактор мысленно правит любой текст, находящийся перед ним, так и я замечаю ошибки. Самая частая – избыточность. Все и сразу... Кто-то может себе это позволить, например Жанна Агузарова – вот она такая! Но обычная женщина в образе Жанны Агузаровой? Хотя... Она имеет на это право. Многолетний опыт научил меня тому, что в жизни нет единых правил красоты. То, что я вижу и замечаю, – это только моя проблема. Я проработала 10 лет в Shiseido с их японским минимализмом, потом девять лет в парижском Guerlain, где подход был уже другим.

О МУЖСКОМ МАКИЯЖЕ

Не буду лукавить, я к нему отношусь настороженно. Мне нравится Джеффри Стар (американский певец и визажист, прославившийся своим эпатажным макияжем. – *Прим. ред.*). И косметика у него прекрасная – недавно она появилась у нас в сети Л'Этуаль. Хотя здесь бьюти-образ – это часть бренда в целом. Допускаю, когда мужчины чуть выравнивают тон, придают форму бровям – это мне очень нравится. Но иногда (особенно на ТВ) замечаю у мужчин сильную коррекцию черт лица в женском стиле макияжа – такое вне контекста бьюти-индустрии мне кажется непрофессиональным, во всем нужна мера.

О КОРРЕКЦИИ ЛИЦА

Французы говорят: «Макияж – это математика. Главное – правильно поставить пятно». С помощью косметики достаточно легко сделать четкий контур и обеспечить лифтинг-эффект. Сейчас много девушек с одинаковыми лицами: крупные губы, «гиперактивные» брови, переколотые филлерами лица... Это из-за искаженной эстетики в голове. Они видят картинку – условно говоря, Джולי – и хотят губы, как у нее. Но послушайте, у вас овал лица не как у Анджелины, брови, нос – все другое! Тронешь одно – повалится остальное, ведь вы нарушаете пропорции.

О ВОСПИТАНИИ ВКУСА

Как сделать, чтобы ребенок вырос с правильным восприятием красоты? Тут все достаточно понятно – девочка смотрит на маму: как она выглядит, какие книги читает, какие фильмы смотрит. Как говорит нейропсихолог Татьяна Черниговская, мозг – это живое существо, а не мусорное ведро. Все, что туда попало, там и останется. Выставки, лекции, кино – все это формирует наше эстетическое воспитание. Важно слушать умных людей, например Черниговскую, Андрея Курпатова, Дмитрия Быкова.

О СТРЕССЕ

Моему организму не свойственно уставать. Помню, когда работала на съемках клипов, могла с утра зайти в ангар и выйти через сутки. На улице светло, и ты не понимаешь, какой сегодня день... И, только ложась спать, осознаешь – да, сил нет. Но вообще усталость происходит от суеты, она съедает столько энергии! Как говорил Карлсон, спокойствие, и только спокойствие. Если обстановка на съемке накалена, я отпускаю ситуацию, даю стабилизироваться. Считаю до 10. Вдох. Выдох. И все налаживается!

«Мозг – ЭТО ЖИВОЕ СУЩЕСТВО, А НЕ МУСОРНОЕ ВЕДРО. Все, что туда попало, там и останется. ВЫСТАВКИ, ЛЕКЦИИ, КИНО – все это формирует наше ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ»

СЕКРЕТ УСПЕХА

НА ЭТИХ СТРАНИЦАХ – ПОБЕДИТЕЛИ НАШИХ КОНКУРСОВ «ЛУЧШИЙ ПРОДАВЕЦ» И «МАГАЗИН С САМЫМ ЛУЧШИМ СЕРВИСОМ». СПЕЦИАЛЬНО ДЛЯ НАШЕГО НОВОГОДНЕГО НОМЕРА МЫ РАССПРОСИЛИ ПРОДАВЦОВ-КОНСУЛЬТАНТОВ О САМЫХ ЯРКИХ СОБЫТИЯХ ЗА 2019 ГОД.



**Диана Варданыан,
Подольск**

**С Л'Этуаль: почти
2 года**

Важный этап моей профессиональной деятельности – работа в Л'Этуаль. А когда меня выбрали лучшим продавцом, это стало самым ярким событием в моей карьере! Непередаваемые эмоции, радость и счастье!



**Елена Боляк,
Москва**

С Л'Этуаль: 1 год

В канун праздников один покупатель, кроме подарков для родных и близких, выбрал в прикассовой зоне мыло ручной работы и попросил подарить его следующему покупателю в связи с праздниками. Это было так мило!



**Екатерина Булаева,
Москва**

С Л'Этуаль: 8 лет

Самый яркий момент – прекрасная поездка в Париж. Ведь миллионы мечтают попасть в этот романтический уголок Земли, а моя мечта осуществилась! Спасибо любимой компании Л'Этуаль!



**Диана Джабраилова,
Ставрополь**

**С Л'Этуаль: почти
1 год**

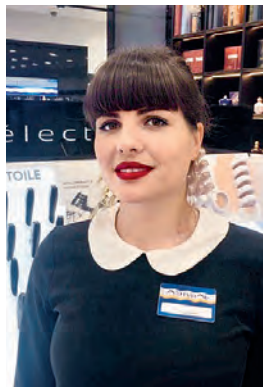
Работая в компании Л'Этуаль, я знакомлюсь с разными интересными людьми, узнаю много нового из мира красоты – это и есть самые яркие моменты. Жду поездки в Париж, чтобы расширить кругозор!



**Венера Зелинская,
Хабаровск**

С Л'Этуаль: 7 лет

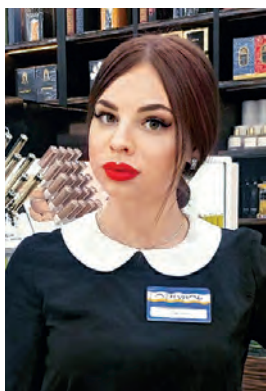
Работа в нашей компании приносит мне огромную радость! И один из самых запоминающихся моментов – поездка в Париж, которая оставила неизгладимое впечатление и море ярких эмоций. Л'Этуаль исполнил мою мечту детства!



**Галина Мищук,
Владивосток**

С Л'Этуаль: около года

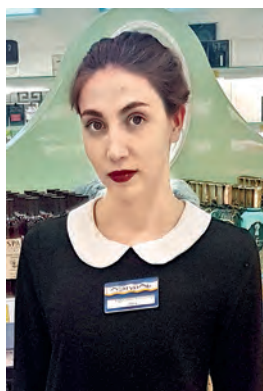
Работать в Л'Этуаль – честь и удовольствие: твой труд и способности не останутся незамеченными. Я не так давно работаю в компании, но знаю, что всегда могу получить обратную связь от руководства. Это ценно.



**Алина Цацур,
Владивосток**

С Л'Этуаль: более 1,5 лет

В Л'Этуаль у меня появилось много постоянных и любимых клиентов. В преддверии моего дня рождения одна из таких покупательниц сделала мне небольшой подарок. Это было неожиданно и очень приятно!



**Яна Сахабиева,
Казань**

С Л'Этуаль: 3,5 года

Одно из самых ярких событий в этом году – конкурс для сотрудников Л'Этуаль от Trussardi: мы соревновались с другими городами. В такие моменты, как никогда, ощущаешь командный дух! Спасибо Л'Этуаль и моим коллегам!



**Оксана Кулидобри,
Красногорск**

С Л'Этуаль: 2,5 года

Самые интересные события происходят в моей карьере. Я приобретаю новые навыки, добиваюсь поставленных целей и горжусь своей работой! Л'Этуаль дает прекрасную возможность самореализовываться и двигаться дальше.

Запишись
на собеседование
по телефонам:
+7 (495) 937 0729
+7 (916) 690 7365
Или присылай резюме:
personal@alkor.co.ru

Присоединяйся
к команде
профессионалов
Л'ЭТУАЛЬ!

ЛУЧШИЙ МАГАЗИН

ПРЕДСТАВЛЯЕМ ДИРЕКТОРОВ ЛУЧШИХ МАГАЗИНОВ Л'ЭТУАЛЬ. НА ЭТОТ РАЗ МЫ РЕШИЛИ ПОГОВОРИТЬ ОБ ИНТЕРЕСНЫХ И ЯРКИХ СОБЫТИЯХ, КОТОРЫЕ ПРОИЗОШЛИ В ЖИЗНИ НАШИХ ГЕРОИНЬ В 2019 ГОДУ.



Тамара Деркач, директор магазина, Владивосток, ул. Светланская, 29, ТЦ «Центральный»

С Л'Этуаль: более 5 лет

За время моей работы в компании было много незабываемых моментов, но, безусловно, самым главным событием для меня стала первая поездка в Париж – путеше-

ствие, которое подарило впечатления на всю жизнь. В этот город влюбляешься с первого взгляда – фантастические виды, завораживающая архитектура. Здесь хочется

запечатлеть на фото каждый уголок или просто ходить и мечтать. И конечно, незабываемая атмосфера конференции Л'Этуаль! Море вдохновения и положительных эмоций! Знакомства с коллегами со всей страны, обмен опытом, подарки и потоки важной информации. Я очень ценю то, что все это – неотъемлемая часть моей профессиональной жизни уже четыре года подряд.



Татьяна Рубина, директор магазина, Якутск, ул. Ярославского, 12/1, ТЦ «СахаЭкспоЦентр»

С Л'Этуаль: более 16 лет

Каждый день работы в компании Л'Этуаль насыщенный и неповторимый. Ставишь цель – добиваешься! Чем не яркий момент? Так, например, через 14 лет после появления первого Л'Этуаль в городе в этом году открылся флагманский магазин нового формата.





Светлана Бутим, директор магазина, Норильск, ул. Строителей, 12, ТЦ «Галактика»

С Л'Этуаль: 7 лет

Когда я пришла в Л'Этуаль, в компании проводилось много конкурсов для сотрудников с такими призами, как поездки в Мексику и на Мальдивы. Я решила проявить себя и задалась целью выиграть следующий конкурс – на кону была поездка в Италию! Задача передо мной

стояла не из простых – в нашем коллективе много профессиональных консультантов. Конечно же, были ссоры и недомолвки, но сейчас все вспоминается с улыбкой. Хочется сказать коллегам спасибо за то, что сделали меня сильнее, – это позволило мне выиграть конкурс!

За годы работы в Л'Этуаль у меня появилось много постоянных клиентов. Радостно видеть их счастливыми от покупки, слышать слова благодарности и – самое главное – встречать их снова и снова в своем магазине. Помню очень интересный случай: в наш магазин пришел приятный и доброжелательный мужчина и попросил меня помочь с покупкой: выбрать 15 самых лучших женских ароматов на мой вкус. План продаж на этот день у меня был выполнен всего за 15 минут! Желаю всем таких легких

и обаятельных клиентов. А если говорить о ярких впечатлениях, то это, безусловно, «Апрельские семинары» Л'Этуаль в Москве. Приятно осознавать, в какой большой и мощной компании я работаю.



Вихарева Ольга, директор магазина, Красноярск, ул. Белинского, 8, ТЦ «КомсоМолл»

С Л'Этуаль: 8 лет



ПРОВЕРЕНО

УХОД



Collistar, двухфазный концентрат для коррекции фигуры – это четыре вида водорослей (выводят жидкость) и пептиды (повышают тонус).



Start, Eisenberg, мусс для умывания качественно очищает проблемную кожу и – бинго! – не пересушивает ее.



Lipocils Liner, Talika, подводка рисует идеальную черную стрелку и ухаживает за ресницами, стимулируя их рост.

ПОДВОДКА, УСИЛИВАЮЩАЯ РОСТ РЕСНИЦ, СУПЕРКОНЦЕНТРАТ ДЛЯ ИДЕАЛЬНОГО ТЕЛА И КОНСИЛЕР ДЛЯ МАСКИРОВКИ ТАТУИРОВОК – МЫ НЕ МОЖЕМ МОЛЧАТЬ ОБ ЭТИХ И ДРУГИХ НЕОБЫЧНЫХ НОВИНКАХ.



МАКИЯЖ



Jeffree Star Cosmetics, консилер, способный перекрыть даже татуировки! (Что уж говорить о прыщиках и темных кругах.)



Gel Sculpt Silhouette, Illamasqua, скульптурирующий стик – находка для новичков: гелевая формула дает полупрозрачный цвет и легко растушевывается.



ArtClass Artistry C Curl Lash, Too Cool For School, подкручивающая тушь обеспечивает выразительный изгиб – точь-в-точь как у кукол из детства.

ВОЛОСЫ



The Only One, Dolce & Gabbana, дымка для волос оставляет на них ненавязчивый аромат фиалок и кофе.

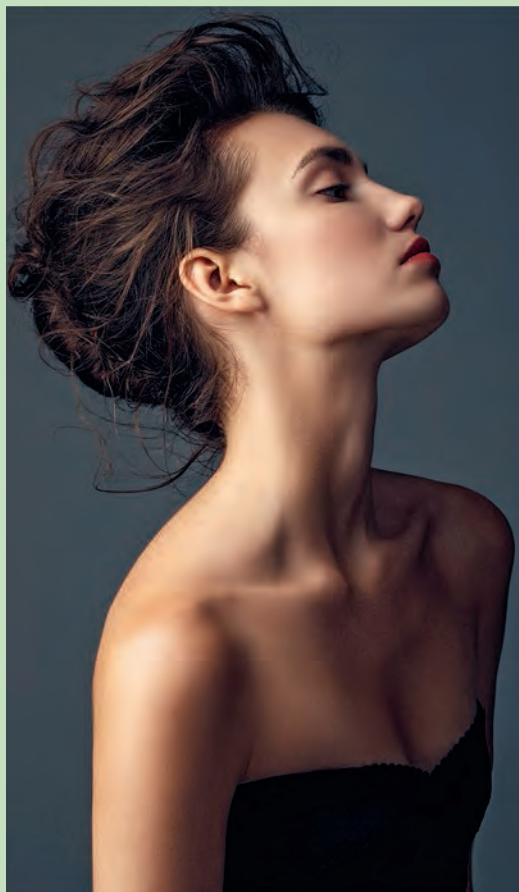


Permanent Haircolor, Graceful, швейцарская органическая краска оттенка 4.0 Brown придаст волосам благородный холодный коричневый цвет – тренд сезона.



Oil of Morocco, Marc Anthony, лак-спрей фиксирует волосы, возвращает им объем, а также блеск – за счет масел в составе.

**ОСТАЕМСЯ ЗИМОВАТЬ КРАСИВО:
ЭТИ АРОМАТЫ ПОДЗАРЯДЯТ ЭНЕРГИЕЙ,
А НОВИНКИ ДЛЯ ВОЛОС СОХРАНЯТ ИХ БЛЕСК
И МЯГКОСТЬ ДО ВЕСНЫ В ЛУЧШЕМ ВИДЕ.**



АРОМАТЫ



Forte Et Tendre, Voila du Joli, и аромат, и витаминный коктейль. В составе: лимон, персик, мускус, ваниль.



Ange ou Démon le Secret Limited Edition, Givenchy, символ женской непредсказуемости: нежная кислинка в начале уступает место томному жасмину.



Y Live Eau De Toilette Intense, YSL, для рискованных парней. Они оценят яркий апельсиновый фреш с нотами какао (как уже сделал лицо новинки Адам Левин).

ПАРФЮМЕРИЯ И КОСМЕТИКА

Сеть Л'Этуаль
тел.: 8 (800) 200-23-45;
Л'Этуаль онлайн-журнал
www.lettoile.ru;
интернет-магазин Л'Этуаль
www.letu.ru;
официальный аккаунт
сети Л'Этуаль в Instagram
@lettoile_official

ОДЕЖДА
И АКСЕССУАРЫ

12storeez
Москва, ул. Рочдельская, 15,
стр. 11а

Akhmadullina Dreams
aizel.ru

Aquazzura
aizel.ru

Avgvst
Москва, М. Козихинский пер.,
8/18

A.W.A.K.E. Mode
aizel.ru

Bershka
Москва, ТЦ «Европейский»,
пл. Киевского Вокзала, 2

Calzedonia
Москва, ул. Тверская, 6

Dolce & Gabbana
Москва, ЦУМ, ул. Петровка, 2

Emporio Armani
Москва, ГУМ, Красная пл., 3

Exclaim
Москва, ул. Трехгорный Вал, 10

Fiore di Firenze
poisondrop.ru

Furla
Москва, ЦУМ, ул. Петровка, 2

Gucci
Москва, ЦУМ, ул. Петровка, 2

Jimmy Choo
aizel.ru

Lichi
Москва, ТРЦ «Метрополис»,
Ленинградское ш., 16а

Lokoto
@lokoto.moscow

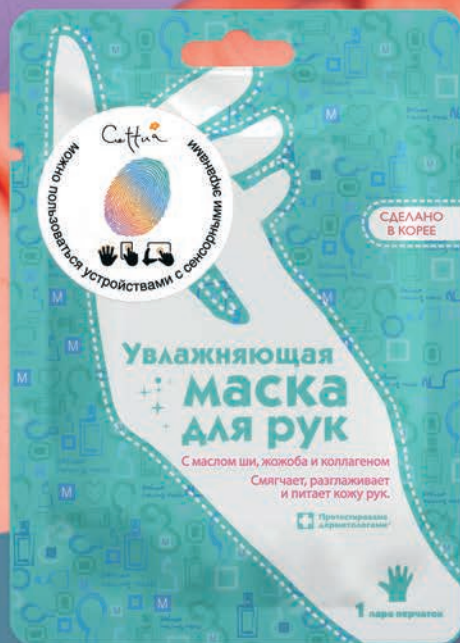
Mango
Москва, ТК «Охотный Ряд»,
Манежная пл., 1, стр. 2

Manolo Blahnik
aizel.ru

Marc Jacobs
aizel.ru



Всегда онлайн в маске для рук Сеттуа



ФОРМУЛА НОВОГО ПОКОЛЕНИЯ
(Без парабенов и красителей)

* сделано в Корее

** при использовании маски можно пользоваться устройствами с сенсорными экранами

 @cettua_russia

АДРЕСА

Massimo Dutti

Москва, ТЦ «Европейский»,
пл. Киевского Вокзала, 3

Maurizio Mori

poisondrop.ru

Max Mara

Москва, ГУМ, Красная пл., 3

Maya Kotelnitskaya

poisondrop.ru

Mellow

Москва, 1-я Брестская, 62

Miu Miu

aizel.ru

N1 Jewelry

@n1_jewelry

Natia&Lako

poisondrop.ru

No One

Москва, ул. Тверская, 12

Off-white

aizel.ru

Prada

Москва, ЦУМ, ул. Петровка, 2

Sandro

aizel.ru

Satinbirds

@satin.birds

Sorelle

aizel.ru

Sunlight

Москва, ул. Кировоград-
ская, 13а

Tegin Fashion House

Москва, Винзавод, 4-й Сыро-
мятничный пер., 1/8

Valentino Garavani

aizel.ru

Ulyana Sergeenko

aizel.ru

Voire

poisondrop.ru

Wandler

aizel.ru

Weddy Vichi

Москва, Столешников пер., 11

Zara

Москва, ТРК «Атриум»,
ул. Земляной Вал, 33

Zimmermann

aizel.ru

«Меха Екатерина»

Москва, ул. Б. Дмитровка, 7/5

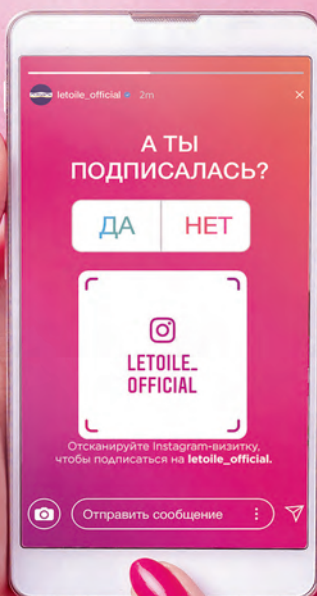
«Эконика»

lamoda.ru

ПОДПИШИСЬ ИЛИ НЕ УЗНАЕШЬ!

 **LETOILE_OFFICIAL**

- новинки
- конкурсы
- подарки
- мастер-классы
- скидки



N°5

L'EAU



CHANEL.COM | МАТРИЦАК ПЕРФЮМАЖ | ИНТЕРВЮ

CHANEL