

ТОП100 ПЕРСОН РОССИИ

УСПЕШНЫХ И ИЗЫСКАННЫХ

№1 ВЕСНА 2026

Лицо с обложки

Екатерина
Демидова

Коммуникативное агентство

Вера
Роскошь

Роскошь вопреки голосу

Дмитрий
Могилевцев

Генео - сервис сохраняющий
память семей

Александра
Достовалова

Люкс вне бюджета

Оксана
Ковальчук

Обучение - лучшая инвестиция

Кирилл
Черемных

Безграничные
возможности

Топ 100 персон России



Вера Роскошь

Мастер биоэнергорегуляции. Певица. Член ФДКИ.

Россия, Екатеринбург
Фотограф: Екатерина Корешкова
Тел.: +7 908 639 58 81
VK: id201077799



Топ 100 персон России

На этой стороне

Слово редактора

1. Наталья Бекленищева

Лицо с обложки

2 Екатерина Демидова
Коммуникативное агентство.

Медицина

3. Вера Роскошь
Никогда, никогда, никогда не сдаваться!

Семейные ценности

5. Дмитрий Могилевцев
Как сохранить семейные фотографии и истории для будущих поколений.

Путешествия

9. Александра Достовалова
Ваш персональный гид в мир эксклюзивных путешествий.

Производство

11. ADELEIDE
История которая вдохновляет.

Психология

13. Мария Седлецкая
Балет, погоны и психология - как три страсти построили одну жизнь.

Косметология

15. Оксана Ковальчук
Качественное обучение у практикующих экспертов - лучшая инвестиция!

17. Вера Донская
Синергия методов - залог стойкого и естественного результата.

19. Анжелика Борозняк
Врач который верит в целостность и гармонию.

Спорт

21. Каролина Черных
Путь к успеху и главный секрет гармонии.

Красота

23. Елена Десятникова
Умение быстро находить эффективные решения в своей деятельности.

Шоу-бизнес

26. Наталья Лунегова и Есения Кривошеева
Превращение семьи в творческий дуэт.

31. Кирилл Черемных
Главное - безграничность человеческих возможностей.

Мода и стиль

33. Светлана Душенко
Подиум - окрыляет.

Фоторепортаж

35. Сергей Борг
Психолог & Таролог.

Топ 100 персон России Magazine

Редакция:

Ольга Бекленищева
Дарья Се

Издатель:

Главный редактор
Наталья Бекленищева

По вопросам публикаций:

beknat@yandex.ru

Тираж 1000 экземпляров
Дата выхода тиража 6.03.2026 N1
Отпечатано типография «Дрим Принт», г. Тюмень
Свидетельство на товарный знак N П02231.

Слово редактора

Дорогие друзья!

Вы держите в руках не просто первый номер нового глянцевого издания. Для меня это событие — логичное и прекрасное продолжение большого пути, который мы прошли вместе с вами.

На протяжении нескольких лет наша премия «Топ-100 успешных и изысканных персон России» открывала имена тех, кто сегодня формирует лицо страны. Мы привыкли чувствовать лучших на грандиозных церемониях, но пришло время, чтобы истории этих людей, экспер-

тов и профессионалов своего дела, зажили не только на сцене, но и на страницах глянца.

Очень радостно осознавать, что список выдающихся современников растёт, и теперь наша летопись обретает материальную форму. В этот Год Красной Огненной Лошади (по восточному календарю — прим. ред.) мы ворвались в медиапространство с новым рывком, чтобы рассказывать о тех, кто вносит неоценимый вклад в развитие бизнеса, культуры, меценатства и, конечно, красоты. Этот журнал, как и наша премия, чувствует лучших из лучших — тех, чья энергия и талант двигают Россию вперёд.

Год обещает быть ярким на события. Мы начинаем наше празднование с восточных рубежей: 7 июня во Владивостоке состоится пятый, юбилейный проект Топ 100 успешных и изысканных персон Дальнего Востока. Этот город — морские ворота России, символ мощи, свежести и новых горизонтов. Я хочу лично пригласить всех, кто чувствует в себе ритм Тихого океана и амбиции большого города, присоединиться к нам. Владивосток ждёт свой бомад, чтобы заявить о себе на всю страну!

А 28 июня мы встретимся в самом сердце столицы, в Москве, чтобы подвести итоги и по традиции зажечь новые звёзды на бизнес-олимпиаде. Бизнес-премия «Топ-100 успешных и изысканных персон России» — это не просто статуэтка. Это знак качества, признание профессионального сообщества и подтверждение статуса элиты.

Я поздравляю вас с дебютным номером! Пусть этот год подарит нам всем вдохновение, смелые проекты и уверенность в завтрашнем дне. Читайте, вдохновляйтесь, становитесь героями наших страниц. Мы создаём историю вместе.

**С уважением и верой в ваш успех,
Главный редактор Наталья Бекленищева**



Коммуникативное агентство под руководством Екатерины Демидовой

10 летний опыт организации и проведения федеральных и региональных мероприятий в 12 городах России и Крыма.

Разработка и реализация уникальных партнёрских и клиентских коллабораций.

Реальные кейсы коммуникационных, рекламных и маркетинговых мероприятий.

Издательство, авторские фестивали и ледовые шоу.

Поддержка стартап проектов.

demidovamedia.ru



Вера Роскошь

Мастер биоэнергорегуляции. Певица. Член ФДКИ.



«Никогда, никогда, никогда не сдаваться!».

Наша героиня живёт в Екатеринбурге и внешне подобна настоящей королеве: статная, с царственной осанкой, умным и пронизательным взглядом. При этом её характер сочетает озорство, смелость, невероятную харизму и обаяние.

Проработав на руководящих должностях 45 лет на благо Родины (19 из них — на государственной службе), Вера Витальевна кардинально изменила свой жизненный путь.

Она прислушалась к себе и силе своего рода, чтобы посвятить время новой миссии.

Вера — яркий пример того, как целеустремлённость и внутренний стержень ведут к новым победам и открытиям в любом возрасте.

Звания и достижения:

- Член Федерации деятелей культуры и искусства (г. Москва).
- Главная Гранд-Мама города Екатеринбурга и Свердловской области (2021).
- Лауреат премии "Женщина года": Номинация "Шоу-бизнес", статуэтка "Золотой ангел", 2022 г.;
- "Мисс шикарный голос", 2023 г.; "Роскошная женщина", 2024 г.
- Вице-мисс конкурса "Женщина Z" и "Мисс Великолепие", 2025 г.
- Амбассадор Всероссийского конкурса "Северная Красавица", 2025 г.
- Амбассадор Премии "ТОП-100 Успешных и изысканных персон УрФО, 2025 г.
- Лауреат премии "ТОП-100 Самых красивых женщин УрФО", (2022, 2023, 2024 г.г.)
- Лауреат премии "ТОП-100 Самых красивых женщин России, 2023 г.
- Лауреат Всероссийской премии "Женщина года" в г. Екатеринбурге в номинации "Достояние России" вновь получила статуэтку "Золотой ангел", 2025 г.
- Лауреат Всероссийской премии "Мама года" в г.Екатеринбурге, в номинации "Мама-Легенда" вручена Корона, 2025 г.
- Лучший мастер Биоэнергорегуляции УрФО, 2025 г

Новый путь:

Здоровье и Творчество.

Имея фармацевтическое и биологическое образование, более 7 лет назад, Вера Роскошь освоила метод Биоэнергорегуляции, нормализовала собственное здоровье и теперь помогает другим восстанавливать, сохранять и приумножать его. Она приглашает на личные встречи всех желающих, кто стремится к здоровью и красоте!

Одним из главных своих достижений Вера считает выход в полуфинал "Шоу-Голос 60+" на Первом канале, где она с успехом выступила дважды. Затем, по приглашению наставника, народного артиста России Александра Малинина, она исполнила свои композиции на сцене КЗ "Космос" в г.Екатеринбурге.

Обретя известность, Вера выступала в г. Москва в Центральном Доме учёных, в «Яровит Холле», а также на международных площадках:

в Китае (г. Санья) перед аудиторией в 1200 человек и в Узбекистане, где получила Диплом Лауреата I степени Фестиваля -Конкурса "Music City Samarkand 2025 г."

Общественная деятельность и память о сыне.

35 лет своей жизни Вера посвятила рабочему посёлку Гари, где стала настоящей национальной героиней после эфира на Первом канале. Она — активный участник Всероссийской Женской Гвардии Укрепления Тыла, награждена Знаком отличия, оказывает благотворительную помощь Добровольческому движению "Надёжный тыл" в р.п.Гари и общественной патриотической организации "СВОи Герои. СВОи Уралыцы" в г.Екатеринбурге, которая проводит выставки портретов героев, исполняет там патриотические песни.

Сейчас Вера Витальевна пишет книгу о своём сыне, Владиславе Голубеве, который ушёл добровольцем и героически погиб на СВО, защищая Родину, и за свой подвиг был награждён Орденом Мужества. Посмертно.

Личность и увлечения.

Вера Роскошь — красавица, отличница, спортсменка, замечательный руководитель, а сейчас ещё певица, бизнес-леди и уверенная в себе женщина, покоряющая новые вершины.

Она — прекрасная мать двоих детей. Вера увлекается цветоводством, моделингом, любит путешествовать (посетила Катар, АОЭ, Китай, Финляндию, Бурятию, Москву, Санкт-Петербург и т.д).

"Мне всё интересно, я учусь всю жизнь.



Я очень люблю жизнь, не смотря на все её испытания и уроки!

Я очень люблю петь, ведь пение и есть моя настоящая жизнь, т.к. пою я с раннего детства!

Я люблю людей, люблю дарить им радость!

Я люблю детей, а детям люблю дарить счастье!

И очень надеюсь, что моя Любовь взаимна!"- говорит она.

Вера Роскошь полностью оправдывает свою фамилию, доставшуюся ей от предков из Беларуси. Она шаг за шагом, смело идя навстречу судьбе, заслуживает того, чтобы о ней сняли фильм. Краткая история её жизни уже вошла в книгу Фомина А.И. "Герои, которые рядом".

Россия, Екатеринбург

Фотограф: Екатерина Корешкова

Тел.: +7 908 630 58 81

VK: id201077799



Дмитрий Могилевцев

- Дмитрий, «Генео» начинался с простого, но очень важного вопроса: как сохранить семейные фотографии и истории для будущих поколений. А что стало личным триггером? Была ли какая-то конкретная ситуация в вашей семье, которая подтолкнула к созданию такого сервиса?

- Всё началось с идеи создать свое семейное древо и повесить его на стену как картину. Но потом мы задумались: а как мы будем его расширять, когда найдем больше данных? Как хранить информацию о предках? А если фотографий станет много и мы все захотим иметь к ним доступ? Тогда и возникла идея сделать древо не статичной картиной, а приложением или сайтом, куда можно добавлять неограниченное количество «узлов» и которое всегда будет под рукой. Сама мысль была у меня давно, но создать свой сервис меня подтолкнула супруга. Она оказала огромную поддержку в создании сайта и является одним из главных его тестировщиков.



- Вы IT-предприниматель, муж и отец двух дочерей. Как эти роли повлияли на концепцию «Генео»? Можно ли сказать, что вы создавали продукт в первую очередь для себя и своей семьи?

- Да, в первую очередь я создавал «Генео» для своей семьи и себя. Но это не эгоистичный подход, а скорее подход «первого пользователя». Как отец, я думал о передаче информации о наших корнях детям. Как муж — о сохранении наследия семьи. А как IT-специалист — об удобстве, безопасности и масштабируемости.

- «Генео» позиционируется как российская IT-разработка, которая помогает семьям по всему миру. Расскажите, как вам удаётся сочетать локальные особенности (например, менталитет, семейные традиции) с универсальностью продукта для пользователей из разных стран?

- Согласен, семейные традиции в разных странах отличаются, но основные вопросы у всех людей одинаковы: кто мы, откуда, кем были наши предки. Это не зависит от страны. Что касается технической стороны, то интерфейс у нас мультиязычный — сейчас есть поддержка русского и английского языков.

- Какие ключевые возможности сервиса вы считаете самыми востребованными? На чём сделали основной акцент: на удобстве загрузки, систематизации, создании генеалогических древ или на сторителлинге (возможности писать семейные истории)?

- Самый большой акцент мы сделали на удобстве и простоте создания новых родственных связей. Добавить нового человека или связать его с существующим можно буквально за пару кликов. Второй важный акцент — это визуализация дерева. У нас есть два режима. Первый позволяет увидеть все связи со всеми родственниками, а это могут быть тысячи узлов. Когда один человек добавляет своих родственников, все участники дерева видят эти изменения. Второй вид — показывает только прямые связи: от ребенка к родителям и выше. Это классический, привычный нам вариант дерева, в котором удобно проследить, до ка-

кого колена есть информация о предках.

- Сервис помогает не только хранить фото, но и восстанавливать родословную? Если да, то как это работает и насколько глубоко?

- Да, сервис помогает выстраивать родословную, но важно понимать: «Генео» — это не государственный архив. Это инструмент для систематизации уже известных данных, объединения информации от разных родственников и постепенного расширения дерева. Как я уже говорил, все члены семьи участвуют в создании дерева и видят изменения, когда другие добавляют новые связи. Также сервис ищет совпадения с другими зарегистрированными пользователями. Если вы не знакомы, но у вас есть общий предок, система пришлет обеим сторонам уведомление об этом, после чего вы сможете объединить ваши ветви в единое большое дерево.

- Для кого в первую очередь создан «Генео»? Это сервис для старшего поколения, которое хочет передать память, или для молодых родителей, которые задумываются о будущем своих детей?

- На практике можно выделить два ядра аудитории. Это старшее поколение, которое хочет передать историю, и молодые родители, которые задумались о передаче наследия своим детям. Если судить по текущей аудитории, то в большинстве своем это люди от 30 до 40 лет — как и мы, своего рода «мост» между поколениями.

- Дмитрий, что стало личным триггером для создания «Генео»?

- Всё началось с идеи создать семейное дерево и повесить на стену. Но мы задумались: как его расширять, когда найдем больше данных? Как хранить информацию, если фотографий станет много? Тогда и решили сделать не картину, а приложение с неограниченным количеством узлов. Мысль была давно, но создать сервис меня подтолкнула супруга — она главный тестировщик.

- Вы IT-предприниматель, муж и отец. Эти роли повлияли на концепцию?

7 Топ 100 персон России

- Да, я создавал «Генео» для своей семьи как первый пользователь. Как отец — думал о передаче корней детям. Как муж — о сохранении наследия. Как IT-специалист — об удобстве и безопасности.

- Как сочетаете российскую специфику с универсальностью для других стран?

- Основные вопросы у всех одинаковы: кто мы и откуда. Это не зависит от страны. Интерфейс мультиязычный — есть русский и английский.

- На чём сделали главный акцент в функционале?

- На удобстве создания родственных связей — добавить человека можно за пару кликов. И на визуализации: есть два режима. Первый показывает все связи (тысячи узлов), где все родственники видят изменения. Второй — классическое древо только по прямой линии.

- Сервис помогает восстанавливать родословную или только хранить данные?

- «Генео» — инструмент для систематизации известных данных и объединения информации от родственников. Также ищем совпадения с другими пользователями: если нашелся общий предок, система предлагает объединить ветви в единое древо.

- Кто ваша основная аудитория?

- На практике это два ядра: старшее поколение (хочет передать историю) и молодые родители (думают о наследии детям). Но ядро — люди 30–40 лет, мост между поколениями.

- Самая трогательная история, связанная с сервисом?

- Больше всего трогает реакция поколений. Когда бабушка супруги удивилась, как много у неё родственников. А детям нравится интерактивное древо — играя, они изучают корни и уже знают, кем были прапрадеды.

- Как добиваетесь, чтобы и бабушка, и внук легко пользовались платформой?

- Делаем интерфейс минималистичным и интуитивным. Чтобы не требовал обучения: бабушки добавляют фото, дети смотрят связи.

- Интерес к генеалогии в России растёт?

- Да, особенно в периоды нестабильности, когда люди ищут опору в истории семьи. Мы участвуем через цифровизацию архивов и упрощение входа в тему.

- Ваши дочери пользуются «Генео»?

- Да. Старшая заходит посмотреть, кто появился в древе. Младшая любит фотографии и интерактив. Хочу, чтобы они знали свои корни и чувствовали связь поколений. Если однажды скажут: «Папа, хорошо, что ты это сделал» — значит, всё не зря.



support@geneo.pf



NB
Natalia Beklenicheva



**ВЕДУЩАЯ ПРЕМИИ
АННА КАЛАШНИКОВА**

**ТОП 100 УСПЕШНЫХ И ИЗЫСКАННЫХ
ПЕРСОН РОССИИ 2026**

**МОСКВА
28 ИЮНЯ**

Прием заявок
ТГ @Top100RF



Александра Достовалова

Ваш персональный гид в мир эксклюзивных путешествий.

«Люкс — это когда про тебя помнят в любой точке мира».

- Александра, расскажите, чем путешествие 2026 года будет кардинально отличаться от отдыха в прошлом? Какие новые запросы вы видите у туристов сегодня?

- Последние несколько лет были отмечены беспрецедентной нестабильностью в мире: пандемия, геополитические события и об-

щая неопределенность заставили многих поставить свои путешествия на паузу. Люди чувствовали себя скованными, откладывая мечты и планы. Однако сегодня мы наблюдаем кардинальное изменение настроений. Туристы, наконец, снова начинают активно путешествовать, и это не просто желание сменить обстановку. Современный человек настолько сильно устает и выгорает от повседневности, информационной перегрузки и стресса, что единственное спасение и выход — это полноценный, осмысленный отдых, смена обстановки и новые впечатления.

В 2026 году путешествия будут отличаться глубоким стремлением к переосмыслению. Запрос на «просто поваляться на пляже» остается, но к нему добавилось сильное желание получить нечто большее: эмоциональную перезагрузку, новые знания, уникальный опыт.

- Вы называете себя «Новатором туристических трендов». Какие тренды в туризме вы создаете или внедряете первыми? Можете раскрыть один из «секретных» трендов, который будет актуален в 2026 году?

- Я бы сказала, что мой подход отличается от традиционного «создания трендов», когда агентства пытаются подтолкнуть туристов к самым модным или популярным направлениям и отелям. Моя философия — это скорее персонализация мечты. Я не стремлюсь подгонять людей под тренды. Вместо этого я помогаю исполнять именно ваши уникальные мечты и пожелания относительно отдыха, находя для этого нетривиальные, но идеально подходящие решения. Моя задача — услышать клиента, понять его глубинное желание и найти то путешествие, которое станет для него идеальным, даже если оно пока не «в тренде».



- На рынке много турагентств. Что конкретно позволяет вам называть себя «Проводником», а не просто продавцом туров?

- Вы абсолютно правы, продавцов туров сейчас огромное количество, и просто купить путевку можно даже на маркетплейсах. Но именно здесь и кроется ключевое отличие «продавца» от «проводника». Маркетплейсы и агрегаторы не предложат вам индивидуальный подбор, исходя из ваших уникальных пожеланий и предпочтений. Молодые и неопытные специалисты, равно как и безличные онлайн-платформы, не обладают той огромной насмотренностью отелей, многолетним опытом личных путешествий и десятилетием работы в сфере туризма, которые есть у меня. Я лично была на инспекциях более 1500 отелей по всему миру, и эта глубокая экспертиза позволяет мне точно понимать, какой вариант идеально подойдет именно вам.

Но самое главное, что отличает «проводника», проявляется в кризисных ситуациях. В случае форс-мажоров — задержек или отмены рейсов, закрытий направлений, овербукинга в отелях — туристы, бронирующие через агрегаторы, будут часами пытаться дозвониться по горячей линии, сталкиваясь с безразличием. Я же оперативно нахожу выход из любых ситуаций, предлагая альтернативные варианты, всегда действуя в пользу туриста. Моя роль — быть вашим личным адвокатом и гарантом спокойствия на протяжении всего путешествия, от момента выбора до благополучного возвращения домой.

- Что для вас входит в понятие «люкс» в туризме? Это только пятизвездочные отели или что-то большее (впечатления, сервис, безопасность)?

- Для меня понятие «люкс» в туризме гораздо шире, чем просто пятизвездочные отели. Самое важное — это индивидуальный подход к каждому туристу. Я сравниваю работу профессионального турагента с работой врача. Сначала я тщательно собираю и анализирую все ваши пожелания, предпочтения, бюджет и даже ваше текущее эмоциональное состояние. И только исходя из этой всесторонней «диагностики» я «выписываю рецепт» — предлагаю тур, который идеально подойдет именно этому конкретному туристу.



WhatsApp: +7 932 321 01 81
Inst/VK/TT: @amoretravell
Сайт: amoretravel.ru



ADELEIDE

История, которая вдохновляет.

Появление компании ADELEIDE — это сказка про Золушку, потому что началось всё достаточно скромно. В 1998 году в Тамбове была создана небольшая производственная линия. Первая продукция — кремы по советским рецептурам: «Детский», «Золушка», «Силиконовый крем» и другие.

Сейчас в продуктовом портфеле компании сотни наименований, косметика бренда ADELEIDE представлена на всех маркетплейсах и может конкурировать с мировыми лидерами косметического производства.

Но вернёмся к истории. Созданная в конце 90-х, в начале нулевых компания накапливала опыт и активно налаживала контакты на рынке сырья, упаковки и производственных технологий. В этот период началось сотрудниче-

ство с иностранной фирмой Cognis. Она одной из первых стала поставлять в Россию инновационные ингредиенты для косметической сферы.

— На их основе мы разработали наш бестселлер — крем Fleur d'Orange для чувствительной кожи. Он получил положительный отклик от покупателей и положил начало разработке наших собственных уникальных продуктов, — рассказал генеральный директор компании Александр Александров.

Для изучения компонентов и новейших рецептур технологи ADELEIDE проходили обучение во Франции и Германии. Это позволило компании выйти на качественно новый уровень — расширился ассортимент, появились специализированные продукты с новыми компонентами, которые на российском



рынке ещё не использовались. Например, компания была одной из первых, кто создал серию средств с мочевиной фармакопейного качества. Эта линейка долгое время оставалась бестселлером на рынке.

— Среди наиболее известных продуктов ADELEIDE — линейка для увлажнения кожи UREA. Она построена вокруг одного компонента — мочевины фармакопейного качества. Это естественная составляющая кожи, которая позволяет поддерживать эпидермис увлажнённым, а при увеличении концентрации компонента оказывает кератолитический эффект, — рассказала директор по развитию компании Наталия Александрова.

Почему же косметика ADELEIDE долгое время оставалась в тени, и несмо-



тря на высокое качество, собственную лабораторию и производство, не получила всероссийской известности? Начиная с 20-х годов, основная часть работы была сосредоточена на контрактном производстве, то есть создании продуктов для других брендов. Среди заказчиков компании множество известных марок. Но не все афишируют тот факт, что продукты они производят под заказ, поэтому перечислять названия нет возможности. Можем только обозначить, что компания уже много лет создаёт косметические продукты для сети «ВкусВилл».

— У нас работают одни из лучших специалистов. В нашей лаборатории разрабатывали уходовую косметику для кожи и волос под разные запросы потребителей. Благодаря этому мы досконально изучили рынок компонентов и упаковки и создали базу рабочих формул, — рассказал генеральный директор компании Александр Александров.



Обратимся к цифрам: технологами компании создано более 300 наименований косметики под заказ и более 400 действующих рецептур.

Быть сильным игроком на косметическом рынке 27 лет — это сложная задача. И компания смогла достойно пройти этот путь, как бы пафосно это ни звучало, благодаря своим ценностям. Это высокие стандарты качества, безопасность и эффективность формул.

— ADELEIDE — не просто бренд, это история о том, как, совмещая традиции и инновации, команда первоклассных специалистов создаёт продукты, которыми действительно можно гордиться, — подчеркнула директор по развитию компании Наталия Александрова.

С историей Золушки компанию ADELEIDE объединяет и то, что благодаря многолетнему и добросовестному труду их продукты оценивают по достоинству. Бренд не делает масштабной всероссийской рекламы, и несмотря на это, его уходовые средства выбирают тысячи российских женщин. Сейчас косметику ADELEIDE можно найти на всех маркетплейсах.



ADELEIDE

Мария Седлецкая

Психолог, модель, организатор регионального этапа Всероссийского проекта «Мисс и Миссис Великая Русь. Тюмень».

«Балет, погоны и психология — как три страсти построили одну жизнь».

Наша героиня — сибирячка с характером. Мария Седлецкая из Тюмени, города, где морозы закаляют не хуже армейской службы, мечтала быть балериной, служила в полиции, а теперь помогает женщинам обретать уверенность на сцене и в жизни. Психолог, экс-сотрудник МВД и организатор регионального этапа Всероссийского проекта «Мисс и Миссис Великая Русь» в Тюмени — о том, как превратить детские «хочу» во взрослые достижения и почему неуверенность — это всего лишь привычка.

Мечты как компас

Детские мечты редко сбываются буквально. Но, как показывает опыт Марии Седлецкой, они всегда сбываются метафорически, становясь каркасом судьбы. В ее случае три совершенно разных образа — балерины, военного и модели — не боролись за первенство, а объединились.

«В детстве я хотела несовместимого, — признается Мария. — Но именно это определило мою жизнь». Любовь к сцене и дисциплине она пронесла через 15 лет службы в органах внутренних дел (где дослужилась до капитана юстиции), а страсть к моделингу трансформировала в организацию конкурсов красоты в родной Тюмени.

Красота как трансформация

Идея возглавить региональный этап проекта «Великая Русь» в Тюмени возникла спонтанно. Мария ехала на всероссийский финал как обычная участница, по приглашению основательницы проекта Ксении Чурсиной. «Я ехала за новыми ощущениями, а не за короной. Но "королевские каникулы" переросли в партнерство и дружбу», — вспоминает она.



Сегодня Мария видит конкурс не как смотр внешности, а как пространство глубокой личностной трансформации. Это школа для женщин от 5 до 65 лет (а с недавних пор — и для мужчин в номинации «Мистер»), где через психологию, хореографию и актерское мастерство участницы заново открывают себя.

«За 10 лет проект вырос в философию счастливой женщины. Мы показываем, что быть мамой — это блестяще. Это не про отказ от себя, а про умение совмещать заботу о семье с постоянным совершенствованием», — объясняет Мария. И добавляет с улыбкой: «В Сибири это особенно ценится — наши женщины умеют и дома тепло сохранить, и себя в форме держать, даже в лютый мороз».

Инструментарий души

Имея за плечами несколько дипломов — от классического педагога-психолога до европейского МВА по психологии, — Мария рассматривает знания как набор профессиональных инструментов для решения разных задач. Работа с бессознательным через метафору (мак-терапия) помогает при травмах, а бизнес-образование позволяет решать проблемы выгорания в компаниях.

Но главная проверка этих инструментов произошла задолго до получения дипломов. 15 лет в полиции дали ей опыт, который не купишь на курсах: работа с людьми в состоянии острого горя, агрессии и ступора. «Там нет права на отсрочку. Нужно находить слова, даже когда кажется, что их нет. Это научило меня главному — помогать здесь и сейчас».

Формула преодоления

Психология в жизни Марии — это не теория, а практический двигатель мечты. Она помогает превращать абстрактное «хочу» в пошаговый маршрут. А на вопрос, как побороть неуверенность, у нее есть жесткий, но действенный ответ:



«Неуверенность — это просто привычка. Не надо ждать, пока она пройдет. Признайте страх, но действуйте. Помните о своих прошлых победах — это ваш фундамент, ваша опора. Уверенность приходит только во время действия. Сделайте шаг — и земля появится у вас под ногами».

P.S. Фотографии для этого материала сделаны в Тюмени — городе контрастов, где сибирская зима лишь подчеркивает внутренний свет нашей героини. Ведь настоящая красота, как и характер, не боится мороза.

Россия,
Тюмень



Оксана Ковальчук

Основатель международной школы косметологов.

«Качественное обучение у практикующих экспертов - лучшая инвестиция!».

— Оксана, расскажите, как вы пришли в профессию тренера по контурной пластике? Что вас мотивирует?

— Всё началось с трёх лет активной практики косметологом. Я углублялась в работу, оттачивала техники, и постепенно коллеги начали ко мне обращаться. В личные сообщения приходили вопросы, просьбы: «Оксан, покажи, как ты это делаешь?» Многие признавались, что прошли не один десяток курсов, но того самого удовлетворения от работы, уверенности в результате — не было. Их запрос и стал ключевым импульсом. Я поняла, что могу дать то, чего не хватает на рынке.

А мотивация... Она очень живая и конкретная. Я обожаю делиться знаниями и безмерно горжусь успехами учениц. Для меня это не абстракция. Я вижу, как девочки растут в профессии, открывают свои студии и клиники, выходят на совершенно новый финансовый и экспертный уровень: покупают квартиры, машины, обеспечивают семьи. Это драйвер для движения вперёд

— В чём главные отличия между обучением новичков и опытных косметологов?

— Обучить новичков зачастую проще. У них чистый лист, нет устоявшихся шаблонов. Ты ставишь руку — и они сразу начинают работать в современной парадигме.

Специалистов с большим опытом переучить сложнее. Главная сложность — в голове. Там уже есть своя картина мира, сопротивление новым методикам. Приходится мягко ломать стереотипы, доказывая эффективность других подходов на практике. Когда они «переключаются» — это бесценно.

— Как строится ваш авторский курс? Теория, практика?



— **Фундамент** — максимальная практикоориентированность. Минимум сухой теории. И очень много практики: за курс каждая ученица работает более чем на 25 моделях, проходя все зоны лица. Детально разбираем все протоколы, алгоритмы неотложной помощи и реальные клинические случаи — как успешные, так и сложные.

— **Как и какие препараты вы подбираете для обучения?**

— Критически важно. Мы работаем на эксклюзивных препаратах. Я всегда в поиске инноваций по всему миру, и мы завозим продукты, которых часто ещё нет в России. Ученицы получают к ним доступ и сразу выигрывают в конкурентной борьбе — предлагают то, чего нет у соседей.

— **Как вы помогаете развивать вкус и чувство меры?**

— Обучение не заканчивается. Мои ученицы попадают в наше большое профессиональное сообщество. Постоянные разборы работ в чатах, обратная связь по каждому случаю, вебинары по анализу эстетики лица. Мы учим видеть гармоничный образ, а не отдельные черты. Формируем насмотренность на красивые, естественные результаты.

— **Почему вы рекомендуете обучаться именно у вас? Что ученицы получают?**

— Комплекс уникальных преимуществ. Во-первых, такого объема практики на живых моделях вы больше нигде не найдёте. Во-вторых, это школа и пожизненное сопровождение. Выпускницы сразу могут работать, потому что в любой момент могут задать вопрос в общем чате — это безопасность и уверенность. В-третьих, доступ к эксклюзивным препаратам. Итог — прекрасные результаты у пациентов, минимум осложнений, огромное доверие и поток клиентов. Мы выпускаем востребованных и успешных профессионалов.

— **Каким вы видите будущее контурной пластики через 5-10 лет?**

— Мы видим тренд на возвращение к натуральности. Мода на гипертрофированные формы уходит. Запрос сместился к виртуозной, но деликатной гармонизации — чтобы лицо



выглядело отдохнувшим, но сохраняло индивидуальность. Через 5 лет это усилится. Будет цениться ювелирная работа, глубокое понимание анатомии и биомеханики старения.

— **Какие советы вы дадите тем, кто хочет начать карьеру или повысить квалификацию?**

— Три совета. Первый: не жалейте финансов на образование. Качественное обучение у практикующих экспертов — лучшая инвестиция. Второй: всегда быть в тренде. Индустрия не стоит на месте, нужно постоянно учиться. И третий, самый важный: смело заявлять о себе и любить свою профессию всем сердцем. Мы работаем с людьми, с их самооощущением. Подарить человеку красоту и уверенность — ни с чем не сравнимое чувство. Без этой любви — не стоит и начинать.

KOVALCHUK
Cosmetology



Вера Донская

Дипломированный Косметолог с медицинским образованием. Эксперт по контурной пластике лица.

«Синергия методов — залог стойкого и естественного результата».

— Вера, расскажите о себе и вашем пути в профессию. Почему косметология?

— Мой выбор профессии был абсолютно осознанным. Меня всегда увлекала глубокая связь между здоровьем кожи и уверенностью человека в себе. Косметология привлекла меня возможностью сочетать науку и творчество. Для меня каждый клиент — это уникальная задача, где одинаково важны фундаментальные знания анатомии и тонкое чувство эстетики.

— Как вы определяете гармонию лица? Это просто борьба с возрастом или создание индивидуального «кода красоты»?

— Для меня гармонизация — это точно не работа с возрастом как с цифрой. Это восстановление баланса пропорций, объемов и светотени. Возраст — лишь один из факторов, нарушающих изначальную архитектуру лица. Моя цель — вернуть эту гармонию, опираясь на индивидуальные особенности пациента.

Гармония — это когда лицо выглядит свежим и отдохнувшим, но остается абсолютно своим. Индивидуальный «код красоты» как раз в этой узнаваемости. Он складывается из анатомии, естественных объемов и личных пожеланий.

— Какой у вас алгоритм анализа лица? На что смотрите в первую очередь?

— Мой анализ строится на трех этапах, чтобы избежать шаблонов.



1. Визуальная оценка. Смотрю на общие пропорции, симметрию, черты. Важно видеть лицо в динамике, в живой мимике.

2. Структурный анализ. Изучаю возрастные изменения тканей: качество кожи, объемы, тонус мышц, глубину заломов.

3. Определение вектора. Синтезирую информацию. Определяю, какие зоны требуют коррекции в первую очередь, чтобы получить максимальный эффект свежести при минимальном вмешательстве. Главное — подчеркнуть индивидуальность.

— Как подбираете филлеры для разных зон? И что такое биоармирование?

— Подбор филлера — ювелирная работа. Учитывается всё: зона коррекции, анатомия, возраст, качество кожи и цели пациента. Для объема — более плотные филлеры, для мелких морщин — мягкие и эластичные.

Биоармирование — одна из ключевых стратегий. Здесь филлер работает не на объем, а на создание внутреннего каркаса. Его вводят по особой технике, формируя сеть, которая поддерживает ткани. Это стимулирует выработку собственного коллагена, глубоко увлажняет и восстанавливает структуру кожи.

— Какие зоны в контурной пластике требуют особого мастерства?

— Все зоны важны, но некоторые — особенно деликатны:

· Периорбитальная область (вокруг глаз): работа с носослезной бороздой требует точности, чтобы убрать тень усталости, не создав отечности.

· Срединная часть лица (носогубные складки, скулы): коррекция здесь дает мгновенный эффект омоложения.

· Губы и зона вокруг рта: важно сохранить естественную форму и подвижность.

· Подбородок и шея: ключевые зоны для восстановления четкого овала и гармоничного профиля.

— Часто ли сочетаете контурную пластику с другими процедурами?

— Постоянно. Синергия методов — залог стойкого и естественного результата. Отлично работает сочетание с:

· Аппаратными методиками: они подтягивают ткань, а филлеры восстанавливают объем.



· Ботулинотерапией: расслабляя мимические мышцы, мы продлеваем эффект филлеров в активных зонах.

· Биоревитализацией: такие процедуры улучшают качество кожи, создавая идеальную основу для контурной работы.

— Какие у вас планы на будущее в профессии?

— Моя главная цель — сместить фокус с коррекции возрастных изменений на их профилактику. Хочу делать больший акцент на методиках, которые не просто «заполняют», а улучшают качество кожи, стимулируя ее естественное обновление. Это означает комбинацию инъекционных техник с коллаген-стимулирующими препаратами и аппаратными процедурами.

В перспективе — разработка авторских программ для пациентов 25-35 лет, которые хотят не исправлять, а грамотно и заранее сохранять свою молодость.

Россия, Воронеж
Тел.: +7 980 544 02 91



Анжелика Борозняк

Главврач неотложной помощи.

«Врач, который верит в целостность и гармонию».

— Анжелика, здравствуйте! Ваша профессиональная жизнь очень многогранна. С чего бы вы предложили начать знакомство с вами?

— Здравствуйте! Я думаю, с самого главного: я — врач. И это не просто профессия, это мой способ взаимодействия с миром. Я руковожу отделением неотложной помощи в одной из крупных больниц Екатеринбурга. Это место, где ежедневно решаются вопросы жизни и здоровья, где я вижу последствия невнимания к себе. И именно этот опыт сформировал моё глубинное убеждение: истинная медицина будущего — это интеграция. Интеграция экстренной помощи и профилактики, классических протоколов и персонального подхода, физического здоровья и душевного равновесия.

— Что вы вкладываете в понятие «интегративная медицина», которое вы развиваете?

— Это философия целостного взгляда на человека. Мой врачебный опыт, около 20 лет, показывает: чтобы помочь человеку по-настоящему, недостаточно купировать острый приступ. Нужно понять, что к нему привело в образе жизни, в мышлении, в отношении к себе. Поэтому я не только заведу отделением, но и организую встречи по ароматерапии, выступаю как спикер от компании «Культура здоровья» из Москвы. Я убеждена, что культура здорового образа жизни и осознание своей ценности — это не мода, а необходимость. Это основа для жизни совершенно другого качества, где нет места выгоранию и хроническим болезням.

— Параллельно с серьёзной медицинской работой вы — тренер йоги для женщин. Как эти роли сочетаются?

— Идеально! Курс «Йога-Woman» — это логичное продолжение моей миссии. В отделении я вижу женщин, доведённых до предела стрессом, потерявших связь с телом. Как врач, я понимаю физиологию стресса, а как тренер — даю ин-



струменты для управления им. Через дыхательные практики, асаны, работу с вниманием мы возвращаем состояние гармонии, усиливаем жизненную силу, стрессоустойчивость. Это и есть реальная профилактика — укрепление ресурса, из которого женщина черпает силы для карьеры, материнства, отношений. Это касается и сферы фертильности, и сексуальности — всё это неразрывные части женского здоровья.

— В вашей биографии есть и конференции в разных городах, и творчество, и увлечения. Что питает вашу энергию?

— Безусловно, моя семья. У меня три замечательных сына — это моя гордость и глубокая школа жизни. Старший — юрист, увлекается психологией. Средний — студент-программист с прекрасным голосом, воспитанный в хоре филармонии. Младший — чемпион России по велоспорту. Мы очень близки, любим пересматривать альбомы, мечтать вместе. Они научили меня балансу и принятию.

А для души у меня есть живопись. В 2022 году я открыла в себе художницу — начала рисовать маслом, осваивать пастель и акварель. Особенно люблю портреты: начав с карандашных набросков, теперь пишу их и маслом. Это медитация, в которой я нахожу огромную силу и удовлетворение.

— А как вы восстанавливаете силы? Есть ли у вас свои ритуалы?

— Моя главная «подзарядка» — природа. В лесу я наполняюсь силой земли, у деревьев нахожу покой. А море — это отдельная любовь. Если есть возможность, я обязательно плаваю ранним утром, когда на берегу никого нет. Или практикую цигун и тайцзи-цюань, вдыхая свежий морской воздух. Эти моменты уединения и единения со стихиями — основа моего внутреннего баланса.

— Какой главный посыл вы хотели бы донести до людей, которые будут читать это интервью?

— Что здоровье — это не отсутствие болезней, а состояние целостности и гармонии. Это энергия, которая позволяет реализовывать мечты, быть любящей матерью, страстной женщиной, успешным профессионалом. Нельзя откладывать заботу о себе «на потом». Начинать нужно сегодня — с глубокого вдоха,



с осознанного выбора, с шага навстречу себе. Я, как врач и проводник в мир здоровья, верю: каждый может кардинально улучшить качество своей жизни, взяв ответственность за своё состояние в свои руки. И я готова делиться знаниями и инструментами, чтобы этот путь был осознанным и радостным.

— Анжелика, а в личном плане у вас есть мечта или цель, которой вы сейчас движетесь?

— Я осознаю своё женское предназначение во всей его полноте — и как мать, и как специалист, и как творческая личность. Конечно, в сердце живёт мечта о реализации своего женского начала в партнёрстве, вместе с достойным, сильным и любящим мужчиной. О счастливой семейной жизни, наполненной взаимопониманием и поддержкой. Я верю, что гармония внутри притягивает гармонию извне. Я знаю, мой мужчина, моя вторая половинка уже где-то рядом, движется навстречу мне. И в этом, как и во всём, я стремлюсь к целостности.

Тел.: +7 902 278 28 28

Почта: 89022782828@mail.ru



Красота без границ

Каролина Черных — мировая рекордсменка, мультиспортсменка, общественный деятель и титулованная красавица. В интервью нашему журналу она рассказала о пути к успеху, спортивных достижениях, творческих проектах и главном секрете гармонии.



— Каролина, о тебе много информации в интернете, сюжеты выходили не только на первых каналах России, но и по всему миру. Ты прославилась как мультиспортсменка и самая титулованная мировая рекордсменка. Как удалось достичь таких результатов?

— Думаю, все дело в том, что мы живем в удивительном мире, полном бесконечных возможностей. Я ничего не планировала специально — моя жизнь похожа на путь чудесных трансформаций через желания и стремления души к материализации. И это не про сказку, а про истинную красоту и возможности человека-творца.

Я очень благодарна родителям: они открыли для меня разные грани мира, всегда проявляли чуткость и безграничную любовь. Через опыт, принимая устройство мира, я научилась доверять себе, заявлять о себе и просто быть собой.

Рекорды никогда не были самоцелью. Они стали спутниками спорта, счастливой случайностью, возможностью изучать свои границы и способности, плодами трудолюбия и перфекционизма. Отсюда и 227 мировых и национальных рекордов, и разнообразие видов спорта, в которых я достигла успеха.

— Меня восхищают твои достижения! Быть первой ракеткой России в теннисе, 12-кратной чемпионкой мира и мастером спорта международного класса по семи дисциплинам силовых видов спорта — это фантастический результат. И я знаю, что для тебя это только часть деятельности. Ты активно ведешь общественную работу в качестве лидера всероссийского «Движения Первых» и медиапроекта «Герой нового времени. Молодежь о важном», имеешь награды за журналистику. Почему решила этим заняться?

— Все просто: «слава, которая идет впереди героя», принесла предложения быть социально полезной. Я с радостью приняла их, став амбассадором нескольких всероссийских проектов. Мне важно жить в здоровом и разумном окружении, и я активно формирую как ближайшее окружение, так и социум в целом — подаю пример здорового и активного образа жизни.

Со СМИ я начала сотрудничать еще 10 лет назад: сначала как герой телепередач и статей (их вышло больше сотни), а потом уже как журналист и модель глянца.

— Очень интересно узнать о творческой стороне жизни. Я знаю о твоём бренде спортивной одежды KARO и победах в конкурсах красоты. Расскажи подробнее.

— Бренд KARO родился из личного желания носить красивую, яркую, неординарную и удобную спортивную одежду. Большую часть времени я тренировалась и выступала в своей одежде, поэтому смоделировала и выпустила три коллекции: для тенниса, гольфа и силовых видов спорта. Как модельер участвовала с ними в нескольких российских показах моды.

Что касается глянца, первое предложение стать лицом обложки поступило в 14 лет. Тогда же пришли первая победа и первый титул «Модель года 2022». Портфолио быстро пополнялось новыми работами с российскими и зарубежными журналами. Только за 2024 год вышло более 50 публикаций: обложки, фэшн-и бьюти-работы. Хочу поблагодарить мою прекрасную команду, которая пятый год помогает создавать образы для глянца и конкурсов.

Для меня участие в конкурсах моделинга, талантов и красоты — скорее вызов, чем вдохновение. Но в силу характера я все делаю на максимальном уровне качества и максимально естественно. Думаю, поэтому у меня семь побед и десять титулов всероссийского и международного уровней:

- Grand Prix Best International Model 2023;
- Гран-при «Очарование России» 2023;
- «Мисс Талант России» 2023;
- Гран-при «Краса России» 2024;
- Miss World Fashion Magazine 2024;
- Grand Prix Miss Russian Star 2024;
- Ambassador Best International Model 2025;
- Гран-при «Супермодель России» 2025.



— Я знаю, что ты против стандартизации красоты. Почему это для тебя важно?

— Да, я против «одинаковых» лиц и тел. Красота не имеет границ, потому что это абсолютно субъективное явление, на которое накладывается наше личное восприятие. Убедена: красота заложена в индивидуальности каждого человека.

Она проявляется в гармонично развитой личности, где все сочетается со здоровьем. Здоровое тело, ум и душа дают в итоге то, что для меня и есть настоящая красота.

Россия, Екатеринбург



Елена Десятникова

Специалист в области реконструкции волос, основатель и руководитель студии Елена Десятникова Кератин|Ботокс.

«Умение быстро реагировать на возникающие сложности и находить эффективные решения».

- Елена, расскажите как вы пришли к вашей деятельности?

- Мой путь в бьюти-сфере начался 15 лет назад, когда я получила квалификацию парикмахера с повышенным разрядом с красным дипломом и продолжила обучение на технолога парикмахерского искусства. Однако судьба распорядилась иначе, и моя профессиональная жизнь увела меня далеко от ножниц и красок — я попробовала себя в банковской сфере, торговле и даже стала успешным рекрутером. Сейчас помимо реконструкции работаю супервайзером крупной розничной сети зоомагазинов, под моим руководством более 150 сотрудников.

Несмотря на профессиональный рост вне индустрии красоты, тяга к эстетике осталась. Решила посвятить себя собственному делу, и я выбрала направление реконструкции волос, меня поддержал муж, и я вдохновленная взялась за дело.

- Ваш путь уникален: от мастера-специалиста до руководителя собственной студии. Как опыт супервайзера в другой сфере помогает вам сегодня управлять студией красоты? Какие навыки оказались универсальными?

- Мой путь действительно уникален. Опыт работы супервайзером в иной области оказал значительное влияние на мое сегодняшнее управление студией красоты.

Данный опыт позволил мне сформировать целостное видение управления бизнесом, развить лидерские качества и научиться эффективно решать задачи, стоящие перед руководителем студии красоты. Умение быстро реагировать на возникающие сложности и находить эффективные решения. Это особенно важно в условиях высокой конкуренции и постоянно меняющихся потребностей рынка.

- Вы стояли у истоков популяризации кератина и ботокса в Тюмени. Как, на ваш взгляд, изменились запросы клиентов и уровень их осведомленности за эти годы? Стало ли вам как эксперту работать сложнее или, наоборот, интереснее?

- Запросы клиентов стали глубже и осознаннее, уровень осведомленности заметно вырос. Работа эксперта теперь требует большего профессионализма и креативности, что делает её одновременно сложнее и увлекательнее.

- Вы говорите о создании «эталонных результатов». Как вы сами определяете этот эталон в уходе за волосами? Это техническое совершенство, эмоции клиента или что-то третье?

- Эталонный результат — это гармония технического мастерства и эмоционального удовлетворения клиента. Когда волосы выглядят идеально, а клиент счастлив и вдохновлен своим отражением в зеркале.

- В ваших компетенциях есть и «реконструкция структуры», и «разработка индивидуальных программ ухода». Как вы проводите грань между тем, что можно исправить процедурой в салоне, и тем, что требует системной домашней заботы? Как убеждаете клиентов в важности этого тандема?

- Моя задача как мастера — создать эффективную программу ухода, сочетающую салонные процедуры и домашний уход. Для этого важно понимать разницу между возможностями салона и домашними методами.

«Реконструкция структуры» в студии направлена на устранение повреждений и восстановление здоровья волос, путём профессиональных процедур, подбора специальных продуктов и технологий. Здесь мы используем профессиональные средства и оборудование.

Индивидуальная программа домашнего ухода дополняет салонные процедуры, поддерживая достигнутый результат и предотвращая повторное повреждение. Программа включает рекомендации по уходу, подбору средств, коррекции образа жизни и питания.

Чтобы убедить клиентов в значимости обоих аспектов, объясняю, что без регулярного домашнего ухода положительный эффект от процедур быстро исчезает. Привожу аналогии с фитнесом: занятия с тренером эффективны лишь тогда, когда подкрепляются регулярностью тренировок и правильным питанием вне зала. Так и с волосами: только систематический и сбалансированный подход позволяет достичь стабильного улучшения состояния волос и сохранить здоровье надолго.

- С каким самым сложным, нестандартным случаем повреждения волос вам приходилось работать? В чем была суть проблемы и как вы выстраивали стратегию восстановления?

- Самым нестандартным случаем было восстановление волос девушки, чьи волосы подверглись сильному химическому повреждению из-за неудачной окраски хной.

Её волосы были настолько сухими, ломкими и спутанными, что обычная стрижка была невозможна, а обычные восстанавливающие процедуры не дали бы результата.

Суть проблемы: Химическое повреждение хной вызвало сильное изменение структуры волоса, лишив его эластичности и влаги. Волосы потеряли способность удерживать влагу, быстро секлись и ломались даже при минимальном воздействии расчёски.

Стратегия восстановления: После тщательной диагностики состояния волос и кожи головы, было принято решение двухэтапной терапии:

- Первый этап состоял из серии лечебных масок с высоким содержанием аминокислот и масел, предназначенных для насыщения волос влагой и созданием защитного слоя.

- Вторым этапом восстановления стала моя новая процедура — каутеризация, которая стремительно набирает популярность на современном рынке реконструкции волос. Важно отметить, что далеко не каждый осведомлен о том, что процесс каутеризации включает три последовательных этапа и обязательно завершается нанесением специального фиксирующего спрея.



Для достижения наилучшего результата процедуру рекомендуется проводить курсами.

Через несколько месяцев регулярных процедур состояние волос существенно улучшилось: структура стала плотнее, пропала ломкость, вернулась мягкость и здоровый блеск.

Этот случай научил меня ценить терпеливость и настойчивость в работе с клиентами, особенно в сложных ситуациях.

- Как руководитель и действующий топ-мастер, вы лично продолжаете работать с клиентами? Как совмещаете эту работу с управленческими функциями и почему считаете это важным?

- Да, я продолжаю вести прием клиентов параллельно с управлением студией. Практика помогает оставаться в тонусе, поддерживать высокий профессиональный уровень и получать обратную связь от клиентов. Такое совмещение дает глубокое понимание текущих тенденций и реальных потребностей гостей студии, что положительно влияет на развитие бизнеса и внедрение новых методик.

- Какие новейшие технологии или подходы в реконструкции и уходе за волосами вас сейчас особенно впечатляют? Что планируете внедрить в ближайшем будущем?

- Сейчас меня особенно впечатляют технологии лазерной терапии. Лазеры нового поколения активизируют кровообращение в коже головы, способствуют росту волос и улучшению их структуры.

Что касается ближайших планов, это расширение спектра услуг, я действительно собираюсь добавить услуги завивки, буст-ап, выпрямления без утюга и наращивания волос. Планирую расширять штат сотрудников и увеличить площадь студии, чтобы предложить клиентам максимум комфорта и удобства. Эти нововведения позволят охватить большую аудиторию и обеспечить широкий выбор качественных процедур.

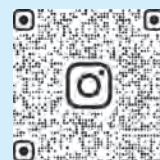
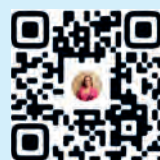
- Завершим философски. Когда клиент уходит от вас с идеальными, по вашим меркам, волосами — что вы чувствуете? Это чувство решенной задачи, творческой реализации или чего-то еще?

- Когда клиент покидает мой кабинет с идеальными волосами, я испытываю удовлетворение на двух уровнях. Во-первых, это радость от успешно выполненной профессиональной задачи — всё получилось именно так, как задумывалось. Но главное удовольствие приносит реакция самого клиента: улыбка, благодарность, восхищение результатом. Именно эта эмоция, отражённая в глазах человека, наполняет моё сердце гордостью и уверенностью, что моя работа имеет значение. Каждый счастливый клиент подтверждает смысл моей профессии и даёт силы продолжать творить красоту.



Тел: +7 992 301 32 51

Адрес студии: Россия, г. Тюмень
ул. Усиевича, дом 9, офис 11



ЛОШАДИНАЯ СИЛА®

НОВЫЙ ЗВЕЗДНЫЙ ШАМПУНЬ И БАЛЬЗАМ

ПОДАРИТЕ ВАШИМ ВОЛОСАМ РОСКОШНЫЙ ОБЪЕМ

| ОБЪЕМ У КОРНЕЙ

| ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПО ВСЕЙ ДЛИНЕ

| УНИКАЛЬНОЕ СОЧЕТАНИЕ ВИТАМИНОВ И АМИНОКИСЛОТ



ПОКУПАЙТЕ на официальном сайте HORSEFORCE.SHOP и маркетплейсах



Роскошь. Натуральность. Эффективность. www.horseforce.ru | Тираж: 100 000 экз. | Москва, Пресненская наб., д. 10, стр. 1, пом. 1, комн. 6

Она дала мне корни, а я подарила ей крылья

Как мама-преподаватель театрального института и дочь-певица превратили семью в творческий дуэт и заново открыли сцену друг для друга.



Наталья Лунегова Певица. Дипломант, лауреат международных конкурсов, экс-преподаватель театрального института. Есения Кривошеева Певица, исполнительница авторских песен, солистка Кавер Группы, артистка музыкального театра.

- Наталья, вы экс-преподаватель театрального института. Есения, вы певица и актриса. Вопрос, наверное, закономерный: мама привела дочь в профессию или дочь привела маму в современную музыку?

- Это не история о том, кто кого «привел». Это история о том, как два поколения учатся слышать друг друга — и в этом диалоге рождается нечто большее, чем просто музыка.

Было время, когда я осознанно решила, что больше не буду петь и выходить на сцену. Всю свою энергию, опыт и силы я направила в одно русло — в дочь. Но оказалось, что молчанием нельзя научить звуку. Отказом от сцены не передать магию выступления. Теорией не объяснить, как дрожит воздух перед первым аккордом и как свет софитов становится частью мелодии. Самая сильная поддержка — не в словах «ты сможешь», а в действии: «Смотри, как делаю я, — а теперь делай ты, но по-своему».

Фундамент, безусловно, заложен мной: слух, дисциплина, понимание того, что музыка — это труд и глубина. Я дала дочери корни, а она подарила мне крылья. Через её творчество я заново открыла для себя сцену. Не чтобы затмить, а чтобы осветить путь. А решение передать её в руки другого педагога стало тем мостом, где закончилось мое материнское влияние и начался её самостоятельный полёт.

Сейчас мы растем вместе, иногда меняемся ролями проводников, всегда прислушиваемся друг к другу. Я перестала быть только учите-

лем и стала соисполнителем в самой важной партии — в партии жизни. Мы не просто мать и дочь. Мы — два голоса в одном пространстве, два опыта на одной сцене. И это самый честный и красивый дуэт из всех возможных.

- Есения, когда твой главный педагог — мама, домашние задания, наверное, приобретают особый масштаб? Мама до сих пор дает «ценные указания» после твоих концертов?

- Это правда, масштаб сразу становится другим. С одной стороны, это огромное преимущество: рядом всегда человек, который не просто знает твои сильные и слабые стороны, но и искренне переживает за твой рост. Такой наставник не работает «по часам» — урок может продолжиться за ужином, в дороге или после концерта. Музыка становится не просто предметом, а частью повседневной жизни.

Что касается «ценных указаний» — конечно, они никуда не исчезли. Мама-педагог редко ограничивается словом «молодец». Разбор всегда детальный: где не хватило дыхания, где фразу можно было передать тоньше, а где сцена требовала большей свободы. Но в этом и есть забота — за критикой стоит желание видеть тебя на вершине возможностей.

Со временем к таким замечаниям начинаешь относиться спокойнее. Понимаешь, что это не придирки, а продолжение общей работы. И даже если иногда хочется услышать просто похвалу без анализа, в глубине души осознаешь: именно благодаря этой требовательности и поддержке формируется настоящий профессионализм.

- Наталья, что сподвигло вас вернуться на сцену из преподавания? И как бы вы назвали свой жанр? Есения — это современная сцена, каверы, авторская песня. Как вам удается совмещать такие разные вселенные? Это спор поколений или творческий симбиоз?

- Я всегда пела, но только оперу и оперетту. Я прошла полный академический путь: училище, консерватория по классу вокала. Эти годы стали фундаментом — школой дисциплины, техники и глубокого понимания музыки как искусства.

Сегодня я нашла себя в новом жанре, который назвала бы авторской песней с глубоким содержанием. Где искренность важнее формаль-

ности, а эмоциональная глубина — главный инструмент. Мой путь — это не смена направления, а расширение горизонтов, где классическая основа встречается с современным самовыражением.

И знаете, у нас с Есенией, не разные вселенные. У нас одна на двоих. Дочь — это мой центр, вокруг которого вращаются все остальные миры. Её успехи, переживания, рост — вот что наполняет смыслом всё остальное. Наш дуэт — это чистый творческий симбиоз. Когда-то я учила её держать ноты — теперь она открывает мне новые музыкальные горизонты. Когда-то я показывала, как стоять на сцене — теперь она вдохновляет меня своей уверенностью. В этом обмене ролями — вся красота материнства и творчества. Видеть, как твой ребенок не просто перенимает твое дело, но выводит его на новый уровень. Есения — это моя огромная гордость и бесконечная любовь.

- Как вы пишете стихи, где черпаете вдохновение? И кто пишет музыку? Вопрос обоим.

- Сейчас, Есения, сосредоточена на исполнении. Её график — это концентрация молодой артистки, готовящейся к важным этапам: 9 класс, экзамены, завершение художественной школы и параллельно учеба в музыкальной школе. Она выбирает авторские песни, которые для неё пишут, и вкладывает в них свою душу, характер и уникальное звучание.

В юности я писала стихи, но потом забросила. И снова, благодаря дочери, во мне проснулось желание творить. В аранжировках мне помогает замечательный профессионал, который подсказывает и направляет.

Наша семейная система — это четко выстроенная экосистема. Есения — исполнитель, сосредоточенный на вокале и сцене. Я — мама, помощник и главный критик. Но именно в этом балансе — залог роста. Критика без любви ранит, любовь без критики не развивает. Я стараюсь давать и то, и другое в нужной пропорции. Наша формула: талант плюс дисциплина, вдохновение плюс система, любовь плюс профессионализм.

- В творческих семьях часто нет разделения на работу и дом. О чем вы говорите за семейным ужином, когда не обсуждаете музыку, театр и премии?

- В нашей жизни музыка — это неотъемлемая часть, но не единственная. У меня есть другая работа, которая занимает много времени, и в этом контексте музыка для меня — не столько профессия, сколько состояние души. Это та настоящая жизнь, которая течет параллельно с буднями, вдохновляет и окрыляет.

Для Есении музыка — это будущая профессия. Не хобби, а осознанный выбор пути. Но мы с ней — не только мама и дочка. Мы — подруги, которые могут говорить обо всем, без страха быть непонятыми. Мы доверяем друг другу всё, нам всегда интересно вместе. Мы можем обсуждать всё на свете, и всегда друг друга поддерживаем. Я горжусь, что у меня такая дочь.

- Есения, ты перенимаешь у мамы секреты стиля? Бывает, что мама говорит: «Это платье не твое» или «Сегодня ты была великолепна»?

- Мама — мой главный ориентир в жизни. Она вдохновляет меня мудростью, добротой и любовью. Именно она стала моим первым учителем стиля. Я восхищаюсь её вкусом и элегантностью, и она щедро делится этим со мной.

Но в основном образы я выбираю сама, мама может лишь чуть-чуть подкорректировать. У нас не всегда совпадают мнения по поводу одежды, но это



касается скорее повседневных луков. В сценических образах важно выразить индивидуальность и настроение. А в жизни хочется свободы и экспериментов. Главное — чувствовать себя комфортно и уверенно.

И да, бывает, мама говорит: «Тебе это не идет». И я не обижаюсь! Ведь её советы, даже если кажутся строгими, исходят исключительно из любви и желания видеть меня красивой и счастливой.

- Наталья, каково это — воспитывать современную артистку? Что сложнее: научить брать высокие ноты или научить, не обращая внимания на хейтеров?

- Есения всегда была осознанным ребенком. С самого начала в ней была удивительная способность — не просто слышать, но и слушать, не просто видеть, но и замечать. Эта врожденная осознанность стала фундаментом наших отношений. Я не воспитывала её в традиционном смысле — с нотациями и запретами. Я просто подавала пример. Я воспитывала в ней не артистку, а прежде всего человека с чистым сердцем.

Что касается высоких нот — для этого есть педагог. Я давно не вмешиваюсь в вокал. Более того, теперь дочь помогает мне с вокальным материалом. Я — мама, советчик и поддержка, но не педагог. В этом разделении — залог здоровых отношений.

А хейтеры... это пройденный этап. Есения научилась не реагировать и быть выше этого. В этом умении — самая важная часть её взросления как артистки. Это эмоциональная зрелость и внутренняя уверенность, хотя она ещё ребенок.

- Поделитесь творческими планами. Где в 2026 году можно увидеть и услышать таких прекрасных артисток?

- 2026 год — это время творческого расширения. Качественный скачок в новое измерение. Сейчас у нас в работе несколько авторских песен и дуэтов.

Кроме того, я являюсь соорганизатором конкурсов красоты от Светланы Абакумовой: «МИРОВАЯ КОРОЛЕВА», «КОРОЛЕВА КАВКАЗА», «МИСС И МИССИС КОРОЛЕВА РОССИИ», которые проходят в Москве и Сочи. Я выступаю там как председатель жюри, артист и ведущая. Есения всегда участвует в них как приглашенная артистка.



Но всех секретов раскрывать не буду. Искусство должно удивлять, интриговать и манить. Мы не просто готовы к 2026 — мы его создаем. Каждой новой песней, каждым проектом. Приглашаем вас стать свидетелями и соучастниками этого творческого восхождения.

- Есения, последний вопрос. Кто твой звездный продюсер?

- Позвольте, я отвечу. На данный момент продюсером своей дочери являюсь я. Не по контракту, а по необходимости, обстоятельствам и материнскому долгу.

Но, если честно, мы очень хотели бы найти настоящего продюсера. Того, для кого это профессия, призвание и искусство. У кого есть связи и понимание законов шоу-бизнеса. Какой бы энергичной я ни была, у меня нет тех рычагов, которые есть у «звездных» продюсеров. Да и в Екатеринбурге с этим очень непросто.

Но я всегда готова быть рядом, поддерживать и следовать за ней. Дорогая моя девочка! Я желаю тебе, чтобы твоя заветная мечта сбылась. Я верю, что у тебя всё получится, потому что ты лучше меня, талантливее, красивее, и твой потенциал безграничен. А я всегда буду держать тебя за руку, подставлять плечо и любить, несмотря ни на что.

Россия, Екатеринбург
VK: id189851515



Кирилл Черемных

Певец, артист, автор-исполнитель.

Основатель Конкурса Талантов «Безграничные возможности».

«Главное - безграничность человеческих возможностей!».

— Кирилл, ты очень уникальный и талантливый человек, расскажи о себе, о своих заслугах, что привело тебя в творчество?

— Спасибо! Мой творческий путь начался очень рано — с 3,5 лет я участвовал в конкурсах: районных, городских, региональных. Это была отличная школа. А в 12 лет произошёл важный поворот — я написал свою первую песню. После этого был период, около 2,5-3 лет, когда я почти не выступал. Это время так называемой «мутации» голоса, которое я использовал для внутренней работы. Я полностью погрузился в процесс сочинения, открыл для себя новые грани в написании песен, стал глубже чувствовать музыку и текст. Сейчас я активно продолжаю свою творческую деятельность именно как автор и исполнитель, параллельно вернувшись к выступлениям на различных мероприятиях и конкурсах.

— Ты являешься создателем уникального проекта «Безграничные возможности». Расскажи о нём подробно? Что тебя сподвигло создать такой проект? Как справлялся с реализацией?

— Идея родилась из понимания простой, но важной вещи: в мире очень много людей с ограниченными возможностями здоровья, и у каждого из них есть талант, мечта, внутренний свет. Но зачастую им просто не хватает доступной площадки, чтобы этот талант проявить, чтобы их увидели и услышали. «Безграничные возможности» — это не просто конкурс. Это сообщество, фестиваль, где важна не победа, а сам факт участия, возможность выйти на сцену и заявить о себе. Главное — безграничность человеческих возможностей.

Что касается реализации, то я сразу понял: такой проект в одиночку не сделать. Мне повезло, что меня поддержали — нашлась команда единомышленников, которые поверили в идею. Так, шаг за шагом, от идеи мы пришли к первому, успешно состоявшемуся мероприятию.



— **Поделись, сложно ли быть организатором в таком юном возрасте? С какими сложностями при организации конкурса столкнулся?**

— Честно говоря, когда видишь горящие глаза участников, все бытовые сложности отходят на второй план. Но, конечно, ответственность огромная. Основная трудность на старте — это, пожалуй, логистика и привлечение внимания к проекту, чтобы о нём узнали именно те люди, для которых он создан. Нужно было продумать всё до мелочей: как сделать площадку по-настоящему доступной, как создать тёплую, поддерживающую атмосферу. Но, когда рядом профессиональная и увлечённая команда — все преодолимо. Каждый вносит свой вклад, и вместе мы справляемся.

— **С какой периодичностью проходит проект? Планируешь масштабирование, выход в другие города и регионы?**

— Пока мы решили проводить основной конкурс раз в год в городе Нижний Тагил. Это будет наша добрая традиция, ведь проект родился именно здесь. Предварительная дата следующего мероприятия в 2026 году — 15 апреля. Но сердце подсказывает, что на этом останавливаться нельзя. У проекта большая миссия, и он должен развиваться. Поэтому одно из главных творческих и организационных планов — масштабирование. Мы очень хотим выйти на уровень других городов и регионов.

— **Что получают участники твоего проекта?**

— Прежде всего — незабываемый опыт, сцену, аплодисменты и новую дружескую поддержку. А на материальном уровне — это, конечно, дипломы, кубки, памятные знаки и специальные призы от наших партнёров. Но главный приз, я уверен, — это ощущение своей значимости и веры в себя.

— **Что меняется в жизни участников после проекта?**

— Надеюсь, что для кого-то наш фестиваль становится тем самым «трамплином», который придаёт уверенности двигаться дальше. Кто-то, возможно, впервые поверил, что творческий путь для него реален. Кто-то нашёл новых друзей и наставников. Для многих это не финал, а яркое начало нового этапа.



— **Кто поддерживает и финансирует данный проект? Привлекаете спонсоров?**

— Конкурс прошёл благодаря поддержке местных общественных организаций, которые сразу поняли его социальную важность. Конечно, мы открыты для сотрудничества и привлекаем спонсоров — это необходимо для развития. Для нас важна любая помощь: финансовая, организационная, информационная.

— **Поделись своими творческими планами на 2026 год?**

— Планов много! Это, конечно, подготовка и проведение очередного фестиваля «Безграничные возможности» в Нижнем Тагиле. Также я активно работаю над новым музыкальным материалом. Одна из самых амбициозных и вдохновляющих целей — начать работу по расширению географии проекта и сделать всё возможное, чтобы провести конкурс в Москве.

VK: id871774813



БЕЗГРАНИЧНЫЕ
ВОЗМОЖНОСТИ



Светлана Душенко (Душа)

Топ-модель. Аккредитованная модель Топ 100 успешных и изысканных персон России.

«Когда я вышла на подиум, меня охватило непередаваемое чувство полёта и счастья».

- Светлана, расскажите как вы пришли в моделинг?

- Мой путь в моделинг начался с любви к творчеству и желания раскрывать себя через образы. Интересно, что детские мечты — стать и моделью, и учителем — в итоге переплелись.

Получив образование педагога и поработав в школе, я осознала, что мое истинное призвание лежит в сфере визуального искусства. Первые же фотосессии подарили мне чувство невероятного вдохновения и свободы самовыражения. Теперь я полностью погружена в этот мир, стремлюсь развиваться и покорять новые творческие вершины.»

- Каким был ваш первый выход на подиум, расскажите? В каких проектах участвовали?

- Мой первый выход на подиум произошёл на конкурсе «Мировая Королева». Это был совершенно незабываемый опыт, наполненный самыми позитивными эмоциями!



Когда я вышла на сцену, меня охватило непередаваемое чувство полёта и счастья. А осознание того, что ты стоишь на одной сцене с легендарным королём гламура, суперзвездой Сергеем Зверевым, вызвало приятные мурашки. Но самый трогательный момент ждал меня во время награждения, когда он сказал: «Вот настоящая топ-модель!». Эта оценка профессионала такого уровня — вдвойне приятна и, конечно, запомнится на всю жизнь.

Следующим значимым этапом стало участие в показе у талантливого дизайнера Марины Алмазовой. Мероприятие проходило с особым шиком — в особняке П. П. Смирнова в рамках Исторического бала. Это был уже совсем другой, но не менее вдохновляющий опыт погружения в мир высокой моды и истории...

И это, как говорится, только начало! Продолжение следует...

- Что по вашему мнению является самым сложным в работе модели сегодня?

- Самое сложное в работе модели это нестабильный график и высокая конкуренция.

- Какими качествами по-вашему должна обладать модель? Есть модели, которых вы ставите для себя в пример?

- На мой взгляд, настоящая модель должна быть прекрасна не только снаружи, но и, в первую очередь, внутри. Внешние данные — это данность, а вот профессиональные качества — это то, что делает из человека настоящую модель.

Ключевыми я считаю харизму (то самое внутреннее сияние, которое притягивает камеру), умение подать себя и образ, железную стрессоустойчивость (работа часто связана с большим напряжением и жёсткими дедлайнами) и абсолютную дисциплинированность.

Что касается примеров для вдохновения, то я не выделяю кого-то одного. Я убеждена, что у каждой по-настоящему успешной модели можно чему-то научиться: будь то безупречная техника дефиле, артистизм в съёмках или мудрое построение карьеры. Поэтому я просто смотрю, анализирую, вдохновляюсь и делаю свои выводы. Это помогает мне формировать собственный уникальный путь.»

- Что вы получаете от участия в показах? Рекомендуете моделинг другим женщинам?



- Участие в показах дарит мне, прежде всего, мощный заряд новых эмоций и уникальную возможность творческого самовыражения. Но помимо этого, есть и вполне практические аспекты: каждый показ — это вклад в развитие карьеры, повышение профессиональной репутации и узнаваемости. Это эффективный способ привлечь внимание индустрии, заслужить признание коллег и в итоге повысить свою «успешность».

Не менее ценно и живое общение — такие события позволяют обзавестись полезными связями, что в мире фэшн-индустрии играет огромную роль.

Рекомендую ли я моделинг другим? Безусловно, но с одной важной оговоркой: только тем, к кому это идёт от души. Мы все очень разные. Я глубоко убеждена, что женщина должна заниматься тем, что ей искренне нравится, и работать там, где ей психологически комфортно. Только в таком состоянии возможна по-настоящему успешная и счастливая самореализация.



ОБЕРЕГАЯ держу за РУКУ

www.sergeiborg.ru

ТАРОЛОГ & ПСИХОЛОГ

www.sergeiborg.ru



ТОП100 ПЕРСОН РОССИИ

УСПЕШНЫХ И ИЗЫСКАННЫХ

№1 ВЕСНА 2026

Лицо с обложки

**Галина
Балакина**

Анализ рынка
недвижимости 2026

**Оксана
Тимофеева**

Тайцзи и бизнес

Анна Гец
Школа 6614 - сериал
на реальных событиях

**Каролина
Черных**

Спорт. Красота.
Лидерство

**Саша
Краш**

Современная поэзия

Сергей Борг

Призываем
денежный успех



Оксана Тимофеева

Хранитель традиции боевого искусства тайцзицюань в 20-м поколении (первая женщина в России, удостоенная этого титула), ученица гранд-мастера династии Чэнь. Более 20 лет посвящает практике и преподаванию. Партнер международной корпорации Fohow.



Топ 100 персон России

На этой стороне

Лицо с обложки. Недвижимость

1. Галина Балакина

Анализ рынка недвижимости в 2026 году.

Медицина

5. Оксана Тимофеева

Тайцзицюань - дело всей моей жизни.

Косметология

7. Анжелика Самофалова

Умение предвидеть результат.

11. Виктория Донская

Не навреди! Безопасность и обоснованность каждого шага - основа моего подхода.

Мода и стиль

12. Наталья Максименко

Как выглядеть молодо и современно в деловом стиле.

Психология

13. Оксана Еина

О пути к само ценности и внутренней опоре.

15. Дарья Се

Как я стала трансформатором тревог

17. Светлана Шипицина

Я принимала роды, пока болезнь не приняла меня.

Поэзия

19. Саша Краш

Поэт чьи строки находят отклик в сердцах читателей.

Креативные индустрии

23. Анна Гец

Успешный проект - это баланс управления, ресурса и идеи.

Шоу-бизнес

27. Анастасия Войнова

Почему искренность важнее идеальных нот

29. Чингис Ли

В моём репертуаре так много песен про символы свободы и мечты.

Фоторепортаж - события

31 Дибров, Савин и делегация из Бурятии: как в Барвихе награждали «Топ 100 успешных и изысканных персон»

33. Имена России -

Топ 100 успешных и изысканных персон УрФО 2026.

Психология

35 Сергей Борг

Психолог & Таролог

Топ 100 персон России Magazine

Редакция:

Ольга Бекленищева
Дарья Се

Издатель:

Главный редактор
Наталья Бекленищева

По вопросам публикаций:

beknat@yandex.ru

Тираж 1000 экземпляров
Дата выхода тиража 6.03.2026 N1
Отпечатано типография «Дрим Принт», г. Тюмень
Свидетельство на товарный знак N П02231.

Галина Балакина

Дипломированный и сертифицированный ипотечный брокер. Действующий член Российской Гильдии Риэлторов.

«Анализ рынка недвижимости: что изменится в 2026 году?».

— Галина, добро пожаловать в редакцию. Вы человек с уникальным бэкграундом: многодетная мама, успешный риэлтор, ипотечный брокер и хоумстейджер. Расскажите нашим читателям, как все эти ипостаси уживаются в одной жизни?

— Здравствуйте. Спасибо за приглашение. Действительно, моя профессиональная жизнь — это симбиоз абсолютно разных, но взаимодополняющих ролей. Я счастливая мать троих детей, и, наверное, именно материнский инстинкт — желание обустроить надежный тыл — привел меня в недвижимость. Сегодня я являюсь действующим членом Российской Гильдии риэлторов, аттестованным агентом. Мой опыт позволяет входить в число лучших риэлторов по версии Домклик, а глубокая экспертиза в финансах — работать как дипломированный и сертифицированный ипотечный брокер.

Но недвижимость — это не только «коробки» и кредиты. Это эстетика и психология пространства. Я прошла обучение как хоумстейджер и состою в международном сообществе русскоязычных стейджеров StageLand. Видение прекрасного и умение преподнести объект оценили не только клиенты, но и профессиональное сообщество: я стала спикером Международного жилищного конгресса, профильных форумов и приглашенным экспертом СМИ. Отдельная гордость — признание за пределами профессиональной среды: я стала лауреатом премии «Топ 100 успешных и изысканных персон» как в УРФО, так и в России. Моя философия проста: риэлтор должен быть немного психологом, немного юристом, немного финансистом и немного художником.

— Как вы пришли в профессию и как за время вашей карьеры менялся рынок?

— Путь в профессию был не спланированной стратегией, а скорее волевым решением



судьбы. Развод заставил меня срочно решать базовый вопрос — где жить с детьми. В поисках крыши над головой я погрузилась в рынок с головой. В итоге я не только нашла и купила ту самую квартиру, но и обрела дело, от которого получаю колоссальное удовольствие уже 10 лет.

Рынок за это время лихорадило не раз. Локдаун стал мощнейшим катализатором: мы ушли в онлайн, и это стерло географические границы. Я освоила рынок недвижимости по всей РФ, проводила сделки с клиентами, которых ни разу не видела лично. Мобилизация 2022 года научила другому — мгновенной реакции и готовности к любому сценарию. Мы, риэлторы, стали не просто продавцами, а кризис-менеджерами для семей, которым нужно было срочно продать или купить жилье в стрессе.

— 2026 год зашел с глобальными изменениями в законодательстве, затронувшими продажи, покупки, ипотеку и аренду. Давайте разберем самое главное.

— Абсолютно верно. 2026-й — год тектонических сдвигов в правилах игры. Если не держать руку на пульсе, можно совершить фатальные ошибки. Самое существенное — изменения в льготных программах, в первую очередь в «Семейной ипотеке».

С 1 февраля 2026 года вступило в силу правило «одна ипотека в одни руки» для солидарных заемщиков. Это означает запрет на привлечение третьих лиц-доноров в качестве созаемщиков. Раньше мы часто привлекали бабушек, дедушек или других родственников, чтобы «пробить» одобрение. Сейчас такие схемы ушли в прошлое.

Кроме того, мы наблюдаем тотальную цифровизацию. Бумажные доверенности уступают место цифровым, которые теперь легко проверить через Единый реестр нотариата. А с 1 июля 2026 года станет возможным проводить сделки полностью по биометрии, даже не посещая МФЦ — это и упрощает жизнь, и добавляет новые риски для безопасности данных.

Для застройщиков тоже сюрприз: с 1 января 2026 года к ним вернулись штрафы за задержку сдачи объектов — мораторий не продлили. А бумажные разрешения на строительство заменили выписками из реестров, что должно сделать отрасль прозрачнее. Рынок аренды также ужесточился: налоговая теперь активно отлавливает «серые» схемы с помощью цифровых ин-

струментов. Скрывать доходы от сдачи квартир становится практически невозможно.

— Ожидается, что в 2026 году ключевая ставка по ипотеке может снизиться до 11–14%. Стоит ли брать ипотеку сейчас или подождать?

— Это вопрос вечного выбора: «синица в руках или журавль в небе». Моя позиция как практика: лучше синица. Да, прогнозы говорят о возможном снижении ставки до 11–14% к концу года. Но рынок недвижимости инертен. Когда ставка пойдет вниз, поднимется спрос, а за ним — и цены на объекты.

Поэтому я рекомендую стратегию входа сейчас. Вы фиксируете стоимость квартиры сегодняшним днем. А через год, когда ставки действительно снизятся (а мы надеемся на это), вы можете провести рефинансирование под более низкий процент. Это уменьшит ежемесячный платеж, но цена покупки останется прежней. Ставку можно пересмотреть, цену — уже нет. В моей практике были случаи, когда клиенты ждали снижения ставки полгода, а за это время желаемая квартира подорожала на сумму, которая «съела» всю выгоду от будущей низкой ставки.

— Вступили в силу скорректированные условия для льгот, которые могут снизить число получателей на 15–20%. Кто теперь попадает под обновленные критерии?

— Оценка в 15–20% — это, на мой взгляд, слишком оптимистичный прогноз от аналитиков. Реальные потери получателей могут составить до 40–50%. Если проанализировать наши сделки прошлого года, то в восьми из десяти случаев при оформлении семейной ипотеки мы вынуждены были выводить одного из супругов из состава покупателей из-за плохой кредитной истории или высокой долговой нагрузки. Сейчас такие маневры с «выведением» и заменой созаемщиков стали невозможны из-за новых правил.

Теперь льгота доступна только тем, кто проходит в "белую" и с идеальной кредитной историей. Для тех, кто лишился права, альтернативой становятся субсидированные ставки от застройщиков (пусть и с завышенной ценой квадратного метра) или покупка в рассрочку. Рассрочка, кстати, набирает популярность, но требует очень дисциплинированного подхода к личным финансам.

— **Эксперты прогнозируют увеличение объема ипотечных выдач на 25% по сравнению с 2025 годом. Вы верите в этот рост?**

— Я бы отнеслась к таким прогнозам с большой долей скепсиса. Да, в январе 2026 года мы наблюдали всплеск выдач — это был ажиотаж перед ужесточением условий «Семейной ипотеки». Люди бежали запрыгнуть в последний вагон. Сейчас рынок входит в фазу стабилизации.

Вторичный рынок оживает, но очень медленно и избирательно. Ипотеку на «вторичку» сейчас оформляют те, кому нужно докинуть небольшую сумму к своим накоплениям, либо те, у кого есть объекты для трейд-ин. Платеж должен быть комфортным, а сумма кредита — небольшой. Возможно, к концу года, если ставки начнут ползти вниз, рынок активизируется, но 25-процентный рост по году выглядит маловероятным. Скорее, мы увидим перераспределение спроса между новостройками и вторичкой.

— **Какие банки сейчас наиболее лояльны к заемщикам?**

— Сейчас вообще неправильно говорить о «лояльности» банков как о некой абстрактной доброте. Банки — машины по оценке рисков. Сегодня они оценивают не столько уровень дохода, сколько долговую дисциплину. Раньше работала простая формула: «хороший доход = хороший клиент». Сейчас работает формула: «аккуратное обслуживание прошлых долгов + низкая долговая нагрузка = надежный клиент».

Поэтому я рекомендую подходить к выбору банка через подготовку клиента. Мы начинаем работу с «чистки кредитной кармы»: исправляем ошибки в кредитной истории, закрываем старые микрозаймы, снижаем нагрузку. Я как аккредитованный партнер более 30 банков вижу, что сегодня лояльность выше у тех банков, которые работают с цифровыми сервисами и готовы рассматривать нетипичные ситуации, но только при условии кристальной прозрачности доходов.

— **С какими новыми юридическими рисками сталкиваются покупатели вторичного жилья в 2026 году?**

— 2026 год обновил «тройку» самых опасных рисков.

Первый и самый страшный — банкротство продавца. Раньше мы опасались трехлетнего срока. Сейчас практика такова, что конкурсный управляющий может оспорить сделку, совершенную за три года до банкротства, а в некоторых случаях этот срок растягивается до десяти лет, если докажут, что сделка была направлена на вывод активов. Квартира может уйти с торгов, а вы останетесь ни с чем и с долгами. Защита только одна: тщательная проверка продавца на «Федресурсе» и в базе ФССП на наличие действующих исполнительных производств.

Второй риск — «эффект Долиной». Речь идет о мошеннических схемах с использованием подставных лиц, липовых нотариусов и актеров, играющих роль собственников. Мы уже сталкивались со случаями, где нотариус оказывался ненастоящим, а доверенность — липовой. Единственный способ защиты — требовать нотариальное заверение сделки у проверенного нотариуса и желательно фиксировать процесс на видео, чтобы подтвердить добровольность и осознанность действий продавца.

Третий риск — «скрытые жильцы». Это не только «отказники» от приватизации, которые сохраняют право пожизненного проживания, но и хитрости с наследством. Появилось много дел, где всплывают наследники по завещанию спустя годы. А также — невыделенные доли по материнскому капиталу. Да, с 2026 года процедура оформления долей упростилась (не требуется согласие банка), но старые нарушения, допущенные предыдущими собственниками, остаются миной замедленного действия.

— **Остаётся ли выгодным инвестирование в недвижимость?**

— Инвестировать вслепую, покупая первую попавшуюся квартиру с мыслью «она всегда будет расти в цене», больше нельзя. Рынок стал профессиональным. Инвестиции в 2026 году — это игра вдолгую и с точным расчетом.

Самые перспективные направления сейчас:

1. Коммерческая недвижимость. Особенно стрит-ритейл в спальных районах и небольшие гостиничные проекты (апарт-отели) в туристических локациях.

2. Регионы роста. Города-спутники мегаполисов, где развивается промышленность и

инфраструктура. Например, спутники Екатеринбург, Казани, Краснодара. Там цена входа ниже, а потенциал роста выше.

3. Качественные новостройки бизнес-класса. Люди устали от «человейников». Объекты с хорошей видовой характеристикой, закрытой территорией и продуманной инфраструктурой будут ликвидны всегда. Застройщики сейчас готовы давать хорошие скидки и траншевую рассрочку, чтобы поддерживать спрос.

— Почему клиенту стоит обратиться именно к вам?

— Мои клиенты говорят: «Галина — риэлтор с сердцем и человек с душой». Для меня каждая сделка — это не просто перевод денег за бетонные стены. Это создание семейного очага, воплощение чьей-то мечты в реальность.

Мое главное преимущество — комплексность. Я не просто показываю квартиры. Если нужна ипотека, мы начинаем с подготовки и «чистки кредитной кармы». Многие приходят с мыслью «мне никогда не дадут ипотеку», и через пару месяцев работы они уже новоселы. 5-летний опыт работы именно с кредитными историями позволяет мне видеть решения там, где другие видят отказ. Я аккредитованный партнер более 30 банков, знаю их внутренние «портреты клиента» и помогаю сэкономить на страховках и банковских комиссиях.

В новостройках я подбираю варианты с максимальной скидкой и самыми комфортными условиями от застройщика. На вторичке я провожу глубочайшую проверку юридической чистоты. Ко мне часто обращаются жители других регионов для сопровождения сделок в нашем городе — они знают, что я возьму на себя все риски и проверю каждый нюанс перехода права собственности.

— Ваши пожелания и напутствия тем, кто готовится приобрести недвижимость?

— Покупка недвижимости — это, пожалуй, самый ответственный шаг после создания семьи. Пусть ваше новое жилье станет не просто квадратными метрами, а местом силы, источником счастья и уюта.

Мои главные советы:

Мыслите стратегически. Не ведитесь на сиюминутную выгоду. Думайте, будет ли вам здесь хорошо через 5-10 лет.



Проверяйте все досконально. Юридическая чистота — это здоровье вашего кошелька и спокойствие ваших нервов.

Ищите «свое место». Обращайте внимание не только на планировку, но и на атмосферу района, транспорт, соседей. Вы покупаете образ жизни.

Планируйте бюджет с запасом. Помимо стоимости квартиры, заложите 10–15% на непредвиденные расходы, ремонт и переезд.

Доверяйте профессионалам. Не экономьте на безопасности. Хороший риэлтор или юрист стоит дешевле, чем потерянная квартира.

Уютного дома и мудрых решений каждому из вас!

Оксана Тимофеева

Хранитель традиции боевого искусства тайцзицюань в 20-м поколении (первая женщина в России, удостоенная этого титула), ученица гранд-мастера династии Чэнь. Более 20 лет посвящает практике и преподаванию. Партнер международной корпорации Fohow.

«Тайцзицюань — это дело всей моей жизни, а Fohow — надежная опора».

— Оксана, добрый день! Вы человек, который уже много лет занимается тайцзицюань. Как вы пришли к этому искусству? С чего все началось?

— Наверное, все началось еще в детстве. Мой отец был летчиком, но его настоящей мечтой был космос. Именно он привил мне глубокий интерес к восточной культуре, боевым искусствам и необычным для советского человека идеям, например, о клеточном питании. В 21 год я сделала свой первый осознанный шаг в практиках, и с тех пор это стало частью меня. Но настоящее откровение ждало меня в 2000 году, когда в мою жизнь вошло искусство тайцзицюань. С того момента я посвящаю ему каждый свой день — вот уже больше двадцати лет.

— Получается, для вас тайцзицюань — это не просто хобби, а призвание?

— Это дело всей моей жизни. Но давайте будем честны: преподавание — это не тот путь, который приносит большие дивиденды, даже если твои ученики — известные бизнесмены и высокопоставленные люди. Долгое время я искала возможность иметь надежную опору, чтобы спокойно заниматься любимым делом и развивать культуру Ян Шэн — культуру жизни. Эту опору я нашла в международной корпорации Fohow.

Для меня это стало идеальным союзом. В моем понимании Цигун — это «работа с энергией». Так вот, теперь я могу помогать людям не только через занятия, которые для многих

сложны, но и через качественное клеточное питание. То, что в мире часто называют «БАДа-ми», для меня — высокотехнологичный продукт для здоровья каждой клетки, подтвержденный международными сертификатами. Мне не нужно иметь диплом врача, чтобы люди вокруг меня становились здоровее. Благодаря Fohow я нашла то, что называю «пассивной работой» — систему, которая гармонично сочетает бизнес, заботу о здоровье и позволяет заниматься любимым делом и благотворительностью.

— Звучит как настоящая формула успеха. Наверное, сотрудничество с китайской компанией дает вам возможность часто бывать в Поднебесной?

— Это один из главных бонусов! Благодаря деятельности в корпорации я несколько раз в году бываю в Китае. Мы живем в роскошных отелях на берегу Южно-Китайского моря, наслаждаемся удивительно полезной и вкусной едой. Но самое главное — у меня есть уникальная возможность учиться там, где зарождалась традиция. Я регулярно езжу в первую в мире школу тайцзицюань, которая находится в деревне Чэньцзягоу, по соседству с легендарным монастырем Шаолинь. Сегодня мои ученики тоже могут стать частью этого мира: наука Китая шагнула далеко вперед, и каждый ученик моей школы может стать партнером нанотехнологической компании, представленной в 90 странах мира.

— Ваши путешествия привели к чему-то большему, чем просто обучение. Говорят, вы удостоены очень высокого звания?

— Да, это правда. Самая судьбоносная встреча произошла в 2012 году. Гранд-мастер в 19-м поколении, хранитель традиций легендарной династии Чэнь, пригласил меня в свою семью. Он оказал мне огромное доверие, передав таинства этого древнего искусства. Так я стала первой женщиной в России, удостоенной чести быть хранителем традиции боевого искусства тайцзицюань в 20-м поколении. С марта 2012 года я несу это почетное звание и огромную ответственность. Каждый год мой китайский брат, мастер Чэнь, главный тренер школы в Чэньцзягоу, приезжает ко мне в Екатеринбург. На его семинары съезжаются мои ученики и любители тайцзи со всей страны. Я очень гор-



жусь тем, что многие из моих первых учеников уже открыли свои школы и ведут занятия в разных районах города.

— Оксана, глядя на вас, понимаешь, что вы на своем месте. Вы считаете себя счастливым человеком?

— Безусловно. Я счастлива, потому что моя мечта сбывается. Много лет назад в Екатеринбурге я захотела создать «сердце» тайцзицюань, чтобы в каждом районе города были школы, обучающие этому уникальному искусству. И сегодня это становится реальностью. А еще я благодарна корпорации Fohow за уникальную систему поддержания здоровья и простую, понятную схему деятельности, которая позволяет мне получать достойное вознаграждение за любимую работу и просто радоваться жизни.

Тел.: +7 912 286 26 36



Анжелика Самофалова

Врач-косметолог. Основатель онлайн - школы «Безопасная косметология».

«Ключевая цель - выработать клиническое мышление, умение предвидеть результат».

- Анжелика, расскажите, как вы пришли в ботулинотерапию и почему решили заняться именно преподаванием? Что для вас самое ценное в роли наставника?

- Я пришла в ботулинотерапию через общий интерес к эстетической медицине и желание помогать людям чувствовать себя увереннее. Эффективность и возможность достигать быстрых видимых результатов меня особенно восхитили.

По натуре я человек открытый и всегда помогала коллегам советами. Со временем пришло понимание, что накопила достаточно опыта для создания комплексного онлайн-курса — простого, доступного и структурированного. Видя, как многие новички сталкиваются с разрозненной информацией и остаются один на один со своими ошибками, я захотела это исправить.

Самое ценное для меня как наставника — видеть рост учеников. Это прекрасное чувство, когда специалист приходит с минимальными знаниями, а после обучения уже самостоятельно решает сложные клинические случаи и даёт грамотные советы коллегам.

- Какое базовое медицинское образование и специализации вы получили? Как они помогают в преподавании сложных тем, таких как анатомия или устранение осложнений?

- Моим фундаментом стало базовое образование по специальности «лечебное дело», которое дало системное понимание работы организма. Это основа для любой врачебной практики, включая косметологию. Затем я получила квалификацию врача-дерматовенеролога и второе высшее — по фармации (провизор). Глубокие знания фармакологии напрямую применимы в ботулинотерапии. В дополнение я прошла более двадцати курсов

повышения квалификации в косметологии. Такой бэкграунд позволяет мне доступно объяснять сложные темы, связывая теорию с практикой.

- Как вы совмещаете активную практику врача-косметолога с преподаванием? Помогает ли это вам оставаться в курсе самых свежих тенденций и «подводных камней» в профессии?

- Для меня это идеальный симбиоз, который служит инструментом профессионального роста. Практика даёт бесценный опыт и реальные кейсы, которыми я делюсь на курсе. Поэтому обучение — это не просто лекции с картинками, а разбор живых ситуаций из моей практики.

Чтобы отвечать на вопросы учеников, я постоянно изучаю новые техники и тренды. А необходимость объяснять «подводные камни» новичкам заставляет меня самой всегда держать их в фокусе и систематизировать знания. Я всегда остаюсь на связи, чтобы помочь ученикам избежать типичных ошибок.

- На какую аудиторию рассчитан ваш курс — на новичков или опытных специалистов? Какой минимальный уровень подготовки требуется?

- Курс рассчитан на широкую аудиторию: и на начинающих, и на практикующих специалистов, которые хотят углубить и структурировать свои знания. Единственное обязательное требование — наличие базового медицинского образования.

- Как в программе сочетается теория (фармакология препаратов, анатомия) и практика? Используете ли вы видеоразборы кейсов, симуляции или работу на моделях?





Теория неотделима от практики. Я сразу связываю фармакологию и анатомию с конкретными клиническими случаями: как индивидуальные особенности, приём препаратов или хронические заболевания влияют на тактику и результат.

Ключевая цель — выработать клиническое мышление, умение предвидеть результат. Этому посвящён отдельный блок с видеоразборами реальных пациентов. Мы анализируем не идеальные лица, а разные типы анатомии и возрастные изменения, чтобы развить «насмотренность».

- Одна из главных тем в ботулинотерапии — работа с ошибками и осложнениями. Как вы учите своих студентов предотвращать и корректировать их?

- Я учу не просто механическому следованию схемам, а глубокому пониманию анатомии. Предотвращение ошибок — это в первую очередь умение предвидеть результат. Мы делаем акцент на тщательном сборе анамнеза и оценке индивидуальных факторов риска. Важно не только технически всё сделать правильно, но и грамотно предупредить пациента о возможных нюансах.

Для работы с осложнениями у нас есть чёткий протокол. Мы разбираем их на конкретных примерах: почему возникли, как скорректировать и помочь пациенту.

- Как организована обратная связь и поддержка студентов после окончания курса? Доступны ли консультации при начале самостоятельной практики?

- Мои ученики никогда не остаются один на один с информацией. Я всегда на связи. Мы индивидуально разбираем их первых пациентов, анализируем сложные случаи из интернета, оцениваем новые «модные» техники. Я считаю, что лучше задать вопрос, чем допустить ошибку, поэтому двери для консультаций всегда открыты.

- С какими самыми распространёнными мифами или страхами пациентов касательно ботулинотерапии сталкиваются ваши ученики? Как вы учите их вести диалог с пациентом?

- Основные страхи связаны с словом «бо-

тулотоксин» (ассоциация с ядом), с убеждением, что после процедуры морщины станут глубже, и с обоснованным опасением осложнений вроде асимметрии или птоза.

Я учу выстраивать доверительный диалог. Ключ — умение выслушать, дать пациенту высказать свои страхи и желания, а затем спокойно и компетентно всё разъяснить, развеивая мифы.

- Как, по вашему мнению, изменился «идеал» результата ботулинотерапии за последние годы?

- Тренд сместился в сторону натуральности. Пациенты сейчас редко хотят эффект «замороженного» лица. В приоритете — сохранение естественной мимики при мягком сглаживании морщин. Для меня такой естественный результат — показатель высшего мастерства.

- Что бы вы посоветовали специалисту, который только завершил обучение и хочет стать востребованным экспертом в области ботулинотерапии?

Непрерывно учиться. Читать научные статьи, следить за исследованиями, проходить дополнительные обучения. Индустрия развивается быстро, и остановка в развитии — шаг назад. И, конечно, много практиковаться, нарабатывая собственный опыт и клиническое мышление.

- Каким вы видите идеального выпускника своего курса и как измеряете успех своей преподавательской работы?

Успех для меня — когда выпускник начинает уверенную практику, минимизируя осложнения, и самостоятельно решает сложные задачи. А если он, вдохновившись, начинает так же грамотно помогать советами другим коллегам — это и есть идеальный результат. Это значит, что знания переросли в компетенцию и правильную профессиональную культуру.

Тел.: +7 949 316 05 75
ДНР, г. Макеевка



Виктория Донская

Практикующий косметолог, тренер-преподаватель, создатель авторских методик в мезотерапии.

«Не навреди». Безопасность и обоснованность каждого шага — основа моего подхода».

- **Виктория, вы — многогранный специалист. Расскажите о сути вашей деятельности?**

- В первую очередь я учу творческому подходу, потому что каждый человек уникален. Мы не работаем шаблонно! Мы думаем и подбираем каждому своё.

- **Чему как тренер вы учите в первую очередь?**

- Ключевое — индивидуальный подход. Когда он есть, любая методика принесёт результат. Техника, философия — всё выстраивается вокруг конкретного человека и его задачи.

- **Почему вам стоит доверять? Что отличает вашу методику?**

- Я не навязываю лишнего. Смотрю на проблему в целом, выстраиваю план и только потом начинаем работать.

У меня высшее медицинское (фармацевтическое) образование, около 30 сертификатов, и я продолжаю учиться. Я — лауреат премий, автор методик и коктейлей, которые дают потрясающие результаты.

- **Расскажите об авторских мезо-коктейлях.**

- Их много, и каждый решает конкретную задачу. Есть запрос — я даю решение. В них собраны все мои знания и опыт, сочетание компонентов и схем, которым я обучалась. Это концентрация моего профессионального пути.

- **Как оставаться в тренде в такой динамичной сфере?**

- Я слежу за трендами, новостями в бьюти и фармацевтике. Не со всем соглашаюсь, но если что-то откликается, глубоко изучаю и, если эффективно, внедряю.

- **Что для вас главное в работе с клиентом?**

- Честность и системность. Я всегда говорю, что можно решить, а что — нет, и сколько на это реально потребуются времени. Не даю пустых обещаний. Мы создаём с клиентом четкий план и идём по нему шаг за шагом.

- **Есть ли у вас профессиональный девиз или принцип?**

- Да. «Не навреди». Безопасность и обоснованность каждого шага — основа моего подхода. А вдохновение я черпаю в самой работе, ведь нет большего счастья, чем видеть результат и счастливые глаза человека.

- **Какие у вас планы как у новатора?**

- Планов и целей много. Как говорится, о них не говорят — их делают!



Россия, Санкт-Петербург
Тел.: +7 953 567 05 36

DVS
Донская Виктория Сергеевна
КОСМЕТОЛОГ



МУЖСКОЙ ГАРДЕРОБ:

КАК ВЫГЛЯДЕТЬ МОЛОДО И СОВРЕМЕННО В ДЕЛОВОМ СТИЛЕ.



Меня зовут Наталья Максименко.

Я дипломированный стилист-имиджмейкер, резидент Всероссийского сообщества стилистов, эксперт по созданию делового гардероба.

Изюминкой моей работы является то, что помимо традиционных услуг (разбор гардероба, поиск стилевого направления, шопинг) я занимаюсь сопровождением индивидуального пошива. Тренд на индпошив особенно популярен среди клиентов, которые ценят штучность и идеальную посадку.

Я сотрудничаю с лучшими ателье города — «Фатерсон», INDEVER. Сорочки с монограммой, костюмы из качественных материалов, аксессуары и обувь можно заказать согласно личному вкусу и стилю. Большое разнообразие и эстетичный дизайн решают главную проблему мужчин: как выглядеть нескучно в рамках дресс-кода. А сопровождение персонального стилиста поможет сделать правильный выбор.



Оксана Еина

Психолог и арт-терапевт.

«О пути к самоценности и внутренней опоре».

Свет внутри человека

Я всегда мечтала быть человеком, который помогает другим почувствовать их ценность, глубину и красоту — такими, какие они есть на самом деле, яркими и многогранными. Сегодня моя профессия называется просто и ёмко: психолог и арт-терапевт. Для меня это не столько работа, сколько способ бережно сопровождать человека в поиске себя, помогая выстраивать внутреннюю опору.

Мой путь начался задолго до получения дипломов

Ещё в юности я заметила, что ко мне приходят за советом люди, причём часто старше меня по возрасту. Мне доверяли свои переживания, сложные ситуации, и я чувствовала, что могу помочь — не просто словами поддержки, а осмысленным разбором, пониманием сути. Я много читала, наблюдала, училась чувствовать человека. Эмпатия стала моей естественной частью: я слышала не только слова, но и то, что за ними стоит.

Первым профессиональным выбором стало учительство — я преподавала изобразительное искусство. Этот период оказался очень важным. Я видела, как через творчество раскрываются дети и взрослые, как меняются их глаза, когда они начинают верить в себя. У меня складывались тёплые отношения с учениками, коллегами, и в какой-то момент я поняла: хочу глубже понимать человеческую природу. Так я пришла в психологию. Уже более пяти лет я практикую, постоянно обучаясь и расширяя инструменты работы.

Когда я начала вести консультации, поняла: одного жизненного опыта недостаточно, необходима профессиональная база. При этом мне важно не вести клиента за руку, а словно включить внутри него свет, чтобы он сам увидел путь. Я не даю готовые решения — я помогаю человеку услышать себя.

Именно здесь для меня по-настоящему раскрылась арт-терапия

Во время пандемии я проводила онлайн-занятия по рисованию, и это стало неожиданным и глубоким открытием. Люди рисовали, а затем начинали рассуждать о своих работах, видеть в них отражение чувств, страхов, желаний. Через рисунок они находили ответы на вопросы, которые долго не могли сформулировать словами. Я увидела, насколько легко, минуя защит-



ные механизмы, человек выходит на контакт с собой через образ, цвет, форму.

Обучение арт-терапии и коучингу дало мне возможность соединить психологическую глубину и творческую свободу. Этот микс оказался по-настоящему живым инструментом. В работе я создаю пространство, где человек может быть собой — без оценок, без осуждений. Со мной можно говорить о сложном и чувствовать принятие. Именно в этой атмосфере доверия происходят самые важные внутренние сдвиги.

Творчество как способ быть собой

Наверное, поэтому я и в жизни не расстаюсь с творчеством — оно питает меня и помогает оставаться в контакте с собой. Я играю на фортепиано, и это отдельная история про чувства, которые сложно передать словами. Иногда я пишу музыку к песням — это рождается спонтанно, как отклик на какое-то сильное переживание или образ.

Ещё я декорирую предметы. Мне нравится вдохнуть новую жизнь в обычные вещи, сделать их уникальными, наполнить теплом. А недавно открыла для себя направление, которое стало моим искренним откликом на запросы людей, — метафорические картины по запросу. Это удивительный опыт: человек приходит не за портретом, а за состоянием, и мы вместе ищем образ, который станет для него поддержкой, ресурсом, отражением того, что происходит у него внутри.

Глубина в деталях

Отдельное место в моём сердце занимает изучение славянской письменности и каллиграфия. Меня завораживает, как наши предки вкладывали сакральный смысл в каждую букву, в каждый символ. Каллиграфия для меня — это застывшая музыка, медитация, способ замедлиться и почувствовать ритм. В этом есть что-то очень терапевтичное: когда выводишь линию за линией, ум успокаивается, и приходит ясность.

Через рисунок человек начинает видеть свою уникальность. Мы создаём не просто изображения — мы наполняем их смыслами, ресурсом, состоянием, намерением. Когда человек рисует сам, он обнаруживает в себе способности, о которых не подозревал,



начинает иначе смотреть на себя и свою жизнь.

Для меня профессионализм — это глубокая коммуникация и доверие. Умение слушать не только словами, но и сердцем. Желание помочь найти исцеление в простых вещах: линии, цвете, искреннем разговоре. Когда клиент уходит со встречи спокойным, вдохновлённым, с ясностью и внутренним светом — я понимаю: всё происходит правильно.

Я искренне люблю свою работу. Для меня это удивительное пространство, где человек заново открывает себя, возвращает себе энергию, силы и радость жизни. И самое ценное — видеть, как в глазах загорается тот свет, который всегда был внутри.

Как со мной связаться:

Мои консультации проходят онлайн, что даёт возможность работать с людьми из разных городов и стран. При личной встрече я также могу выехать, если мы рядом.

Тел.: +7 952 73 82 885

ТГ: @ioeina

ТГ личный: @OEina

Дарья Се

Королева титулов и повелительница рун: как я стала Трансформатором тревог.



Меня зовут Дарья Се, и до недавнего времени меня представляли через длинную регалию: "Лучший позитивный таропсихолог и ведический астролог 2023, 2024 и 2025 УрФО и России по версии топ-100 самых успешных и изысканных персон".

Звучит гордо. Но внутри этого титула жила женщина, которой стало тесно в рамках "позитивного". Мир изменился, тревоги клиентов стали глубже — пришло время снимать корону и засучивать рукава.

10 минут, которые изменили всё

15 февраля 2026 года в Тюмени вручали премию "Топ-100 самых изысканных и успешных персон". Именно там я в третий раз получила свой титул — из рук Анны Калашниковой. Триумф? Да. Но дальше случилось главное.

Наталья, учредитель премии, попросила меня помочь. Анне Калашниковой нужно было срочно переодеться для выхода с песней "Я как Коко Шанель", и она попросила меня подменить её у микрофона — всего на несколько минут, объявить пару выступающих.

Казалось бы, что такое 10 минут для человека, который только что получил награду? Но именно там я почувствовала себя студенткой с лёгкой дебильцой на лице. Микрофон тяжёлый, зал смотрит, а вдруг имя перепутаю?

Я вышла. Объявила. Пережила. И самое интересное: именно на сцене, с этой дурацкой "дебильдой", ко мне пришли новые цели. Оказалось, что просто держать микрофон — скучно. А быть проводником через хаос, через собственный страх опозориться перед элитой — вот это моя стихия. Тот стресс пошел мне на пользу. Я поняла: я не просто "позитивный психолог", я — Трансформатор.

Инструментарий новой эпохи: от Таро к рунам

Параллельно со светскими выходами происходила революция в моей практике. Таро осталось со мной (особенно честное Таро Манара), но мира стало мало.

Скандинавские руны пришли в 2021 году. Жесткие, как северный ветер, они дают четкий вектор и мгновенный результат. Практикую их постоянно — не подводят.

А потом я пришла к истокам — славянским рунам. Начала изучать недавно, и процесс оказался магическим. Купила фигурки Славянских Богов — и физически почувствовала силу. Будто внутри включился древний, родной код. Скандинавы дают закон, славяне — душу и связь с Родом.

Теперь в консультациях мощная сборка: Таро для тонкой настройки, руны для глубинных изменений.

Я — Трансформатор тревог в возможности

Моя задача — войти в ваш страх, в ваше "я боюсь опозориться" и на выходе выдать ресурс и возможность. Я знаю, каково это — трястись за кулисами со свежим титулом в кармане. И знаю, каково это — выйти и сделать.

Мой опыт с Тюменью, где Наталья поверила в меня, а Анна передала эстафету, плюс годы практики с рунами и Таро — это сплав нежности и силы. Я всё ещё люблю красивые платья, но моя ценность теперь не в регалиях, а в способности вывести вас из точки "всё пропало" в точку "я могу всё".

Сегодня я — Трансформатор тревог в возможности. И я принимаю эту силу.



Если ваша тревога готова превратиться в победу — добро пожаловать в трансформацию. Будет страшно, честно и очень эффективно.

Россия, Ревда
Тел.: +7 995 495 83 04

*Таропсихолог
Дарья Се*



Светлана Шипицина

Психолог-дефектолог, астральный психолог, Член Международной Ассоциации Психологов.

*«Я принимала роды, пока болезнь не приняла меня:
Путь от акушерства к метафизике».*

ВАША ИСТОРИЯ НАЧАЛАСЬ С НЕСБЫВШЕЙСЯ МЕЧТЫ СТАТЬ ВРАЧЕМ

Каждый из нас в детстве мечтал о своем будущем, и моя мечта стать врачом была одной из самых сильных. Я всегда считала, что профессия врача — это не просто работа, а призвание, возможность помогать людям в самые важные моменты их жизни. Особенно меня привлекало акушерство. Я верила, что мир приходит в этот мир через руки акушера, и именно в этот момент закладывается основа для всей дальнейшей жизни новорожденного. Это сакральный момент, когда ребенок впервые соприкасается с окружающей реальностью, и его восприятие мира формируется именно в этот миг.

Я работала в роддоме десять лет и стала свидетелем множества рождений. К сожалению, нередко я наблюдала, как эмоции, которые испытывали матери и медицинский персонал, могли быть негативными — злость, усталость, раздражение. Это оставляло отпечаток на детях, и я понимала, что именно в этот момент закладываются нейронные связи, которые впоследствии влияют на восприятие мира. Я мечтала изменить эту ситуацию и создать роддом, в котором бы царила атмосфера заботы и любви, где каждый новорожденный чувствовал бы поддержку и понимание.

СЕРЬЕЗНАЯ БОЛЕЗНЬ И ЕЕ ВЛИЯНИЕ

Однако моя жизнь изменилась, когда я столкнулась с серьезной болезнью — менингитом. Это заболевание стало для меня настоящим испытанием. Постоянные головные боли и страх перед будущим заставили меня переосмыслить свою жизнь и свои цели. Я была вынуждена пройти через все стадии отрицания и непонимания, прежде чем приняла свою новую реальность.

В больнице я встретила знакомое лицо — девушку, которая была со мной в одной палате 12 лет назад. Она стала инвалидом, и ее история заставила меня задуматься о том, как важно не только



заботиться о своем здоровье, но и о том, как мы можем помочь другим. Разговор с ней стал для меня поворотным моментом. Я поняла, что нужно не только справляться с болезнью, но и искать пути к восстановлению.

Когда я снова посетила врача, она рассказала мне о том, что меня ждет впереди, и что путь к восстановлению будет долгим. Она рассказала мне о том, что меня ждет впереди, и что путь к восстановлению будет долгим. Но она также сказала, что моя решимость и желание жить полноценной жизнью — это уже половина успеха. Я поняла, что этот опыт, хотя и болезненный, открыл мне новые горизонты понимания.

Мой личный опыт болезни и восстановления позволил мне глубже понять, как важно не только помогать людям физически, но и поддерживать их эмоционально. Теперь, когда я смотрю на рождение нового человека, я понимаю, что это не просто медицинская процедура, а процесс, в который вовлечены эмоции, чувства и переживания. Я стремлюсь передать эту важность будущим поколениям людей, чтобы они помнили, что каждая жизнь — это уникальная история, требующая бережного и чуткого отношения.

Таким образом, мой путь к медицине стал не только профессиональным, но и личным. Я верю, что именно мой опыт стал основой для уникального подхода, который я применяю в своей практике: сочетания медицинского знания и человеческого понимания.

Объединение медицины, дефектологии, психологии и метафизики — это подход, который требует не только глубокого понимания каждой из этих дисциплин, но и способности находить общий язык с представителями «традиционных» наук. В своей практике я неоднократно сталкивалась со скепсисом со стороны специалистов, которые придерживаются устоявшихся методов и не всегда готовы принимать новые идеи или альтернативные подходы.

Когда я училась в университете на специальности «психолог-дефектолог», у нас был медицинский уклон, сосредоточенный на невропатологии. Один из запоминающихся моментов — это экзамен, на котором я столкнулась с преподавателем-неврологом. На тот момент я уже понимала, что медицина и психология неразрывно связаны. Мой экзаменационный билет касался видов менингита и их последствий, и, несмотря на первоначальный страх, я уверенно начала отвечать.

Когда я увидела, как на лице преподавателя появилась улыбка, я поняла, что нашла общий язык. Её дочь была инвалидом, и эта история в какой-то степени объясняла её скепсис. В медицинской практике иногда недостаточно знаний — необходимо понимать, как работать с человеческими эмоциями, состоянием души и индивидуальными особенностями каждого пациента.

Моя работа строится на принципе, что человек — это индивидум, в котором переплетаются медицина, дефектология, психология и метафизика. Каждая из этих дисциплин вносит свой вклад в понимание человеческого состояния: органы и системы отражают физическое здоровье; дефектология акцентирует внимание на искажениях; психология исследует эмоции и их влияние на нейронные связи; а метафизика связывает это всё с энергией и духовностью.

В своей практике я использую комплексный подход. Каждая проблема, с которой сталкивается клиент, имеет свой сигнал в теле. Когда клиент делится своими переживаниями, я фиксирую реакции его тела. Тело зачастую говорит об истинных переживаниях, и именно оно может подсказать, где хранится проблема. Я задаю вопросы, чтобы понять, что именно чувствует клиент, и отслеживаю базовые эмоции, которые требуют внимания.

На этом этапе происходит переключение между уровнями работы: я начинаю с тела и его сигналов, затем перехожу к психике, исследуя нейронные связи и блокировки, и наконец обращаюсь к душевным аспектам, которые могут быть связаны с метафизическими переживаниями. Это позволяет создать целостное понимание проблемы и дать клиенту возможность не только осознать её, но и найти пути к её решению.

Таким образом, несмотря на скепсис со стороны представителей традиционных наук, важно находить общий язык и интегрировать разные подходы. Это не только обогащает нашу практику, но и помогает клиентам достигать гармонии и понимания себя. Каждый человек уникален, и только комплексный подход позволяет максимально эффективно работать с его проблемами.

Россия, Снежинск



Александр Каражелез

Авторский псевдоним - Саша Краш.



Он — поэт, чьи строки находят отклик в сердцах читателей, представитель федерального проекта «Живая, великая русская поэзия».

Его талант отмечен престижными премиями: «Русь моя 2025», «Наследие 2025», литературной премией «Слово 2025», национальной литературной премией «Поэт года 2025», «Открытие года в современной русской поэзии 2026».

Награжден: премией AWARD winner DUBAI INTERNATIONAL PEOPLES AWARD 2026, медалью «Сергей Есенин 130 лет», Звездой «Наследие», медалью Булгакова, премией «Лидеры эпохи 2025».

Его стихи опубликованы в таких значимых поэтических сборниках, как: «Русь моя 2025», «Наследие 2025», «Поэт года 2025», «Анталогия русской поэзии 2025»

Помимо творчества, Александр — главный редактор журнала

«РУБЛЕВКА GOLD» и практикующий адвокат. Это редкое сочетание глубины мысли, служения слову и приверженности закону.

- Саша, расскажите, пожалуйста, историю Вашего первого стихотворения.

- История моего первого произведения уходит своими корнями к далеким студенческим, 90-м годам... Если же говорить о полноценном поэтическом творчестве, то первое, стилистически выверенное произведение, я написал несколько лет назад.

- Как вы считаете, могут ли родители воспитать в ребенке любовь к поэзии?

- Думаю могут и, в какой-то части, даже должны, ведь великий русский язык славится не только своей прозой, но и рифмованной строкой. А.С. Пушкин, М. Ю. Лермонтов, С.А. Есенин, А.А. Ахматова, В.В. Маяковский, А.А. Блок. Перечислять русских поэтов и поэтесс можно до бесконечности! Все они — ярчайшие представители русского душевного, порой строго, но такого точного в передаче смысла и значения слова!

- XIX-XX века – обрели серебро и золото в своем выражении. Как Вы думаете, какое место отведено поэзии XXI века?

- Вопрос сложный. Сводить ответ лишь к названию металла — это не мое. Я скажу так. Современная поэзия, я имею ввиду современную русскую поэзию, многогранна и важна как никогда! Ведь сейчас, в век скоростных и гиперскоростных технологий, в век, когда искусственный интеллект заменят все и вся, и сложно отличить оригинал от реплики (ИИ — искусственного интеллекта) живое рифмованное русское слово, способно пробудить в человечестве подлинность, самость, что ли, и как сказал бы великий психолог Карл Густав Юнг — пробудить индивидуацию в каждом человеке. Все же мы люди, а не роботы...

- Саша, расскажите, пожалуйста, историю создания Вашего творческого псевдонима Саша Краш?

- Всю историю раскрыть не могу, скажу лишь, что один очень дорогой мне в жизни человек предложил отождествить меня с чем-то недоступным для прекрасной половины человечества — девушек и женщин. Так родился «Саша Краш» — персонаж, к которому девушки испытывают тайные и, зачастую, нераздельные чувства...

- Как Вы относитесь к разделению поэзии на мужскую и женскую?

- Для меня это относительно. Моя цель через поэзию сблизить мужчину и женщину так, чтобы они не растворялись друг в друге, но были незыблемым целым.

- Как происходит таинство рождения стихотворения? Оно сразу приходит к вам «законченным» или случается работать над отдельными строками долгое время?

- Все сугубо индивидуально.

- Планируете ли в ближайшее время выпустить книгу или сборник?

- Перефразируя Козьму Прутков, скажу: Вы зрите в корень!



Нарисованная улыбка...

Нарисованная улыбка...
Слишком яркий блеск в глазах!
Счастье девичье очень зыбко...
Разбивается в пух и прах!

Нарисованная улыбка...
Поза, грация – все при ней!
Как смертельной ране присыпка...
Не поможет она, хоть убей!

Нарисованная улыбка...
Все клюют, только вот не ты!
Запылилась в чулане скрипка
и разбились о жизнь мечты...

Нарисованная улыбка...
Приговор, плаха или счастье?
Оказалось что это хлипко...
Миновать не смогла ненастье...

Поза, грация... Слишком ярко!
Та мечта оказалась зыбка...
И не клякса в душе, но помарка.
Нарисованная улыбка...

Россия, Москва



Этакая дрянь!

Дари себя другому,
ты, этакая дрянь!
Не будет по-иному!
Меня ты не упрямь!

Ласкай его, милуй.
Меня ж совсем забудь!
Не буду, как холуй!
Хоть и нелегко путь...

Уж слишком были разные,
но..., даже те деньки!
Они – такие страстные!
Закончились звонки.

То, вроде был кошмар,
а то и сказкой кажется...
Иль пьяный все угар?
Вот больше не предскажется...

Ты, дрянь такая малая!
Кого сейчас милуешь?
Который год усталая...
Но, все ж, по мне тоскуешь...

Покажите мне глубину...

Покажите мне глубину
чувств земных, неумных порой!
Даже, если пойду я ко дну,
в сердце чтоб и навек только твой!

Покажите мне высоту
первозданных и нежных стремлений!
Чтобы выбрать дорогу не ту,
не того... да еще без сомнений!

Покажите мне широту
взгляда томного да с поволокой!
И почти что души наготу,
той осталась что одинокой...

Покажите мне ту длину
тех желаний и до бесконечности...
Только чтобы сказать: «Я верну
себя из той постыдной беспечности!»

Широту и длину мощных чувств!
Только чтоб не вернуться ко дну!
Этот перечень не слишком густ...
Покажите же мне глубину!



Фотограф Анна Нестерова



ВЫСТАВКА·ЯРМАРКА
ЛУКОМОРЬЕ

📍 Г. РОСТОВ-НА-ДОНУ, ПР. БУДЕННОВСКИЙ 49/97
ГАЛЕРЕЯ АСТОР

✦ ВХОД СВОБОДНЫЙ ✦

21-22
МАРТА



ОРГАНИЗАТОР РОО «НАСЛЕДИЕ»

с **10:00**
до **21:00**

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ



ТОП100 ПЕРСОН
РОССИИ

Анна Гец

Режиссер, сценарист, креативный продюсер.

«Успешный проект — это баланс управления, ресурса и идеи».

- Анна, расскажите о вашем образовании. Как вы пришли в киноиндустрию?

- Я училась в обычной школе в спальном районе. С самого детства писала рассказы и целые книги. С первого по восьмой класс занималась в музыкальной школе по классу фортепиано и даже получала гран-при на международных конкурсах. Парадоксально, но я до сих пор не знаю нотной грамоты: я учила произведения «с рук» педагога, просто повторяя за ней. Учеба всегда давалась мне тяжело. Я часто прогуливала школу из-за насмешек со стороны учителей и одноклассников. В старших классах несколько раз уходила и поступала в колледжи, но каждый раз возвращалась — такая система мне тоже не подходила. С 16 лет я начала работать и стала первой ученицей в школе, с которой администрация согласилась на очно-заочное обучение. Я никогда не слушала наставлений учителей или родителей, а слушала только себя и свои амбиции. Это позволило мне многого достичь. В 19 лет я поступила на программу ДПО в институт кино и телевидения на факультет продюсерства. Это единственная учеба в моей жизни, которая приносила удовольствие. Занятия шли по вечерам несколько раз в неделю, и меня не заставляли сидеть за партой целыми днями. Все остальное время я посвящала работе. Я убеждена: в творческих профессиях главное — практика. Всё, что нужно, можно освоить самостоятельно, работая каждый день на площадке.

- «Школа 6614» — это один из первых российских сериалов о подростках с таким масштабом и участием блогеров-миллионников. Как родилась идея сделать сериал именно в таком формате? Вы хотели говорить с подростками на их языке или, наоборот, создать новый?

- Идея сериала родилась, когда мне было 16, после событий, которые в нём показаны. Это история моей жизни и жизни моих друзей. Я создаю крупные произведения только на основе реальных событий — это мой принцип. Мне важно говорить

честно о проблемах своего поколения. Для меня ключевое правило — масштаб. Я всегда добиваюсь, чтобы мои проекты выходили на федеральных каналах и крупных платформах. Если это концерт — то на площадке от 3000 человек. Без масштабной зрительской вовлечённости проект для меня теряет смысл. Я хочу, чтобы работы смотрели и обсуждали. Здесь на помощь приходят блогеры, которые помогают с распространением информации.

- Работа с непрофессиональными актёрами (блогерами) — это вызов или преимущество?

- Для моих проектов это огромное преимущество, так как благодаря их поддержке проекты получают большую огласку и просмотры. Не менее важна для меня ценностная сторона: дать шанс непрофессиональным актёрам проявить себя и осуществить мечту.

- Вы носите несколько «шляп»: режиссер, сценарист, креативный продюсер. Какую роль вы считаете своей основной? И как эти функции помогают или мешают друг другу?

- Все мои работы объединены социальным посылом — будь то короткометражное кино или масштабный фестиваль. Главная цель — дать зрителю позитивные эмоции, чувство сопричастности и яркие впечатления, которые остаются после просмотра. Каждый мой проект — это реализация личного запроса и внутренней идеи. Без этой авторской основы работа для меня теряет смысл. Я выступаю одновременно как художник и как продюсер — эти две роли в моей практике неразделимы. Я предпочитаю смотреть на проект глазами дженералиста. Такой подход позволяет контролировать процесс на всех этапах, видеть задачу с разных профессиональных сторон и выстраивать гармоничную структуру. Мой кругозор — ключевой рабочий инструмент. В начале карьеры я работала ассистентом режиссёра, художника-постановщика и продюсера. Знание специфики каждой профессии теперь помогает мне быть эффективным руководителем.





- В чем, по-вашему, сила именно сериальной истории перед коротким контентом?

- Мне всегда был близок формат сериала — возможность развивать историю несколько сезонов, практически до бесконечности. Успешные проекты живут годами и даже десятилетиями, и в этом их сила: они становятся частью жизни аудитории.

Зрители растут вместе с героями, ассоциируют сериал с важными этапами своей биографии, эмоционально срастаются с нарративом. Эта глубина связи — то, что меня искренне вдохновляет.

- Расскажите о самом важном профессиональном уроке, который вы получили. Возможно, это была ошибка или, наоборот, неожиданный успех?

- Умение признавать ошибки, анализировать и исправлять их — лучшее, чему можно научиться. Мой сериал принёс большой успех, но и болезненный урок. Мне было 20, когда мы начали съёмки. Я жила на съёмной квартире, денег не хватало даже на еду. Единственным желанием было вырваться из той реальности, и я была готова на многое. Сейчас я жалею только об одном — что не настояла на своём в выборе режиссёра. Изначально я хотела пригласить молодую профессиональную команду, но один из продюсеров настоял на своей съёмочной группе и лично стал вторым режиссёром-постановщиком. Это была главная ошибка. Важный вывод: взрослый человек не всегда означает профессионал. Нужно было стоять на своём и снимать в том молодёжном формате, который я задумала. Из-за этого в итоге сериал снят в студенческой манере, а монтаж затянулся на год. Всей команде пришлось отказываться от новых проектов, чтобы закончить работу. Но я рада, что получила этот опыт в молодом возрасте. За время создания сериала я будто получила два высших образования — продюсера и режиссёра. Главное, что сериал сохранил изначальные ценности: поддержку подростков в трудной ситуации. И он вышел на крупной платформе Wink, получив широкий отклик. Этот опыт научил меня работать со взрослыми продюсерами и инвесторами. И ещё одному важному уроку: нет ничего страшного в том, чтобы на старте обращаться за советом к более опытным профессионалам. Наоборот, это признак умного и ответственного подхода к делу.

- Какую социальную тему, которая еще не раскрыта в российском кино/сериалах, вы бы хотели осветить в следующем проекте?

- Мне интересны человеческие истории — драмы,

внутренние конфликты, личные переживания. Я постоянно возвращаюсь к темам трудного детства, школьной травли, сложных отношений в семье и с друзьями. Не буду раскрывать все детали нового сезона, но скажу, что он вновь будет посвящён непрожитым страхам и внутренним демонам героев. Сезон адресован более взрослой аудитории — молодёжи, которая уже учится в колледжах и вузах.

- Как вы управляете временем и творческой энергией, когда проекты накладываются друг на друга? Есть ли у вас свои ритуалы для запуска креативности или, наоборот, для «перезагрузки»?

- Я не верю в состояние «вдохновения» как в необходимое условие для работы. Моя практика основана на ежедневной дисциплине. Я позволяю себе отдыхать только тогда, когда понимаю, что ресурс на исходе. При этом я — свой самый строгий контролёр, и именно поэтому мне сложно принять внешний контроль над процессом. С этой задачей никто не справляется жёстче и требовательнее, чем я сама.

- Поделитесь ближайшими планами на будущее. Какие проекты в перспективе?

- В данный момент моё основное внимание сосредоточено на двух крупных проектах. Первый — производство нового сезона сериала, где мы продолжаем исследовать темы, важные для современной молодёжи. Второй — запуск нового сезона фотопроекта «Твоя красота» про уникальность и неповторимость каждой девушки.

- Продолжите фразы: Зритель — это... Успешный проект — это... Красота — это...

- Для меня зритель — заинтересованный собеседник и внимательный соучастник истории, который следит за её развитием с искренним интересом.

Успешный проект — это всегда сочетание трёх компонентов: грамотного управления, достаточного ресурса и сильной творческой идеи. Только их сбалансированное сочетание приводит к по-настоящему яркому результату.

Красота в искусстве для меня — это синоним правды. Подлинность переживания, честность истории, отсутствие фальши — вот что делает произведение по-настоящему прекрасным.

Россия, Москва



От балалайки до «Каберне Мерло»:

Анастасия Войнова о том, как визажист стал певицей и почему искренность важнее идеальных нот.

Певица, автор-исполнитель, топовый визажист.

— Анастасия, за вашими плечами опыт в визаже, победы в конкурсах красоты. Что стало импульсом вернуться к музыке?

— Смесь ностальгии и осознания, что внутренний голос больше не может молчать. Музыка была со мной с семи лет: хор, музыкальная школа, колледж... Почти 13 лет я посвятила балалайке. Но в какой-то момент решила, что эта глава закрыта. «Реабилитация» началась с караоке — там я избавлялась от страха сцены, навязанного в студенчестве. Конкурсы красоты стали ступенью к публичности, а создание трека «Каберне Мерло» открыло дверь, которую я когда-то закрыла. Теперь я не просто пою — я сама пишу тексты.

— Академическая база часто сковывает творчество. Вы ощущали конфликт между «правильным» и «искренним»?

— Мой багаж — инструментальный, а не вокальный, и в этом главный вызов. Я перфекционист, слышу каждую идеальную ноту. Поначалу это тормозило. Но сейчас я пришла к другой философии: хочу петь так искренне, чтобы даже если проскользнет ошибка, слушатель её не заметил. Важнее передать чувство, чем сухо попасть в ноту. Этот путь самосовершенствования меня вдохновляет.



— **Вы говорите, что теперь преображаете души через музыку. Чем это отличается от работы визажиста?**

— Как визажист я работаю с внешностью: помогаю девушкам увидеть красоту в зеркале. Это преображение через взгляд. Музыка — обнажение души. Если макияж — красивая оправа, то песни — сияние внутри нас.

— **Четыре ваших песни уже на платформах, ещё восемь в работе. О чем они?**

— Я сбилась со счёта, сколько смыслов сейчас в «огранке». Один трек готов к релизу, плюс необычный кавер. Мои песни — мои состояния, маленькие манифесты. Я не боюсь экспериментировать.

— **Как рождаются тексты?**

— Вдохновение внезапно. Гуляла с ребёнком в мороз, увидела его голубые глаза и красный носик — в голове родились первые рифмы. Это будет зимняя, новогодняя история. Фиксирую образы в телефоне, потом ищу глубинные смыслы.

— **Вы побеждали в конкурсах красоты, включая «Первая леди Евразии 2025». Помог ли этот опыт увереннее держаться на сцене?**

— Безусловно. Конкурсы научили самопрезентации и выдержке. Хотя первые вокальные попытки давались через дикий стресс. Но со временем волнение трансформировалось в драйв. Сегодня сцена для меня — не экзамен, а место для проявления.

— **В конкурсах важна подача, а в музыке — уязвимость. Как балансируете?**

— Я отказалась от масок. И на подиуме, и с микрофоном стараюсь быть собой. Искренность — самая дорогая валюта сегодня. Если ты честен, зритель прощает любые несовершенства.

— **Что для вас «эlegantность» в контексте современной женщины?**

— Это умение балансировать на трёх столпах: семья, реализация и творчество. Как только идёт перекося, гармония рушится. Счастливая женщина, находящая время и на близких, и на свои идеи — это и есть высшая эlegantность.



— **Как вы всё успеваете?**

— Я ничего не успеваю! Мне катастрофически не хватает 24 часов. Творчество — тот самый «пауэрбанк», который заряжает. Когда я пою, у меня открывается второе дыхание для быта.

— **О чём мечтаете как артист?**

— Хочу, чтобы песни услышало как можно больше людей. Из дуэтов мечты — спеть с МакСим, обожаю её тембр. А из мужских голосов — Дима Билан, «краш» моей юности. Верю, что всё возможно!



Чингис Ли

Поп-исполнитель, шоумен, продюсер.

«В моём репертуаре так много песен про облака, самолёты, моря и океаны — это же символы свободы и мечты».

— **Опишите свой характер пятью разными словами.**

— Отзывчивый, доброжелательный, креативный, эмоциональный, общительный. Это, пожалуй, то, что меня определяет не только на сцене, но и в жизни.

— **Поделитесь ближайшими творческими планами?**

— Планов много, и они разнообразные. К примеру, 21 февраля я помогал организовать, а также участвовал в концерте ветерана СВО, автора-исполнителя Дмитрия Тугаринова, который является членом Российского союза писателей. Мероприятие состоялось в Улан-Удэ, в ДК «Железнодорожник». Для меня важно поддерживать такие инициативы.

Затем, осенью, 2 октября, я буду ведущим премии «Великие люди России 2026». Также я являюсь её амбассадором, что очень ответственно и почётно. 3 октября в Москве, в ресторане «Кобзарь», состоится наш совместный концерт с финалисткой телепроекта «Звезда» Арюн-Гоа. Столики можно забронировать уже сейчас. А также я планирую большой юбилейный концерт в Улан-Удэ: в этом году мне 45 лет исполнится.

— **Пишете ли тексты сами или сотрудничаете с авторами?**

— Да, я активно сотрудничаю с талантливыми авторами из Улан-Удэ и Москвы. Среди них есть и заслуженные работники культуры, народные поэты, и современные стихотворцы. Коллаборации очень обогащают. Но иногда пишу и сам, когда приходит то самое вдохновение, когда «муза посещает».

— **Работали ли вы с другими артистами?**

— Конечно, и довольно тесно. Ведь у меня есть опыт не только как у исполнителя. Несколько лет назад я был арт-директором в одном из по-



пулярных на тот момент ресто-клубов, и мы активно привозили туда российских звёзд. Плюс, на свои сольные концерты я часто приглашал известных коллег: Азиза Мухамедова, Айдамира Мугу, Нику, Пита Джейсона (экс-солиста «Премьер-министра»). Был и обратный опыт — я выступал гостем в концертах Аниты Цой в Улан-Удэ и Иркутске. Так что опыт совместной работы и организации мероприятий у меня солидный.

— Если не пение, то какая профессия могла бы вас заинтересовать?

— Знаете, в детстве у меня было много разных мечтаний! Я хотел стать водителем пожарной машины — это же так романтично и героически. Потом видел себя полицейским или следователем. Было желание стать проводником в пассажирских вагонах или даже стюардом, летать на самолётах. Видимо, тяга к путешествиям и дороге тогда уже во мне сидела. Возможно, поэтому в моём репертуаре так много песен про облака, самолёты, моря и океаны — это же символы свободы и мечты.

— Начало пути и вдохновение?

— Моя певческая карьера в Бурятии стартовала в 2000 году, когда я впервые подал заявку на республиканский конкурс «Лучшая песня года». Произошёл курьёзный случай: меня почему-то выкинули из конкурсной программы, но сразу поставили в Гала-концерт со звёздами бурятской эстрады. Режиссёр Виктория Абгалдаева тогда сказала ключевую фразу: «Ты — готовая звезда, и тебе надо петь со звёздами». Это был мощный толчок. А уже в 2001 году на международном фестивале «Белый месяц» среди азиатских стран я получил свой первый диплом «За высокое исполнительское мастерство». Сейчас, конечно, копилка наград пополнилась, у неё есть и вес, и статус. А вдохновляюсь я, прежде всего, качественной музыкой. В то время я заслушивался «Европой Плюс», да и сейчас, когда есть время, с удовольствием её включаю — для ностальгии и заряда энергией.

— Чем занимаетесь, когда нужно отдохнуть от музыки?

— Я нахожу отдушину в простых радостях. Обожаю смотреть фильмы, в основном комедии — чтобы посмеяться и отвлечься. Но главные мои антистресс — это питомцы. У меня



два очаровательных русских спаниеля: Лайла и её сын Арчи. Они дарят безусловную любовь. А ещё у меня живут три красноухие черепахи, которым уже 13 лет — настоящие старожилы, спокойные и мудрые. Забота о них, прогулки с собаками — это лучшая перезагрузка, которая возвращает силы и душевное равновесие.

Россия, Улан-Удэ



ТГ



WhatsApp



VK



Оф. группа VK

В «Барвихе» назвали имена обладателей премии «Топ 100 успешных и изысканных персон России»



7 декабря в ресторане «Шале Барвиха» состоялась торжественная церемония вручения Ежегодной Бизнес-премии «Топ 100 успешных и изысканных персон России 2025». Мероприятие собрало ключевых игроков рынка, экспертов и представителей культурной элиты от Владивостока до Сочи.

Ведущими вечера выступили Светлана Печёрина, Юлия Бэл и Анна Калашникова. Церемонию открыл сопредседатель Ассоциации ветеранов КГБ СССР, меценат Дмитрий Уразов, поприветствовавший гостей и номинантов.

В числе гостей были замечены телеведущий Дмитрий Дибров и Алёна Кравец, а также Артём Венскель и Михаил Терёхин. Особую поддержку проекту оказал меценат Владимир Курский и его группа компаний. Музыкальное сопровождение вечера обеспечили артисты медиа-холдинга «АПА-MEDIA» — певица Алина и группа «МУРКИС». Кульминацией шоу стало выступление дуэта топовых хитмейкеров Чайного и Покровского. Звания «Лучший поэт года» удостоился Саша Краш, а заслуженный артист России Александр Савин, а также юный Кирилл Черемных подарили зрителям незабываемую энергетику.

Ярким акцентом вечера стало участие делегации из Бурятии. Певец Чингис Ли приехал в столицу вместе с народной поэтессой Ниной Артугаевой (73 года) и ветераном СВО, автором-исполнителем Дмитрием Тугариновым.





В рамках церемонии также прошло шоу «NO LIMIT» (Андрей Вишневецкий и Aleks Blinov) и показ коллекции вечерних платьев от уральского дизайнера Алены Тайболиной. Кульминацией вечера стало угощение авторским тортом от кондитера Анны Масловой из Приморского края.

Организаторы выражают благодарность постоянным партнерам: типографии «ON24PRINT» (Артём Пархоменко), бренду NIMASKIN, GERA PRODUCTION, а также клинике Dr. Polino и другим.

Учредитель премии Наталья Беклемищева поделилась планами: «Мы ждем новых встреч и новых талантливых представителей различных направлений. «Топ 100» в 2026 году пройдет не только в Москве, но и в Екатеринбурге, Владивостоке, Тюмени и Иркутске».

Фотографы: Людмила Самсонова
Наталья Петракова
Анна Нестерова
Анастасия Баскова



Имена России:

в Тюмени названы лауреаты премии «Топ 100 успешных и изысканных персон».



В Загородном клубе «Адмирал» прошла церемония награждения ежегодной премии, которая давно перестала быть исключительно региональным событием. В этом году география проекта охватила всю страну: статуэтки получили представители Москвы, Санкт-Петербурга, Самары, Воронежа, Екатеринбурга, Кургана, Ноябрьска и других городов. Премия объединила владельцев крупного бизнеса, топ-менеджеров, заслуженных экспертов и публичных персон, чьи имена формируют деловую и культурную повестку России.

Вечер начался с торжественного выхода номинантов на красную дорожку. Ведущей церемонии стала российская певица и актриса Анна Калашникова, которая не только профессионально вела программу, но и порадовала гостей вокальными номерами. Музыкальную атмосферу праздника поддержали приглашенные артисты: Наталья Лунегова, Есения Кривошеева, Анастасия Войнова, Аладдин Алыев, Мухамад Давлятов и Ольга Ионова. Глубокие эмоции у публики вызвало исполнение патриотических произведений Артуром Назаровым. Неожиданным сюрпризом для гостей стало джазовое выступление оперной дивы Эльвиры Саниевской.





Изюминкой светской программы стал показ коллекций бренда Elba (дизайнер Елена Барвина), представленный модельным агентством Not Models под руководством Татьяны Бердус. Дефиле задавало высокую планку эстетики и стиля, подчеркнув изысканный характер мероприятия.

Кульминацией вечера стало вручение наград. Специального признания в номинации «Открытие года в современной русской поэзии» удостоился московский поэт Саша Краш, который прочитал со сцены свои произведения.

Премия запомнилась не только официальной частью, но и по-настоящему трогательными моментами. Гости тепло поздравили с днем рождения лауреата Эльвиру Ниязову. Настоящий фурор произвело празднование годовщины свадьбы семьи Игнатьевых из Самары: супруги Андрей и Юлия стали лауреатами, и Андрей преподнес жене творческий подарок, исполнив для нее вокальный номер.

Организаторы проекта выражают благодарность партнерам — режиссеру и креативному продюсеру Анне Гец, а также косметическому бренду ADELEIDE за поддержку и вклад в создание праздника.

Также в рамках Церемонии награждения прошли вручения онлайн номинаций - обладателями титулов стали Светлана Шипицина в номинации - «Лучший эксперт по комплексному решению жизненных запросов УрФО»,

Ольга Петрашова в номинации «Лучший аромастилист УрФО» и первая открывающая Россию премия ушла в Воронеж - Вере Донской в номинации «Лучший эксперт по косметологии и контурной пластике России 2026».

Премия «Топ 100 успешных и изысканных персон» подтвердила свой статус уникальной площадки, где признание получают не только за профессиональные заслуги, но и за вклад в культуру, общественную жизнь и развитие регионов. Следующие церемонии награждения с участием элиты российского бизнеса и искусства запланированы во Владивостоке и Москве.

Фотограф Анна Нестерова



35 Топ 100 персон России



Дорого? Не ко мне! Добро пожаловать в уютное пространство, где качество измеряется теплом, а не ценником.

