

Компаньон

magazine



МАРТ

ДНИ УДЛИНЯЮТСЯ. НОЧИ
СТАНОВЯТСЯ ВСЁ КОРОЧЕ.
НУЖДА В ЯЗЫКЕ СВЕЧИ
НА ГЛАЗАХ УБЫВАЕТ,
ВСЁ БЫСТРЕЙ ОСТЫВАЮТ
НА ЗАРЕ КИРПИЧИ.
И ОТ СНЕГА ДО БОЛИ
ДНИ БЕСКРАЙНЕЙ, ЧЕМ ПОЛЕ
БЕЗ МЕЖИ. И УЖЕ
НИ К ВЫСОКОМУ СЛОГУ,
НИ К ПРОСТРАНСТВУ, НИ К БОГУ
НЕ ПРИБИТЬСЯ ДУШЕ.
И НЕ ВИДИТ ПРЕДЕЛА
СВОИМ ДВИЖЕНИЯМ ТЕЛО.
ТОЛЬКО ИЗГОРОДЬ СНА
ДЕЛИТ ЭТИ УГОДЬЯ
РАДИ ИХ ПЛОДОРОДЬЯ.
ТАК ПРИХОДИТ ВЕСНА.

ИОСИФ БРОДСКИЙ



Юлия Усольцева,
главный редактор ИД «Компаньон»

Весна — время пробуждения. Первые лучи солнца, сухой асфальт под ногами и этот особый воздух, от которого щемит сердце в предвкушении тепла. Перезимовали!

Именно весной особенно хочется навести порядок во всём: не только разобрать гардероб и сделать генеральную уборку дома, но и пересмотреть свои привычки и образ жизни. Стать активнее, здоровее, красивее. Завершить старые дела и, конечно, начать новые. Кажется, что сил хватит на всё.

Чтобы перемены были в радость, мы собрали для вас советы экспертов о том, как сделать эти шаги максимально экологичными. Вы узнаете, как правильно выстроить свой рацион питания и режим дня, чтобы чувствовать себя легко и энергично; как избавиться от лишних вещей и организовать систему хранения, чтобы избежать захламления в будущем; как обновить гардероб осознанно, без перепотребления.

Как и всегда, в этом выпуске вас ждут вдохновляющие интервью с предпринимателями и творческими личностями, которые делятся своими историями и идеями.

Вдохновляйтесь вместе с нами!

БЛАГОДАРИМ ЦВЕТОЧНЫЙ БУТИК ASTRA ЗА УЧАСТИЕ В СОЗДАНИИ ОБЛОЖКИ ЭТОГО ЖУРНАЛА

ВЕРИТЬ В ЧУДЕСА

ДЕТСКИЙ ТЕАТР БАЛЕТА «ФУЭТЕ», СОЗДАННЫЙ НА БАЗЕ ОДНОИМЕННОЙ ЧАСТНОЙ ХОРЕОГРАФИЧЕСКОЙ ШКОЛЫ, ГОТОВИТСЯ ПРЕДСТАВИТЬ ПРЕМЬЕРУ БАЛЕТА «ЛАВКА ЧУДЕС» (6+), КОТОРАЯ СОСТОИТСЯ 19 И 20 АПРЕЛЯ. СПЕКТАКЛЬ ПОСТАВЛЕН НА МУЗЫКУ ДЖОАККИНО РОССИНИ И ОТТОРИНО РЕСПИГИ. БАЛЕТ «ЛАВКА ЧУДЕС» СТАНЕТ ШЕСТЫМ ПОЛНОФОРМАТНЫМ СПЕКТАКЛЕМ ТЕАТРА. СПЕКТАКЛИ «ФУЭТЕ» С ОГРОМНЫМ УСПЕХОМ ПРОХОДЯТ НА СЦЕНЕ ПЕРМСКОГО ТЕАТРА ОПЕРЫ И БАЛЕТА.



«Лавка чудес» — одноактный балет, написанный Отторино Респиги на композиции Джоаккино Россини для труппы Сергея Дягилева. Он впервые был показан на «Русских сезонах» в 1919 году. Александра Кокшарова и Дмитрий Четин сами сочинили новое либретто и дополнили партитуру музыкой Респиги и Бриттена. Вместо одноактного получился полноформатный балет в двух действиях.

По словам руководителя «Фуэте» Елены Левиной, этот балет был выбран для постановки потому, что в современном мире очень часто люди забывают про вежливость, сочувствие, искреннюю любовь и веру в чудеса.

Действие сказочного балета происходит в живописной Италии, главные герои — девушка из дворян и юно-

ша-сапожник. Волшебник, владеющий антикварной лавкой, и сказочные безделушки, которые в этой лавке продаются, помогают влюблённым преодолеть все препятствия и стать женихом и невестой.

Особенность спектакля в том, что в нём волшебные предметы — не реквизит, а действующие лица. В «Лавке чудес» оживут и затанцуют канделябры, свечи, статуэтки, столовые приборы.

Весной 2024 года Пермский театр балета «Фуэте» стал абсолютным фаворитом Международного конкурса детского балета «Щелкунчик», который проходит раз в два года в Екатеринбурге. В конкурсе участвовало 38 коллективов и 680 юных артистов из Китая, Японии и 16 городов России. Театр балета «Фуэте» забрал оба

главных приза: лучшим спектаклем в номинации «Детский балетный спектакль» был назван балет «Щелкунчик» (0+) в его исполнении, а Гран-при конкурса получила Инесса Захарова.

В планах театра «Фуэте» — постановка «Золушки» Прокофьева в собственной хореографической интерпретации.



Пермь, ул. Сибирская, 37
Тел.: +7-912-986-34-31,
+7-982-481-00-39
Сайт: fouette.ru
Телеграм-канал: @fouetteperm

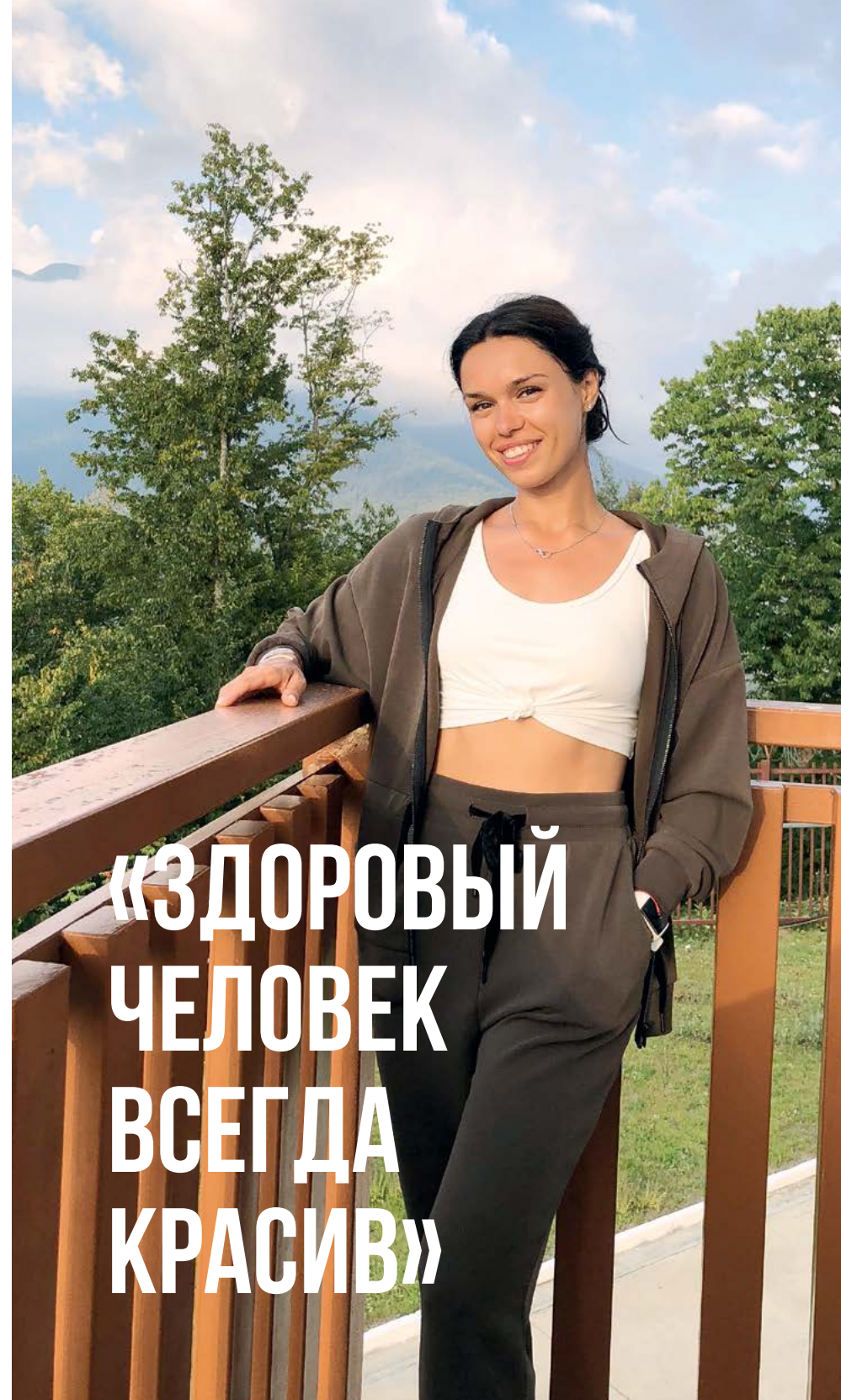
НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

СЕРТИФИЦИРОВАННЫЙ НУТРИЦИОЛОГ И ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ТРЕНЕР ЮЛИЯ БАЛАШКЕВИЧ ОБЪЯСНИЛА, КАК СБАЛАНСИРОВАТЬ ВЕСЕННИЙ РАЦИОН И ВЫСТРОИТЬ РЕЖИМ СНА, ЗАЧЕМ ГУЛЯТЬ ПО УТРАМ И ПОЧЕМУ ТАРЕЛКА ДОЛЖНА БЫТЬ ПОХОЖА НА РАДУГУ.

ТАРЕЛКА КАК РАДУГА

Как нутрициолог я всегда на первое место ставлю питание. Важно питаться сбалансированно, разнообразно. Чтобы тарелка была яркая и красочная, как радуга. Этого вполне можно добиться и зимой. Я рекомендую включить в круглогодичный рацион наши уральские ягоды: малину, чернику, вишню, голубику, жимолость, моршuku. Зимой советую покупать не свежие, а замороженные ягоды, в магазинах они продаются. Также можно покупать замороженные ягоды у фермеров, которые заготавливают их на зиму со своих огородов. У кого есть возможность — морозьте ягоды дома, ту же землянику.

Ягоды хороши тем, что в них много витаминов и антиоксидантов, но меньше сахара, чем во фруктах. Фрукты тоже можно включить в рацион, но не больше одного плода в день: много витаминов они не принесут, а вот фруктозы — достаточно.



«ЗДОРОВЫЙ
ЧЕЛОВЕК
ВСЕГДА
КРАСИВ»

Весной обязательно включить в рацион овощи, но не огурцы с помидорами, а сезонные. В зимних огурцах и помидорах нет ничего полезного, тем более что огурец по составу — это вода и немного клетчатки. Лучше брать репу, все виды капусты, кабачки, сельдерей, тыкву, свёклу, морковь. Ассортимент очень большой, с сезонными овощами можно готовить разнообразные блюда, лучше тушёные. Также весной хороши в рационе все виды ферментированных овощей, например квашеная капуста, которая содержит витамина С больше, чем апельсин. Чемпион по содержанию витамина С шиповник, но его нужно правильно заваривать: в стеклянной посуде, а не в металлической, потому что иначе витамин С окисляется.

Весной хорошо включить в рацион и продукты пчеловодства — пергу и маточное молочко. Это рекордсмены по содержанию витаминов и аминокислот, но на них возможна аллергическая реакция.

НЕ ОТКАЗЫВАТЬСЯ ОТ МЯСА

Это бич современности и большая проблема: люди повально недоедают белка и белковых продуктов. Наша кровь состоит из белка, он напрямую влияет на иммунитет, на уровень витамина B12 в нашем организме, от которого зависит кроветворение и работа нервной системы. Ещё есть мода на вегетарианство и веганство. Но в нашем



климате невозможно жить и быть здоровым, исключив белок из рациона.

Продукты, содержащие животный и растительный белок, должны быть на нашем столе несколько раз в день. Но стоит помнить, что растительный белок будет усваиваться медленнее и не сможет компенсировать потребность организма полностью. Хорошо включить в рацион субпродукты: сердечки, печень, язык. Они особенно важны для детей и женщин. Для женщин достаточно 100 г красного мяса в неделю. Следует помнить, что они не равны 100 г стейка, который будет содержать 25 г белка, а 100 г творога — 18 г. Остальной животный белок в рационе — из белого мяса. Это кролик, индейка, курица. Также стоит включить рыбу и морепродукты. Организму требуется белка минимум 1 г на 1 кг веса. При восстановлении после болезни, детям, пожилым и спортсменам требуется больше белка. Но мало есть белок, он должен усваиваться организмом. Тут могут прийти на помощь разные добавки.

ЗАПИСАТЬ ВСЁ, ЧТО СЪЕЛ

Рекомендую записывать всё, что вы съедаете за день. Это нужно для того, чтобы понять, сколько человек ест белка в день, каких продуктов в избытке, а каких не хватает, какие продукты вызывают индивидуальную непереносимость, какой объём потребляемой пищи.

Жиры важны для наших гормонов, кожи, волос. Жиры дают нам энергию. У человека, который их не ест, будет низкий холестерин (а это ещё хуже, чем высокий) и гормональная система будет работать не так, как надо. Зимой и весной не стоит отказываться от жиров: сливочного и растительного

МОЖНО ПИТАТЬСЯ СБАЛАНСИРОВАННО И РАЗНООБРАЗНО, ИМЕЯ ОГРАНИЧЕННЫЙ БЮДЖЕТ

масла, орехов, семян, сыров. Часто бывает, что люди недоедают белка, а жира съедают очень много. Например, в авокадо содержится суточная норма жира. Не стоит выбирать обезжиренные продукты: они менее полезны. Если творог, то 5–9% жирности, а не 1%. Это важно, потому что там, где нет жиров, больше углеводов. Молочные продукты должны быть жирными. Жиры всё равно чем-то будут заменены, и это не полезно.

Можно питаться сбалансированно и разнообразно, имея ограниченный бюджет. У многих здоровая еда зимой ассоциируется с авокадо, слабосоленым лососем, креветками, ананасами, огурцами, помидорами. А я бы рекомендовала обратить внимание в магазине на репу, редьку, наполнить морозилку ягодами, овощами, добавить в рацион крупы: гречку, киноа, овсянку — всё это стоит недорого.

КАК ЕСТЬ СЛАДОСТИ, ЧТОБЫ НЕ НАВРЕДИТЬ

Сейчас все побаиваются углеводов, мол, от них толстеют. На самом деле большинству людей углеводов требуется достаточно. Я советую есть углеводы на ужин, буквально несколько ложек, для того чтобы уровень сахара в крови был стабильным, а сон был крепким.

Углеводы стабилизируют уровень сахара в крови, однако это не фрукты и пирожки, а медленные углеводы, которые долго перевариваются и хорошо насыщают. Поэтому углеводы нужны и зимой, и весной. Летом, возможно, их хочется есть меньше, но весной они нам нужны и полностью переходить на белок, жиры и растительную пищу не стоит. В норме нужно съедать до 100 г углеводов в день, кому-то больше, кому-то меньше. Рацион — очень индивидуальная история, и если выстроить сбалансированное питание, то это может решить очень много проблем со здоровьем.

От сладостей, от быстрых углеводов не стоит совсем отказываться. Это может привести к срыву, и тогда человек съест ещё больше. В случаях, когда мы решаем вопросы со здоровьем, где нужны определённые протоколы, — начав лечение, мы можем убрать сладости. Здоровому человеку в обычной жизни я не рекомендую исключать сладкое из рациона. Одна-

ко десерт стоит есть не в отдельный приём пищи, а только после основного приёма еды, когда вы сперва съели белок, клетчатку.

Если хочется съесть шоколад, то обязательно съедаем его с чем-то вприкуску, например с орехами. Создаём «буфер», чтоб не было сразу сильного скачка сахара, глюкозы в организме. Нет правила, что сладкое можно есть только с утра, до полудня. Полезно съесть перед физической нагрузкой. Конечно, не стоит есть десерт вечером и на ночь: организм не потратит глюкозу, и наутро могут быть отёки и не очень хорошее самочувствие.

ВИТАМИНЫ ВЕСНОЙ

Что касается авитаминоза, то это очень индивидуальная история. Как нутрициолог я не могу советовать какие-то добавки, потому что это индивидуальная история. Но хочу сказать, что важно следить за своими показателями здоровья и состоянием.

Например, витамин D. Он нужен всем круглый год, но в небольших дозировках, до 4–5 тыс. единиц. Есть люди, которые любят такую схему: поставят раз в месяц себе укол на 300 тыс. единиц — и «свободны». Но витамин D — это прогормон, и последствия такого укола неизвестны. Этот витамин не такой простой, как кажется, с ним работает постулат: лучше меньше, чем больше. Его дефицит не всегда связан с тем, что его мало принимают. Есть много дру-

гих нюансов, например, хроническое воспаление будет показывать низкий уровень витамина D. Можно принимать его по 10 тыс. единиц в день в течение болезни, потому что он очень хорошо снимает воспаление, но это четыре-пять дней, не более того.

ПИТАНИЕ —
ЭТО ГЛАВНЫЙ
ИНСТРУМЕНТ
ЛЕЧЕНИЯ,
БЕЗ КОТОРОГО
ДРУГИЕ ЭЛЕМЕНТЫ
НУТРИЦИОЛОГИИ
БУДУТ ЛИШЬ
«КОСТЫЛЯМИ»

Я люблю и уважаю БАДы, но питание всегда ставлю на первое место. Питание — это главный инструмент лечения, без которого другие элементы нутрициологии будут лишь «костылями». Есть ли смысл пить БАДы, чтобы не стало ещё хуже? Да, есть. Особенно при истощении, депрессии, аутоиммунном заболевании, а также детям и пожилым, но ожидать хорошего здоровья без полноценного питания наивно. Любой кусок пищи оказывает влияние на организм. Не зря говорят: мы едим то, что мы едим. Немало людей надеются на биодобавки, травы, но при этом не соблюдают принципов здорового и сбалансированного питания.

Обязательно нужно пить воду, чтобы хорошо работали все системы организма, особенно почки. Чай, кофе, суп за воду не считаются. Если человек не привык пить воду в течение дня, то нужно учиться этому постепенно, деля на порции, а не сразу два литра залпом. Есть норма: 1,5–2 л воды в день в зависимости от массы тела. Важно, чтобы вода поступала и выходила из организма примерно в одном количестве. Летом нужно пить воду немного больше, чем зимой. Больше пьём при занятиях спортом, при перелётах, во время болезни и восстановления. В таких случаях можно добавить электролиты.

ВСЕМ ЛИ НУЖЕН ВЕСЕННИЙ ДЕТОКС

Он нужен не всем. Есть много видов детокса — например, не советую проводить его на соках. Кроме ударной дозы сахара, человек не получит ничего хорошего.

Детокс можно провести, используя мягкий курс гомеопатии, или с помощью элиминационной диеты, когда на две-четыре недели убираем из рациона продукты, которые сами по себе могут нарушить нормальную работу ЖКТ, повредить систему детоксикации, поддерживают патогенный микробиом тонкого и толстого кишечника и инициируют системное воспаление. Мы исключаем глютен, молочные продукты, рафинированный сахар, пасленовые, некоторые бобовые (например, нут), кофе, мясо птицы.



Также мне нравится FMD-протокол — диета, имитирующая голодание. Это научно доказанный метод: пять дней диеты FMD помогают организму омолодиться на клеточном уровне, но, в отличие от голодания, она не даёт побочных эффектов и переносится легче. Мы полностью исключаем животный белок, основу рациона составляют жиры и клетчатка. Ограничиваем количество калорий всего на пять дней. Эту диету нельзя проводить чаще, чем раз в месяц, в идеале — раз в три месяца.

Множество вредных веществ, о которых мы не подозреваем, оказывают влияние на наше здоровье. Например, когда мы наносим парфюм на кожу, то его частицы попадают в кровоток. Пла-

стик вокруг — это боль. Многие даже не задумываются, когда пьют кипяток из пластиковых стаканов, и если это делать каждый день, то это оказывает негативное влияние на здоровье.

СПОРТ И БЫТОВАЯ АКТИВНОСТЬ

Движение необходимо всегда. Энергия имеет свойство восстанавливаться. Можно заметить, что, когда мы лежим на диване, у нас энергии нет, а как только начинаем что-то делать, она начинает прибавляться, её становится больше, поэтому движение — самое важное. Если нет сил, нужно за-

ставлять себя выходить на улицу. Как только человек надевает кроссовки и выходит на свежий воздух, настроение и состояние у него сразу меняется.

Важна бытовая активность. Часто бывает так: человек ходит в зал два раза в неделю, потренируется час, а в остальное время сидит в офисе или лежит на диване и думает: но ведь позанимался! Бытовая активность должна быть в течение дня, обязательно. Это называется активный образ жизни. И если у нас активный образ жизни, то и активная жизненная позиция: и люди начинают тянуться, и состояние меняется, а если и правильное питание подключить, то человек становится другим. Здоровый человек всегда красив.

Рекомендуется в день 30 минут активной нагрузки. Её можно разделить на две части: 15 минут зарядка, 15 минут — тренировка в течение дня, например, можно включить на смартфоне высокоинтервальную тренировку и сделать её. А движение должно быть всегда. Здоровье и состояние человека — это его ответственность. Здоровое тело всегда требует дисциплины. Мы не можем ждать, когда нас кто-то замотивирует. Мотивации хватает на 72 часа максимум, а дисциплина с нами всегда.

ЗДОРОВЬЕ И СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА — ЭТО ЕГО ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. ЗДОРОВОЕ ТЕЛО ВСЕГДА ТРЕБУЕТ ДИСЦИПЛИНЫ

Первое: если человек устал, то нужно хорошо и правильно поесть. Второе: нужно высыпаться и уделять время себе. Отдых исключает излишек информации, никаких телефонов, планшетов, телевизоров. Нужно выйти на прогулку, покататься с друзьями на лыжах. Третье: поддерживать психологическое здоровье. Оно тоже влияет на состояние человека. Все процессы в теле регулируются на уровне головного мозга, в том числе работа

иммунной системы. Когда говорят, что все болезни от нервов, так и есть. Негативные мысли вызывают выброс адреналина, каскад реакций и влияют на наше здоровье. Если хотите улучшить своё состояние, иногда можно просто навести порядок дома. Расчистить шкафы, избавиться от лишнего. Наведение порядка — иногда лучший способ терапии.



ЛОЖИТЬСЯ СПАТЬ СЕГОДНЯ, А ПРОСЫПАТЬСЯ ЗАВТРА

Сон крайне важен, как и питание. Часто люди ложатся спать в 1–2 часа ночи, меня это очень удивляет. Ведь

режим напрямую влияет на наш иммунитет и гормоны. Чтобы чувствовать себя отдохнувшим, нам необходимо ложиться спать сегодня, а просыпаться завтра. Тогда человек будет крепко спать и с лёгкостью просыпаться.

Чтобы спать хорошо и чувствовать себя отдохнувшим, нужно за час готовиться ко сну. Везде в квартире приглушить свет, хорошо, если он не холодный, а тёплый. Если человек смотрит вечером в экран смартфона или телевизора, то надеть очки с жёлтыми линзами, чтобы нивелировать синий свет. В идеале в 23:00 в квартире должна наступать темнота, независимо от того, хочет человек спать или нет. Многие ждут, когда захотят спать, но лучше выстраивать режим бодрствования и сна, когда твой организм уже знает, что в 23:00 отбой. Если у человека выстроен режим по-другому и он хочет его поменять, то не нужно перестраиваться за день. Важно это делать постепенно, плавно, прибавляя по полчаса.

На сон влияет и то, какую пищу мы съели на ужин. Хорошо, если это клетчатка, но съесть лучше не свежие овощи, а овощной суп, можно приготовить его на мясном, костном бульоне, или тушёные, запечённые овощи и кусок рыбы, индейка или морепродукты, несколько ложек крупы. Красное мясо на ужин не рекомендуется. Завтрак отвечает за гормональное здоровье, а ужин — за ЖКТ. На завтрак можно съесть и кусок мяса, а перед сном выпить стакан кефира с клетчаткой. Он будет питать микробиом и помогать выработке полезных бактерий.

Если не спится, то прежде чем пить мелатонин, можно сделать практику дыхания «квадрат». В положении лёжа спокойно дышим, делаем неглубокие вдохи и выдохи: вдыхаем на четыре счёта, на четыре задерживаем дыхание, на четыре выдыхаем и на четыре задерживаем. Это универсальная практика, и я рекомендую делать её не только перед сном, но и перед каждым приёмом пищи. Важно, чтобы нервная система была в нормальном состоянии.

Спать лучше в прохладной комнате, проветривать её. Здорово, если утром получится выйти на улицу, на получасовую прогулку, чтобы начал вырабатываться мелатонин. Если нет возможности попасть на солнечный свет, то можно купить специальные лампы.

ОБ УДАРНЫХ НАГРУЗКАХ В СПОРТЗАЛЕ И «ПОДСНЕЖНИКАХ»

Тренажёрные залы весной заполнены больше, это факт. Появляются так называемые «подснежники» — люди, которые весь год не тренировались, а весной решили быстро решить все проблемы: сжечь жир, накачать мышцы. Такие клиенты начинают интенсивно тренироваться. Это опасно, так как есть риск травматизации, риск заболеть ОРЗ.

К тому же не все пользуются услугами хороших тренеров, которые смогут правильно адаптировать нагрузку под конкретного человека. Любая тренировка — это стресс.

Бывает и такое, что человек сходил на тренировку, а потом устроил перерыв на месяц. Лучше не тренироваться вовсе, чем так. Хороший стресс — когда организм адаптируется к нагрузкам постепенно, в ходе регулярных тренировок. Главный принцип — непрерывность тренировочного процесса.

В ИДЕАЛЕ СТОИТ СТРЕМИТЬСЯ ПОДДЕРЖИВАТЬ ОДИН ВЕС КРУГЛЫЙ ГОД

Важно быть в хорошей форме круглый год. Резкие скачки веса сильно влияют на сердечно-сосудистую систему, когда вес скачет на 5–7 кг, это очень много. В норме — 2 кг. В идеале стоит стремиться поддерживать один вес круглый год, не давать себе разжиться. Но тут снова нужна дисциплина, понимание, для чего нужна хорошая физическая форма и здоровье. А за два месяца до лета человек ничего не добьётся. Куриная грудка с гречкой и тренировки до седьмого пота ни к чему хорошему не приводят. Поэтому тренироваться нужно регулярно. Это не только фитнес-зал, но и любая нагрузка, которая будет приносить удовольствие.

Школа Волшебников 2025

Июнь

02.06 - 27.06

+ 2 дня из новой смены в июле (18 дней)

Июль

30.06 - 25.07

20 дней

Август

28.07 - 22.08

20 дней

	основная цена	до 18 мая 2025 г.
5 дней	15 500	13 100
10 дней	27 000	22 900
15 дней	39 000	34 000
20 дней	48 000	42 500



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

+7 (342) 288-75-79, +7 (992) 213-14-51

7perm.ru

Пермь, ул. Кронштадтская, 47

«ЖИЗНЬМАРТ» В ЛЮДЯХ

ПЕРВЫЙ МАГАЗИН ХОРОШЕЙ ЕДЫ И ДОСТАВКИ «ЖИЗНЬМАРТ» БЫЛ ОТКРЫТ В 2019 ГОДУ. С ТЕХ ПОР СЕТЬ АКТИВНО РАЗВИВАЕТСЯ ВО МНОГИХ ГОРОДАХ РОССИИ. В ПЕРМИ ПО ФРАНШИЗЕ РАБОТАЕТ 14 МАГАЗИНОВ. О ТОМ, КАК ВЫСТРОЕНА РАБОТА В «ЖИЗНЬМАРТ», МЫ ПОГОВОРИЛИ С ВЛАДЕЛЬЦАМИ ФРАНШИЗЫ И ПРОИЗВОДИТЕЛЯМИ ЕДЫ.

«ЖИЗНЬМАРТ» — ЭТО ПРО УДОБСТВО»



ИРИНА ДАВИДЮК,
УПРАВЛЯЮЩИЙ ПАРТНЁР

— Вместе с партнёром Элчином Керимовым мы открыли два магазина «Жизньмарт» в Перми: на ул. Революции, 50 и ул. Н. Островского, 52.

Когда мы рассматривали для себя покупку франшизы, нас привлекли ценности бренда: честность, уникальность, гибкость, развитие, открытость. Это стало для нас весомым аргументом при принятии решения о партнёрстве.

Перед подписанием договора каждый будущий франчайзи проходит собеседование с CEO компании — важно понимать, в чьи руки попадает магазин. Нам задавали вопросы об управленческом опыте, а также о готовности к переезду, ведь присутствие владельца на месте помогает координировать процессы и оперативно решать текущие задачи.

«Жизньмарт» — это про удобство: возможность быстро перекусить или минимизировать время на приготовление еды. Это про баланс между вкусной качественной едой и временем, которое можно уделить близким, работе, хобби. Сеть уделяет особое внимание качеству и безопасности продукции, а также предлагает уникальные продукты, которых не найти больше нигде. Такой подход нам очень близок.

Когда мы запускали первый магазин, в городе работали всего два «Жизньмарта», поэтому главной сложностью стало то, что пермяки практически не были знакомы с брендом. Чтобы привлечь гостей, мы проводили



экскурсии по магазину, рассказывали о ценностях сети, знакомили с продукцией, объясняли составы блюд и помогали с выбором. Мы продолжаем делать это и сегодня для новых гостей.

Но магазин — это не только владельцы, но и вся команда. У нас работают люди с общими взглядами и увлечениями, и «Жизньмарт» объединил их в сплочённую семью. Мы ценим и уважаем каждого сотрудника.

Если бы у нас была возможность вернуться в начало, несмотря на все сложности, мы бы ничего не изменили. Концепция «Жизньмарт» — магазин хорошей еды — покорила нас с первого взгляда, и мы уверены, что сделали правильный выбор!

«МЫ СТРОИМ БИЗНЕС НЕ ТОЛЬКО НА КАЧЕСТВЕ, НО И НА ИСКРЕННЕМ ЖЕЛАНИИ СДЕЛАТЬ ХОРОШИЙ ПРОДУКТ»



АЛЕКСЕЙ МОЛЧАНОВ,
СОВЛАДЕЛЕЦ ФАБРИКИ
ИТАЛЬЯНСКОЙ ПАСТЫ

— Мы начинали с розничной торговли в сети «Жизньмарт», каждый из нас развивал свой магазин. Со временем мы — я, Максим и Дмитрий — стали тесно общаться, делиться опытом и помогать друг другу в развитии бизнеса. Каждый из нас углубился в разные направления: Максим заинтересовался производством готовой еды, Дмитрий изучал перспективы рынка, а я искал новые возможности для роста.

В какой-то момент мы поняли, что, объединив наши знания и ресурсы, сможем создать нечто большее. Так родилась идея вместе открыть фа-



брику. Мы запустили производство, преодолели сложные этапы поиска финансирования и организации процессов. Сегодня наша продукция продаётся в половине магазинов сети, и мы продолжаем расти.

Сейчас мы сосредоточились на производстве пасты ручной работы. Наши блюда максимально приближены к традиционным итальянским рецептам. Мы тщательно подбирали сырьё, рассчитывали себестоимость, чтобы сделать блюда доступными для покупателей. Все ингредиенты: пасту, начинки, соусы — делаем сами. В качестве натурального красителя мы добавляем куркуму — это делает пасту ещё более аппетитной.

Я заметил, что в «Жизньмарт» остаются работать только те партнёры, чьи ценности совпадают с ценностями бренда, а остальные идут своим путём.

То же самое можно сказать и о поставщиках: продукция, которая становится действительно популярной среди покупателей сети, создаётся людьми, разделяющими ключевые принципы «Жизньмарт» — доброту, отзывчивость, порядочность, готовность помочь и открытость. Эти принципы близки и нам. Мы строим бизнес не только на качестве, но и на искреннем желании сделать хороший продукт, в котором люди чувствуют заботу и внимание.

АННА БОЛЬЯРОВА

ВЫВЕСТИ НА ЧИСТОТУ

КАК ПРАВИЛЬНО СПЛАНИРОВАТЬ
СИСТЕМЫ ХРАНЕНИЯ В ДОМЕ
И НЕ ПРЕВРАТИТЬ БАЛКОН В СКЛАД



СОУЧРЕДИТЕЛЬ СТУДИИ, ДИРЕКТОР, АРХИТЕКТОР
СТУДИИ «ШЕФ ДИЗАЙН» ЛИДИЯ ЛАПТЕВА —
О ТОМ, ЗАЧЕМ НУЖНА РЕВИЗИЯ ВЕЩЕЙ В ДОМЕ
И КАК ПРАВИЛЬНО ПРОВЕСТИ РАСХЛАМЛЕНИЕ
И ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НЕНУЖНОГО.

ПЛАНИРУЕМ МЕСТА ХРАНЕНИЯ ПРАВИЛЬНО

Когда пространство организовано правильно, в нём легко поддерживать порядок. Мы в «ШЕФ дизайн» уделяем особое внимание изучению образа жизни и привычек клиента. Это ключ к созданию системы хранения, которая работает именно для этой семьи. Один из главных мифов — чем больше мест хранения, тем лучше. На самом деле важно не количество шкафов, а их правильное расположение и функциональность. Например, если в семье нет привычки складывать вещи в гардеробную, а не разбрасывать по дому, то наличие гардеробной не решит проблему.



Что мы учитываем при планировке:

- Реальный объём вещей. Часто их оказывается меньше, чем кажется.
- Сценарии жизни в доме: где семья переодевается, хранит бытовую технику, куда чаще всего кладёт сумки и ключи.
- Зоны быстрого доступа и хранения «архивных» вещей. Сезонные вещи удобнее прятать в интегрированные системы хранения, а часто используемые должны быть под рукой.

Таким образом, интерьер подстраивается под вас, а не наоборот.



ВЫБИРАЕМ СИСТЕМУ ХРАНЕНИЯ

В современном доме можно сделать эргономичные системы хранения, которые будут помогать поддерживать порядок даже на небольшой площади.

Это могут быть:

- Встроенные шкафы до потолка. Они экономят место и визуально вытягивают пространство.
- Гладкие фасады без ручек позволяют создать лёгкий и минималистичный интерьер.



- Интеграция с архитектурой пространства. Например, скрытые системы хранения можно расположить в панелях или подиумах.

Премиальные решения интерьера — это всегда баланс удобства, эстетики и незаметности. Места хранения не должны напоминать склад, но при этом их можно органично вписать в интерьер.

О чём стоит задуматься:

- Подоконники с выдвигаемыми ящиками — отличный вариант для хранения мелочей.
- Скрытые системы в стеновых панелях. Они эстетично смотрятся и не утяжеляют интерьер.

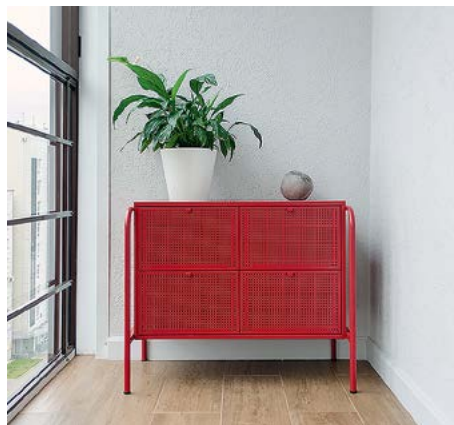
- Подиумы с выдвижными ящиками. Такие системы хранения особенно актуальны в спальнях и детских.
- Откидные панели в мебели: например, в мягких подлокотниках диванов можно хранить книги или журналы. Когда места хранения интегрированы, пространство остаётся воздушным и чистым.

НАВОДИМ ПОРЯДОК НА БАЛКОНЕ

Балкон — это не склад, а дополнительное пространство для жизни. Мы всегда стараемся превратить балкон в функциональную зону, которая приносит удовольствие, а не захламляет квартиру.

Как сохранить порядок на балконе:

- Используйте систему «закрытого хранения», например встроенные шкафы до потолка с гладкими фасадами. Всё спрятано — нет хаоса.
- Функциональное зонирование пространства балкона. Например, балкон может стать уютной лаундж-зоной, рабочим местом или мини-спортзалом.
- Введите жёсткий лимит на хранение вещей. Возьмите за правило: если это на балконе больше полугода — оно вам не нужно. Когда пространство грамотно организовано, даже небольшой балкон становится полноценной частью дома.



ПРОВОДИМ РЕВИЗИЮ ПРОСТРАНСТВА

Дом — это продолжение нас. Захламлённое пространство создаёт ощущение тяжести, усталости, хаоса. Когда дом освобождается от лишнего, в нём появляется воздух, лёгкость и гармония. Пространство начинает работать на ваш комфорт, а не против него. К тому же это практично: меньше вещей — меньше уборки, больше порядка.

Ревизию пространства дома и квартиры нужно проводить минимум раз в сезон, чтобы не превратить его в склад ненужных и не сочетающихся между собой вещей. Идеальная формула: раз в сезон — малый разбор, раз в год — большая ревизия:

- Декабрь — подготовка к Новому году: убрать лишнее, создать ощущение обновления.
- Весна и осень — убрать сезонные вещи, проверить, что не используется.
- Лето — лёгкий апгрейд дома, смена текстиля, освежение интерьера.

Один из главных секретов гармоничного интерьера — в нём нет случайных вещей. Всё подобрано осознанно, с любовью и пониманием.

Главное правило расхламления: начинайте с маленьких побед.

Кухня: уберите дубликаты вещей. Например, пять одинаковых разделочных досок на кухне точно не нужны.

Гардероб: то, что не носили больше года — под сомнение, по-прежнему ли вам нужна эта вещь.

Детская: игрушки, которые остались без внимания, можно передать другим детям.

Ванная: открываем косметичку, проверяем, всё ли там актуально? Важно начать с чего-то одного — так процесс идёт легче.



ИЗБАВЛЯЕМСЯ ОТ НЕНУЖНЫХ ВЕЩЕЙ

Весна — лучшее время для обновления пространства. Тем, кто хочет избавиться от ненужных вещей в доме, можно дать следующие советы:

- Метод «коробки ожидания». Сложите вещи, в которых сомневаетесь, и уберите их на месяц. Не вспомнили о них? Значит, можно смело расставаться.
- Техника «12-12-12». Выберите 12 вещей, которые можно выбросить, 12 — отдать, 12 — перенести в другое место.
- Золотое правило «одна вещь пришла — одна ушла» особенно полезно для гардероба. Чем меньше ненужного, тем больше пространства в доме для нового.

КАК НЕ ЗАВАЛИТЬ КВАРТИРУ ХЛАМОМ СНОВА

Стоит сформировать привычку «осознанного владения». Для этого нужно придерживаться следующих правил:

- Прежде чем купить, подумайте, где это будет храниться.
- Используйте органайзеры и системы хранения — так вещи не превращаются в хаос.

Премиальный интерьер — это всегда чистота линий, лёгкость и ощущение простора. И он начинается не с ремонта, а с того, как мы относимся к своему пространству. Грамотная организация хранения гарантирует порядок в доме без усилий. Чистое пространство — это чистая голова, лёгкость мыслей, хорошее самочувствие. Дом — это место силы, а не склад случайных вещей.

КАК ИЗБАВИТЬСЯ ОТ НЕНУЖНЫХ ВЕЩЕЙ С ПОЛЬЗОЙ

РАЗОБРАТЬ ШКАФЫ И КЛАДОВКИ МОЖНО С ПОЛЬЗОЙ. НЕ СТОИТ ВЫБРАСЫВАТЬ НЕНУЖНЫЕ ВЕЩИ, ПРЕДМЕТЫ ИНТЕРЬЕРА И ОДЕЖДУ. ИХ МОЖНО ОТДАТЬ НУЖДАЮЩИМСЯ, ПЕРЕДАТЬ В МУЗЕЙ, ПОДАРИТЬ ИЛИ ОТПРАВИТЬ НА ПЕРЕРАБОТКУ.

КУДА МОЖНО ПЕРЕДАТЬ НЕНУЖНЫЕ ВЕЩИ

1. МУЗЕЙ СОВЕТСКОГО БЫТА

Музей принимает всё, кроме мебели — её берут выборочно. Туда можно привезти книги, одежду, обувь, канцелярию, бижутерию, косметику, открытки, фантики, сумочки, зонтики, технику и музыкальные инструменты, документы, открытки, фотографии, игрушки, школьные дневники, тетради, сувениры, кухонную утварь и посуду. Как рассказала директор Музея советского быта Нина Костарева, принимаются даже старые продукты — некоторые люди до сих пор их хранят, а также упаковка, запчасти, детали и ткани, пуговицы.

Группа музея в соцсети «ВКонтакте»:
<https://vk.com/museumsoyuz>

2. «ПРОСТОПРОЕКТ59» И БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ МАГАЗИН «БА-ЛКА»

Это служба по бесплатному вывозу ненужных вещей в Перми. Как она работает: нужно оставить заявку по телефону, указанным на сайте проекта <https://prostoproekt59.ru/>. Вам перезвонят и договорятся об удобном времени вывоза, в указанный день приедут и заберут ненужные вещи: одежду, обувь, предметы обихода, книги, игрушки, советскую утварь, технику и другие предметы, от которых пришло время избавиться. Не берут мебель и хлам. «Что касается книг: возмём не больше 30 штук. Не беспокойтесь об исправности и состоянии вещей и предметов, об этом позаботимся мы», — говорят создатели проекта. Они помогают



приютам, детским домам, многодетным семьям, погорельцам, через волонтеров и социальные службы малоимущим и бездомным людям, приютам для безнадзорных животных. Также работают с фондами, помогающими пожилым, людям с ОВЗ, и другими благотворительными организациями. Часть вещей поступает в благотворительный магазин «БА-ЛКА», в котором есть зал с абсолютно бесплатными вещами для взрослых и детей.

Сайт проекта: <https://prostoproekt59.ru/>

3. БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ МАГАЗИН «МАТРЕШКА»

Магазин принимает хорошие и чистые вещи, а хлам отправляет на переработку. Сюда можно принести мужскую, женскую, детскую одежду, чистую, не рваную обувь, аксессуары, бижутерию, сумки, посуду и кухонные принадлежности, домашний текстиль, игрушки, настольные игры и другие детские вещи, вещи и корм для животных, канцтовары и товары для творчества, книги в хорошем состоянии и другие предметы. Большая часть вещей будет передана нуждающимся, часть вещей — выставлена на продажу, непригодные — отправлены на переработку.

Группа магазина в соцсети «ВКонтакте»:
<https://vk.com/matreshkashop59>

4. «НАФТАЛИН»

Контейнеры проекта «Нафталин» стоят по всему городу. Туда можно положить одежду и домашний текстиль в любом состоянии: старые, потёртые или хорошие и новые вещи. Также принимают обувь в хорошем состоянии. Важно, что все вещи должны быть чистыми. После того как бак заполняется, его чистят, а вещи сортируют. Одежду в хорошем состоянии передают в благотворительные фонды, а вещи плохого качества отправляются на переработку.

Группа проекта в соцсети «ВКонтакте»:
<https://vk.com/naftalin59>

5. «ДОБРЫЙ СУНДУК»

Благотворительный проект принимает ненужные вещи. Организаторам проекта вывозят ненужные одежду, обувь, аксессуары, бижутерию, пригодные для повторной носки (без дыр, пятен от жидкостей), книги, посуду, предметы интерьера, технику в любом состоянии (в том числе и нерабочую) и детские игрушки. Далее вещи сортируют, часть отправляют в социальные организации, а другую часть выставляют на продажу за небольшую стоимость. Также можно самостоятельно положить ненужные вещи в один из контейнеров проекта «Добрый сундук».

Группа проекта в соцсети «ВКонтакте»:
https://vk.com/dobroperm_ru

ЦЕНТР ПОДОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ ACADEMY EXPERT



Решаем любые проблемы кожи стоп и ногтей: вросшие или деформированные ногтевые пластины, травмы ногтей, термические и химические ожоги ногтевых пластин, грибковые и бактериальные поражения ногтей, мозоли, трещины, повышенное потоотделение или сухость стоп.

Приём ведут специалисты с медицинским образованием. Выполняем гигиенический и подологический педикюр. Являемся эксклюзивными представителями профессиональных продуктов для стоп. Процедуры выполняются только на препаратах высокого качества.

У нас можно приобрести продукцию для домашнего ухода.

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ



ЦЕНТР ПОДОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ
Пермь, ул. Луначарского, 95а
Тел. +7 (342) 20-20-130
<https://podolog-expert.ru>

Для клиентов старше 75 лет действует специальное предложение

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



«ДИЗАЙН — ЭТО СПОСОБ РАССКАЗАТЬ ИСТОРИЮ ЧЕЛОВЕКА И ДОМА, В КОТОРОМ ОН ЖИВЁТ»

ДИЗАЙНЕР ПО ТЕКСТИЛЮ СВЕТЛАНА ГОШКО —
О ТОМ, ИЗ ЧЕГО СКЛАДЫВАЕТСЯ УЮТ И КАК ЧЕЛОВЕК
И ЕГО ЖИЛАЯ СРЕДА ВЗАИМОДЕЙСТВУЮТ ДРУГ С ДРУГОМ

МАСТЕРСКАЯ ТЕКСТИЛЬНОГО ДИЗАЙНА LIN (ПО-ФРАНЦУЗСКИ «ЛЁН») НАЗВАНА ТАК НЕ СЛУЧАЙНО. ЗДЕСЬ ВСЁ В СПОКОЙНЫХ ЛЬНЯНЫХ ТОНАХ, В СЛОЖНЫХ ТАКТИЛЬНЫХ СТРУКТУРАХ. ЗЕМЛЯ, ТРАВА, ОБЛАКА И ВОДА СЛОВНО БЫ ПЕРЕВОПЛОТИЛИСЬ В ТКАНИ, КОВРЫ, ПОДУШКИ, КОТОРЫЕ ЗДЕСЬ ПОВСЮДУ. ХОЗЯЙКА МАСТЕРСКОЙ СВЕТЛАНА ГОШКО — ПРЕДСТАВИТЕЛЬ РЕДКОЙ ПРОФЕССИИ: ОНА НЕ ТОЛЬКО ДИЗАЙНЕР ПО ТЕКСТИЛЮ, НО И ДЕКОРАТОР ИНТЕРЬЕРА И СТИЛИСТ ИНТЕРЬЕРНЫХ ФОТОСЪЁМОК.

Как люди приходят к такой интересной работе?

— Я окончила текстильную академию в Иваново как художник по тканям. Это была моя мечта: я с детства много рисовала, чувствовала себя художником и мечтала создавать ткани, одежду, мебель... После академии, как положено, работала на текстильном предприятии, создавала визуальные концепции будущих коллекций тканей и занималась их продвижением. Но когда в России начала бурно развиваться сфера дизайна интерьеров, я сменила направление.

У меня ничего не было, кроме любви к тканям, профессиональных знаний по текстилю и прирождённого чувства стиля, которое сильно рвалось

наружу и не знало, как себя проявить. Я начала работать дизайнером в салоне штор и очень благодарна этому опыту: там я получила представление о том, как работать в интерьере с тканями. Со временем стало понятно, что текстильный дизайн — это далеко не только портьеры, покрывала и подушки, это — область креатива плюс решение проблем пространства. Дизайн вообще, а текстильный дизайн в особенности может полностью изменить пространство помещения, как жилого, так и общественного, поменять представление о нём.

Что такое вообще текстильный дизайн? Из чего он состоит, в чём его цель, его специфика?

— Это область комплексных решений. Бывает, приходит в мастерскую человек и говорит: «Сделайте мне новые шторы, потому что мои старые совсем в интерьер не вписываются!» Ты начинаешь разбираться и понимаешь, что они не вписываются, так как нет целостности, портьеры — сами по себе, а остальной интерьер — сам по себе, или что проблема не в шторах, а в интерьере в целом. Бывает, что портьеры-то как раз прекрасные и надо изменить совсем другие детали, чтобы они начали «вписываться».

Архитектор создаёт пространство: его пропорции, габариты, объёмы; а я создаю среду — эстетическую и функциональную. Текстиль — такой же материал, как обои или краска, но более эмоциональный. Это как раз та вещь, которая или испортит интерьер, или его настолько лаконично закончит, что всё заиграет. Для профессионалов не секрет, что с помощью текстиля можно скорректировать и цвет стен, и высоту потолков, и многое другое в интерьере.

Когда я начинала эту деятельность, я видела её проще, как всего лишь украшение пространства, а оказалось, что это психология и она делает заказчика счастливее и меня, соответственно, тоже. Наша работа исключительно на доверии, и часто она долгосрочная, как с хорошим врачом.

У вас есть ещё одна профессия — стилист интерьерной съёмки. Что это такое?

— Когда дизайнер интерьера завершает свой объект, ему важно про-

фессионально его запечатлеть в идее замысла. Это делается для портфолио, для интерьерных изданий, для рекламы. Отделка сделана, мебель куплена, кухня установлена, но если интерьер сфотографировать без деталей, то это не всегда вдохновляет... вот поэтому и подключается к съёмке декоратор. Подготовка занимает примерно две недели, а потом я вызываю «Газель», загружаю-разгружаю её и после съёмки делаю это снова. Физически это тяжело, но возможность преобразить пространство и порадовать коллег и клиентов окупает всё.

Скажите, пожалуйста, что сейчас в тенденциях текстильного дизайна? Что в моде?

— Если честно, мода для меня — слишком узкое понятие. Настоящий художник всё равно всегда идёт от своего мировосприятия и притягивает тех, кому это откликается. Что же касается тенденций, то это как раз про энергию, тенденции витают в воздухе, и, если ты открыт душой, ты их считаешь.

Жизнь после пандемии изменилась, люди почувствовали стремление стать ближе к природе. Моя студия не зря называется Lin, то есть «Лён», — это ткань, которая меня вдохновляет, и она близка природе, как никакая другая.

Сейчас очень много природы в интерьере: дерево, натуральные или приближенные к натуральным фактуры, краски натуральных оттенков, принты букетов цветов и трав и воздух, в самом прямом смысле этого слова.

В тренде ковры в качестве визуального акцента. Интерьер может быть аскетичным, но ковёр — яркий,

авангардный или витражный персидский. Вообще, про тренды опасно говорить, потому что каждый интерьер, как и человек, индивидуальный, что модно одному, то не модно другому.



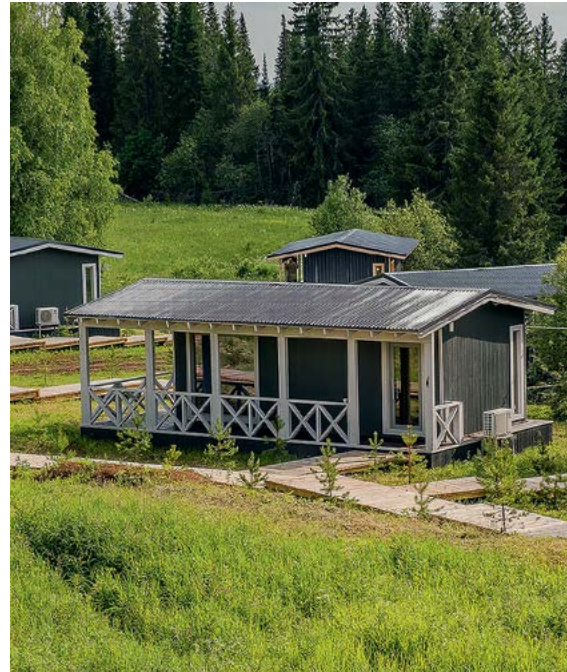
МАСТЕРСКАЯ
ТЕКСТИЛЬНОГО
ДИЗАЙНА

Пермь, ул. Советская, 22
WhatsApp:
+7-951-931-64-97

ВЫСОКАЯ КУХНЯ С ВИДОМ НА ПАРМУ

ПЯТЬ ПРИЧИН ПРОВЕСТИ ВРЕМЯ В ЭКООТЕЛЕ «ЕРЁМИЧИ»

ЕЩЁ НЕДАВНО ТРУДНО БЫЛО ПРЕДСТАВИТЬ СЕБЕ, ЧТО ПЕРМЯКИ ОХОТНО ПОЕДУТ В ОТДАЛЁННУЮ ДЕРЕВНЮ В ИЛЬИНСКОМ РАЙОНЕ, ЧТОБЫ ПРОСТО ПОЖИТЬ В МЕСТНОМ ОТЕЛЕ, ПООБЕДАТЬ, ПОУЖИНАТЬ... НЕ ПО ДЕЛАМ, НЕ РАДИ ПОСЕЩЕНИЯ МОДНОЙ ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ, А ПРОСТО ТАК. ОДНАКО ПОЯВЛЕНИЕ ЭКООТЕЛЯ «ЕРЁМИЧИ» ПОЛОМАЛО ВСЕ ТРАДИЦИОННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ОБ ОТДЫХЕ.



ЧЕТЫРЁХЗВЁЗДОЧНЫЙ КОМФОРТ ВДАЛИ ОТ ЦИВИЛИЗАЦИИ

«Ерёмичи» — это редкое сочетание современных удобств и абсолютной природной чистоты. Уникальная новая локация предлагает модный во всём мире формат отдыха: отель не как место, где можно переночевать вблизи от достопримечательностей, а сам по себе достопримечательность и повод для отдельной поездки.

Четырнадцать уютных домиков — единственный в Пермском крае строительный проект с использованием CLT-панелей — расположены так,

ЕВГЕНИЙ ЮХНЕВИЧ, РЕСТОРАТОР («ПАРТИЗАН»):

— Прекрасное место, очень красивое, хорошо удалённое от города. Связь работает только в «Амбаре», и это прекрасно: ничто не отвлекает от отдыха. Прекрасные домики, прямо на уровне пятизвёздочного отеля — тёплые, красивые, чистые; великолепный сервис, чудесный вид через панорамное остекление. Ухоженная территория, удобные дорожки. Даже когда снега много, пройти можно по всей территории.

Великолепная еда! Серёжа Юрин, выдающийся шеф, всё готовит из местных продуктов. Выпечка прекрасная совершенно, свежая, суп замечательный деревенский, гусятина... Простая, понятная еда, но сделанная на уровне ресторана на дорогом курорте.



ИРИНА БУРАКОВА, ДИРЕКТОР ВИНОТЕКИ VINORIO:

— Главная достопримечательность этого отеля — гостеприимная хозяйка, которая старается сделать отдых комфортным и приятным для своих гостей, беспокоится о том, чтобы досуг был интересный и познавательный. Винотека Vinorio в прошлом году участвовала в фестивале «Лето, село, вино» и в этом году снова будет выступать партнёром летнего фестиваля в «Ерёмичах»! Мы предложим дегустацию вин, наших сезонных новинок. Игристые вина создадут хорошее настроение, а лёгкие сухие вина составят прекрасную пару гастрономическому сопровождению. В «Ерёмичах» у шеф-повара всегда замечательное меню и прекрасные гастрономические сетсы. А вокруг — чудесная территория, красивая и ухоженная, интерактивные зоны, художники и музыканты... И ты там — среди природы, просто растворяешься.



чтобы в каждом из них гости чувствовали себя наедине с природой. Панорамный вид на лесистую парму и невероятные закаты открывается из каждой комнаты, но гости при этом остаются не видны соседям.

Мягкие простыни и полотенца, уютные пледы и халаты, кофе и чай, камины и кондиционеры, эксклюзивные моющие средства — не каждый отель с пятью звёздами может похвастать такой заботой о приезжих.

НОВЫЙ ГАСТРОНОМИЧЕСКИЙ ОПЫТ

Тот, кто хоть раз побывал в «Ерёмичах», готов специально ехать сюда ради обеда или ужина от легендарного шефа Сергея Юрина. Экоресторан «Амбар» — единственное место

в Пермском крае, последовательно проводящее локаворскую идеологию: все продукты, из которых готовит Сергей, выращены или добыты в Ерёмичах и окрестностях.

Еда в «Амбаре» сочетает щедрость бабушкиных вкусов с лоском вы-

сокой кухни. Фермерские сыры и домашние колбасы, соленья и варенья, свежайшая речная рыба и лесные грибы, копчёная дичь и деревенские супы — всё это скрашено пряными нотками дикоросов, ягодными и сливочными соусами.

ЛАРИСА ПОПОВА, МАСТЕР СПОРТА, ЧЕМПИОН МИРА ПО ЗИМНЕМУ ПЛАВАНИЮ, ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ТРЕНЕР ЮЛИИ ЗАЙЦЕВОЙ:

— Бывала в «Ерёмичах» неоднократно. Красиво, пушисто, чисто, снег белоснежный! Есть где погулять, подышать свежим воздухом. Я даже умудрилась поплавать в бассейне в сентябре, хотя вода была уже довольно холодная. Есть всевозможные игры, развлекательная программа на любой вкус, не говоря уже о гастрономии — это шедевр.



Нынешним летом в экоотеле откроется «Вкуснолавка»: фермерские продукты можно будет приобрести в качестве съедобного сувенира.

ОСОБЫЕ СОБЫТИЯ И ХОРОШАЯ КОМПАНИЯ

Кадрить на поляне под руководством известного танцовщика, живописные мастер-классы на пленэре под руководством известной художницы, винные дегустации от крупнейшего специалиста по элитному алкоголю, джазовые концерты на открытом воздухе; Рождество и Масленица, в которых традиционные забавы сочетаются с модными развлечениями, — в «Ерёмичах» вам не придётся скучать и самим выдумывать себе досуг: здесь работают люди с фантазией и вкусом.

У хозяйки «Ерёмичей» Елены Шперкиной — многолетний опыт организации поездок и экскурсий по Пермскому краю. Самостоятельные путешественники, гостящие в экоотеле, могут отправиться в Ильинский, Чёрмоз, Карагай или Кудымкар, и везде их встретят и сопровождают лучшие экскурсоводы.

СПОРТ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Бассейн, каякинг на Обве, велосипедные прогулки и игра в петанк летом, лыжи и снегоступы зимой, русская баня и фиточай в любое время года: отдых в «Ерёмичах» гармонично и ненавязчиво становится частью здорового образа жизни. Особая «фишка» здешнего физкультурного «меню» — трициклы. На трёхколёсном велоси-

педе даже глубокий пенсионер легко прокатится по здешним дорожкам.

В этих краях можно просто гулять, вдыхать лесной воздух, любоваться цветущими лугами или заснеженными елями — и чувствовать себя моложе.

В ближайших планах развития экоотеля — завершение строительства современного спа-центра: три вида бань, массаж, две купели и индивидуальный подбор оздоровительных программ в содружестве с клиникой «Лимфатек».

РАЗВЛЕЧЕНИЯ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ

Семьи с детьми особенно любят «Ерёмичи», потому что детская повестка здесь всегда продумана. Рыбалка или тюбинг, снежные горки или бассейн — развлечения, от которых сложно отвлечь ребёнка даже ради вкусного десерта.

Особый магнит для малышей — милые животные: козочки и кролики, гуси и дружелюбные собаки, которые с удовольствием поддержат подвижную игру.



Экоотель «Ерёмичи»
Ильинский район, д. Ерёмичи
ecovillageperm.ru
Тел. +7-902-472-90-58

НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

ЮЛИЯ УСОЛЬЦЕВА

ПРАЗДНОВАТЬ ЖИЗНЬ

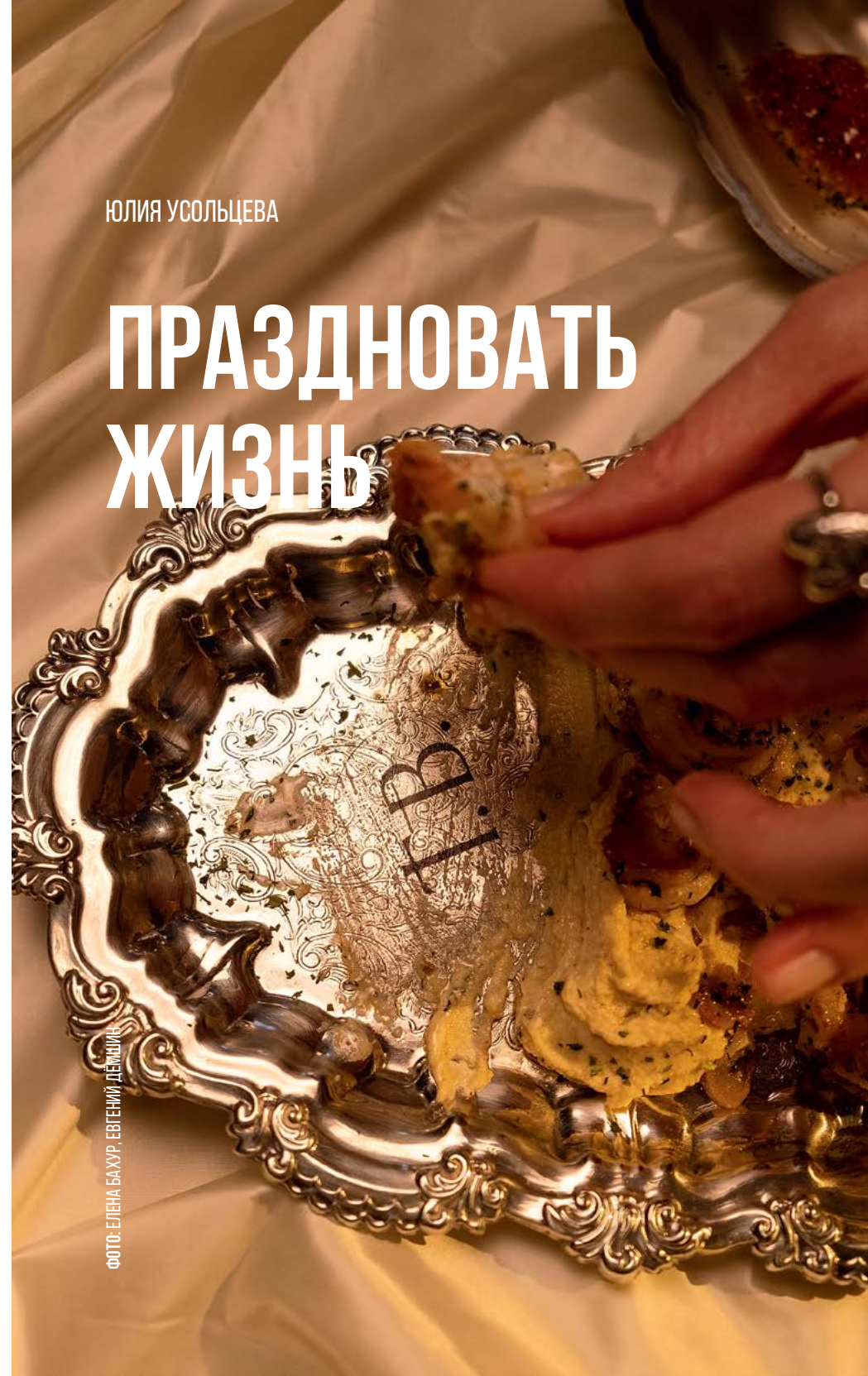


ФОТО: ЕЛЕНА БАХУР, ЕВГЕНИЙ ДЕНИЩИН

СОЗДАТЕЛИ РЕСТОРАНА ТАЙНАЯ В. ЕВГЕНИЙ ЧИГАРЕВ И ДАРЬЯ ГЕРИНА — О ЦЕННОСТЯХ НОВОГО ПРОЕКТА И ЕДЕ КАК ИСКУССТВЕ

Расскажите про концепцию вашего ресторана Тайная В. Какие смыслы вы закладывали, когда создавали его?



Дарья: Основной энергетический импульс исходил от Жени, а потом я подключилась с креативными технологиями. Используя дизайн-мышление, мы провели несколько глубинных интервью и проанализировали потребности наших потенциальных гостей. Для нас важно, чтобы бизнес был человекоцентрированным, поэтому мы стремились соединить то, что мы хотим, с тем, что важно для гостей.

Мы общались с людьми, проявленными, занятыми и деловыми, которым многое интересно. Одна из их центральных потребностей заключалась в том, чтобы замечать, что их жизнь действительно становится лучше, вне зависимости от того, что сейчас довольно тревожное время. Это те люди, которые собственноручно создают свой мир, вкладывают в это много сил и им важно осознавать, что с жизнью всё в порядке.

ДЛЯ НАС ВАЖНЫ РИТУАЛЫ. КАКИЕ-ТО ИЗ НИХ БЕРУТСЯ ИЗ ДЕТСТВА. НАПРИМЕР, ЛЁГКОЕ ХУЛИГАНСТВО — МЫ ПРЕДЛАГАЕМ ГОСТЯМ ПОЕСТЬ РУКАМИ, ОБМАКНУТЬ ХЛЕБ В БЛЮДО

Наше пространство, наш ресторан, позволяет им это почувствовать. Мы транслируем этот стиль и образ жизни. Мы про «праздновать жизнь». Не в смысле «давайте все напьемся», а в том смысле, что в каждом дне можно находить какую-то радость и повод почувствовать, как здорово жить эту жизнь.



Евгений: Смыслы помогли получить ориентиры, куда двигаться. Мы работаем, работаем и работаем, зная, к чему должны прийти. Мы постоянно совершенствуемся, продолжаем учиться сами и обучаем нашу команду. На данный

МЫ СОЗДАЁМ СРЕДУ, ГДЕ НАШИ ГОСТИ МОГУТ БЫТЬ САМИМИ СОБОЙ И В КОНТАКТЕ СО «СВОИМИ» ЛЮДЬМИ

момент наши ребята проходят обучение по вину. Каждую неделю они пробуют минимум два образца и обсуждают их, чтобы учиться описывать вино. Шеф в остальные дни предлагает ребятам пробовать еду, чтобы они могли затем рассказывать гостям о наших блюдах.

Для нас важны ритуалы. Какие-то из них берутся из детства. Например, лёгкое хулиганство — мы предлагаем гостям поесть руками, обмакнуть хлеб в блюдо. Конечно, кто-то может сказать: «Нет-нет, я так не могу» и продолжает пользоваться приборами — и это, безусловно, нормально. Мы можем только предложить пробовать новые варианты, экспериментировать.

А как вы формировали команду, которая разделяет ваше видение?

Евгений: Команда — это очень важно. Какая она, как ты с ней общаешься, как вовремя замечаешь детали — это тонкое искусство взаимодействия с ребятами и с самим собой.

Мы начали думать об этом заранее, собирали людей вокруг нашей идеи. У нас уже была готова «Библия», в которой мы прописали наши основные ценности. Сейчас мы занимаемся тем, что интегрируем общее понимание всех этих ценностей. Наша задача мягко, через заботу доносить это до коллектива. Но в то же время мы должны показывать стандарты, к которым необходимо стремиться.

Дарья: Нам не хочется уйти в иерархическую модель, в которой много контроля и только инструкции. При этом утопично думать, что мы можем построить бирюзовую организацию, в которой каждый сам мотивирован, ответственен, проактивен и так далее. Наша задача — найти баланс.

Можете перечислить несколько ценностей, которые отражены в вашей «Библии»?

Дарья: Самое первое — это естественность. Мы говорим, что мы создаём среду, где наши гости могут быть самими собой и в контакте со «своими» людьми. Хочешь в пятницу вечером быть супернарядной тигрицей — будь. Хочешь просто прийти с семьёй, быть расслабленной — будь. Хочешь — приходи в пижаме. Или ты можешь просто зайти и почитать книгу, быстро выпить кофе или красиво медленно поужинать — все эти сценарии возможны.

И было бы странно требовать от команды, чтобы они не были самими собой. Можно было двигаться просто по стандарту и сказать, какие должны быть причёски, макияж, украшения... Но мы решили разговаривать про эти детали индивидуально, сохраняя в каждом человеке то, что ему важно сохранить, не нарушая при этом нашего целостного видения.

Когда мы говорим про естественность, это не только про внешность, но и про возможность свободно принимать решения. Это про то, чтобы официанты в ходе общения с гостями могли сами принимать какие-то решения, отвечать на вопросы, быть, как сказала одна наша гостья, «умненькими».

Иногда, в критических ситуациях, конечно, хочется выкрутить контроль на максимум. Но нужно просто выдохнуть. И это уже про свою внутреннюю работу. Мы пробуем, ошибки делаем вместе, исправляем их вместе и признаём их вместе.



«Людям хочется объединяться не просто вокруг еды и вина, им хочется поговорить о чём-то значимом, фундаментальном, близком их сердцу. Поэтому культурный аспект мы очень хотим развивать»

Ещё одна из наших ключевых ценностей — это выстраивание взаимных доверительных отношений с нашими гостями. Наша задача — развивать долгосрочные связи с теми, кто близок нам по духу: приглашать их, совместно пробовать новые активности и находить общие интересы.

Вы создали определённую интригу, когда открывались. И у многих был вопрос, что всё-таки значит Т.В.?

Евгений: Мне в последнее время нравится играть с гостями и говорить, что это вообще можно интерпретировать как угодно. Это может быть «тайная встреча», это может быть «тайная винотека». И наверняка в вашей жизни есть какая-нибудь «тайная В.» (*смеётся. — Ред.*). У каждого своя ассоциация, и нам всегда интересно послушать версии гостей.

У меня изначально была ассоциация с «Тайной вечерей», потому что хлеб, вино, лаконичная мебель...

Евгений: Некоторые гости говорят про религиозный контекст, но изначально мы его не закладывали. На нашем лектории, где мы обсуждали искусство, было отчётливо видно, что всё творчество вышло из религии, веры. Если углубиться дальше, то вино вообще выжило только благодаря монахам, которые занимались виноделием. Это была одна из задач монаха — делать хорошее вино, чтобы как можно больше людей ходило именно в его храм, чтобы тропы

к его церкви была протоптана. Отсюда появилось как таковое виноделие, стали развиваться моносорта.

Мы с уважением относимся к религии, к разным религиям, но в основе нашего проекта лежит всё же светское искусство.

В вашем меню есть много оригинальных блюд с интересной подачей, которые не найдёшь в других ресторанах. Как вы их придумываете?

Евгений: Кухня строилась исходя из того, что мне близко. Мы долго обсуждали меню с нашими шефами, и они эти идеи разделяют. У нас был большой лист, на котором мы записывали все наши предложения. Мы решили, что сначала всё выгрузим, а потом начнём чистить, фильтровать, выбирать лучшее.

Идеи порой приходили спонтанно. Например, я просыпаюсь ночью и понимаю, как хочу сделать крабовый салат: мы возьмём сердце романа, разрежем его, положим туда фаланги крабов, сделаем крабовый соус, а потом сверху икорный соус...

Мы всё это сделали, а потом шеф говорит: «Ну что, надо сделать крабовый соус, как мы его будем делать?» И вот тут целая история... Я расскажу, чтобы вы поняли, как мы вообще занимаемся разработкой меню. Сначала мы решили сделать соус по рецепту вителло тоннато. Это традиционный соус из тунца, только мы его заменили на краба. Сделали, попробовали — не то. Мы его чуть-чуть поменяли, сделали более вкусным, но цвет у него



серый... Некрасиво. И тут наш шеф придумал, что сделать. Он берёт упаковку крабовых чипсов, кидает в термомикс, наливает масло, пробивает всё это, фильтрует масло через бумажные фильтры, на этом масле делает домашний майонез и готовит соус со сливками, со специями, всё. Я про-

«Мы проповедуем подход, чтобы в блюде было меньше сахара, стремимся делать всё максимально натурально»

бую — это крабовый соус. И говорю: «Круто, но никто же не будет есть соус из чипсов». В итоге шеф делает чипсы из тонко нарезанных крабов и креветок, потом снова запускает весь этот процесс в термомиксе... И мы получаем нужный нам результат.

И так почти во всём. Например, мы долго думали, как подавать хумус. С точки зрения гастрономии это не очень вкусно. Он сухой, это бобовая история... Я говорю: «Давайте не будем никого обманывать, мы не должны так делать, надо сделать вкусно». И в итоге мы выдаём хумус, к которому идёт соус из запечённых перцев, соус из свежих болгарских перцев и такая лёгкая сливочная основа, подвзбитая с оливковым маслом и уксусом.

ПОСКОЛЬКУ
МЫ ГОВОРИМ
ПРО ТРАНСЛЯЦИЮ
ОПРЕДЕЛЁННОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ,
ПРО ОБЪЕДИНЕНИЕ
ЛЮДЕЙ, ТО НАШИ
МЕРОПРИЯТИЯ ДОЛЖНЫ
ВЫЙТИ ЗА ПРЕДЕЛЫ
РЕСТОРАНА В САМЫЕ
НЕОЖИДАННЫЕ,
ВДОХНОВЛЯЮЩИЕ
ЛОКАЦИИ

Можно было сделать обычный хумус «гнёздышко» с овощами и красиво подать. Но тогда мы как будто бы не выполнили нашу миссию. И так мы подходим к каждой позиции в меню.

Для вас важен состав блюд? Что-бы они были полезными?

Евгений: Да, мы проповедуем подход, чтобы в блюде было меньше сахара, стремимся делать всё максимально натурально. Мы стараемся использовать минимум простых углеводов и глютена. Большинство соусов мы делаем сами. Гораздо проще купить порошок концентрат, развести его и получить соус с большим сроком годности. Можно, но это не про нас. Мы стремимся сделать блюдо полезнее, если есть такая



возможность. Заменить сахар на что-то другое или сделать овсянку безглютеновую. Но мы не ПП-заведение в чистом виде. Например, у нас есть батат со специями, от которого у всех просто трясётся голова. Мы видим его почти на всех столах, и люди часто за ним возвращаются.

Отдельная история, которой мы занимаемся около двух месяцев, — это работа с ферментацией. Очень модная тема сейчас. Мы сами построили специальные камеры, которые у нас стоят в производственной части в отдельной комнате. Соблюдая там условия хранения, влажности, температуры, мы построили «озеро», где выращиваем споры. У нас есть человек, который этим занимается: он выращивает споры, смотрит их в микроскоп, чтобы это точно была нужная спора, и начинает работать, чтобы выдать фантастический вкус. Думаю, что к осени мы сделаем специальное меню. Будем делать всё сами, чтобы было натурально, безопасно, вкусно.

Вы также сотрудничаете с пермскими фермерами. Покупаете у них яйцо, мясо, другие продукты. Вы это делаете, чтобы поддержать местных производителей, или это влияет на качество блюд?

Евгений: И то и другое. Конечно, мы заинтересованы в том, чтобы поддержать пермских производителей. Но это и про вкус еды. Это про заботу, про наше общество. Мы видим, что они стараются, работают, запрашивают обратную связь. Конечно, в магазине можно купить яйцо в два раза дешевле, но мы выбираем

фермерское, потому что получаем стабильный вкус, классные отношения, видим эмоции наших гостей, и мы таким образом выполняем свою миссию.

У вас концептуально продумано не только меню, но и дизайн интерьера. Например, у вас есть уже почти легендарный «царь-стол» с мозаикой в малом зале. Как он появился?

Дарья: Я очень давно смотрела на эту мозаику на производстве у каменщиков. На этапе зонирования интерьера мы поняли, что в малом зале у нас появится большой овальный стол на 12 человек. И ему суждено было быть созданным из тысяч кусочков натурального камня. Нам очень нравится, что люди собираются за одним большим столом. Мы запустили в этом зале лекторий про искусство. И видим, что людям хочется объединяться не просто вокруг еды и вина, им хочется поговорить о чём-то значимом, фундаментальном, близком их сердцу. Поэтому культурный аспект мы очень хотим развивать.

Большой зал у вас называется «Художественный». Вы планируете проводить в нём выставки?

Дарья: Да, у нас всю весну будет проходить выставка художницы Жени Балдиной. Она специально для нас пишет 12 картин. Это чудо какое-то! Выставка будет называться «66 дней весны. Птицы поют». У нас также будет три её авторских вечера, где можно будет пообщаться. Мы будем продавать не только большие полотна, потому что

не каждый может себе их позволить, но и небольшие картины. И плюс ещё Женя создаст свои авторские постеры. То есть у нас будет три ценовых сегмента, потому что для нас очень важно, чтобы люди забирали этот образ жизни, это искусство с собой домой.

По этой же причине мы решили продавать банки с оливками, закусками, вино. Чтобы дома тоже можно было легко и красиво сделать завтрак или ужин.

Евгений: Мы транслируем, что маленький праздник можно себе устроить и дома. Мы делимся своим видением и хотим, чтобы люди тоже кайфовали от еды и вина.

Когда вы открывались, то говорили, что у вас будут проходить тайные вечера за пределами ресторана. Эта идея остаётся?

Евгений: Да, конечно. Сил только наберёмся (*смеётся. — Ред.*). Сейчас первоочередная задача, все силы направлены на то, чтобы выстроить процессы в ресторане, улучшить сервис и так далее. Но, конечно, идеи проведения тайных вечеров нас не покидают, и они будут сделаны в очень необычном формате. Мы над этим работаем.

Дарья: Это наша мечта и следующая важная ступень интеграции с городом и людьми. Поскольку мы говорим про трансляцию определённого образа жизни, про объединение людей, то наши мероприятия должны выйти за пределы ресторана в самые неожиданные, вдохновляющие локации.

ЮЛИЯ БАТАЛИНА

«ЗАДАЧА ИСКУССТВА — МЕНЯТЬ ЧЕЛОВЕКА ИЗНУТРИ»

ХОРМЕЙСТЕР MUSICAETERNA ВИТАЛИЙ ПОЛОНСКИЙ —
ОБ ИСТОРИИ ЭТОГО КОЛЛЕКТИВА, О ЕГО ПУТИ И ТРЁХ ОСНОВНЫХ
ЭТАПАХ — НОВОСИБИРСКОМ, ПЕРМСКОМ И ПЕТЕРБУРГСКОМ

ЕСЛИ ВЕХИ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ СЕРГЕЯ ДЯГИЛЕВА ПРИНЯТО ОБОЗНАЧАТЬ КАК «ПЕРМЬ — ПЕТЕРБУРГ — ПАРИЖ», ТО ПУТЬ ОРКЕСТРА И ХОРА MUSICAETERNA — ЭТО «НОВОСИБИРСК — ПЕРМЬ — САНКТ-ПЕТЕРБУРГ». ИМЕННО В ЭТИХ ГОРОДАХ, А ЕЩЁ В МОСКВЕ, ПРОШЛИ КОНЦЕРТЫ ГАСТРОЛЬНОГО ТУРА, ПОСВЯЩЁННОГО 20-ЛЕТИЮ MUSICAETERNA. 12 МАРТА СОСТОЯЛСЯ КОНЦЕРТ В ПЕРМИ.

MUSICAETERNA — КОЛЛЕКТИВ-ПУТЕШЕСТВЕННИК. РЕШИТЕЛЬНО МЕНЯЯ МЕСТА ОБИТАНИЯ, СЛЕДУЯ ЗА СВОИМ ЛИДЕРОМ — ТЕОДОРОМ КУРЕНТЗИСОМ, ЛЮДИ И ИДЕИ ПЕРЕЕЗЖАЮТ ИЗ ГОРОДА В ГОРОД. НА ПРОТЯЖЕНИИ ВСЕХ ЭТАПОВ ЭТОГО БОЛЬШОГО ПУТИ, В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО ВРЕМЕНИ СУЩЕСТВОВАНИЯ КОЛЛЕКТИВА ВМЕСТЕ С НИМ ГЛАВНЫЙ ХОРМЕЙСТЕР ВИТАЛИЙ ПОЛОНСКИЙ.

Мы отмечаем сегодня 20-летие оркестра и хора MusicAeterna. Что означает для музыкального мира существование этого коллектива? В чём его особенность?

— Действительно, 20 лет назад новосибирская музыкальная общественность впервые услышала новое название из двух латинских слов, означающих «вечная музыка». За считанные месяцы после первого концерта в Новосибирской консерватории это название узнала вся страна. То, что мы делали, выглядело совершенно необычно, начиная с репертуара: мы исполняли и классику, и современную музыку, часто объединяя их в одной программе, очень много брали барочной музыки, причём играли её на старинных инструментах, что тогда для России было редкостью.

Буквально за несколько лет интерес к нашему коллективу настолько вырос, что мы, всё ещё находясь в Новосибирске, подписали контракт с одним из лидеров мирового рынка звукозаписи — компанией Alpha —

и вышли на европейский рынок благодаря записям Реквиема Моцарта, Четырнадцатой симфонии Шостаковича и «Дидоны и Энея» Пёрселла. Начались федеральные гастролы.

Как в Новосибирске приняли Теодора Курентзиса? В Перми он вызывал постоянные споры...

— Это было начало карьеры Теодора. Новосибирск поначалу с трудом выговаривал его фамилию, но он достаточно быстро стал популярным. Теодор — яркая личность, а любая яркая личность вызывает противоречивые чувства, и мы не можем сказать, что абсолютно все приняли его с восторгом; но, что для нас было очень важно, те музыканты, которые были лицом города, честью музыкальной культуры Новосибирска, — они его приняли. Арнольд Михайлович Кац, легенда нашего города, увидел Теодора, и единственное замечание, которое он сделал: «А почему он дирижирует без палочки?» Для нас это было знаком принятия Теодора в когорту музыкан-

тов, которые будут работать на ниве музыкальной культуры Новосибирска.

Неужели не было никаких сложностей в начале пути MusicAeterna и Теодора Курентзиса?

— Теодор мыслит так масштабно, его интересы и идеи настолько безграничны, что их невозможно реализовать легко. Но что это за сложности? Когда мы начали делать записи, нам приходилось работать по ночам, потому что метро, которое проходит под оперным театром, днём было слышно, а Теодор никогда не соглашался на компромиссы.

Бывали сложности с концертными залами, которые не всегда соответствовали нашим требованиям к акустике и атмосфере. Мы с первых же дней стали исполнять духовную музыку в храмах, и было не так легко объяснить, что мы делаем; а мы хотели максимально приблизиться к аутентичному звучанию, то есть исполнить музыку в таком пространстве, для которого она была написана.

Что изменилось в коллективе после переезда в Пермь?

— Новосибирский период оркестра MusicAeterna и хора, который тогда назывался New Siberian Singers, продолжался около семи лет, а потом мы переехали в Пермь, потому что во время «пермской культурной революции» руководство города и края захотело, чтобы молодой дирижёр с европейским именем представлял Пермь. Мы поняли, что название хора становится неактуальным, и решили, что и хор, и оркестр будут работать под одним лейблом. Так наш хор тоже стал называться MusicAeterna.

Это не значит, что весь коллектив в полном составе переместился в Пермь. Коллектив продолжал формироваться и меняться. Мы благодарны Перми за то, что здесь появилась возможность создать идеальный коллектив единомышленников, собравший одних из лучших музыкантов со всей России, со всего постсоветского пространства. К нам присоединились многие европейские музыканты. Именно в Перми был сформирован полноценный симфонический оркестр и полноценный камерный хор в составе 40 человек.

Мы невероятно счастливы, что Пермь пригласила нас и приняла, что мы стали частью пермской культуры.

Насколько я помню, в Перми, как и в Новосибирске, у вас были проблемы с организацией записи музыки. Кажется, вы записывали в Дягилевской гимназии, причём тоже в ночное время...

— Так и есть. Именно в пермский период мы подписали эксклюзивный контракт с Sony Classic. Благодаря сделанному в Перми записям мир узнал о наших поисках в «Моцартиане»: именно здесь Теодор Курентзис поставил три оперы Моцарта — Да Понте, именно здесь, в оперном театре, мы их записали. Для того что-

ТЕОДОР МЫСЛИТ ТАК МАСШТАБНО, ЕГО ИНТЕРЕСЫ И ИДЕИ НАСТОЛЬКО БЕЗГРАНИЧНЫ, ЧТО ИХ НЕВОЗМОЖНО РЕАЛИЗОВАТЬ ЛЕГКО

бы сделать записи Моцарта мирового уровня, нам пришлось демонтировать партер и разместить оркестр в партере зрительного зала; таким образом, на 10 дней театр превратился в фантасматическую звукозаписывающую студию. А в Дягилевской гимназии мы записали наш диск Рамо — The Sound of Light, и это действительно происходило по ночам в связи с невозможностью обеспечить звукоизоляцию днём.

Когда такой коллектив прибывает в город и становится его резидентом, это ведь не может не изменить город. Какой след оставила MusicAeterna в Перми?

— Мы пришли не на пустое место: оперный театр Перми к тому времени уже был одним из хедлайнеров российской культурной жизни, здесь состоялись многие мировые оперные премьеры — «Пена дней» Эдисона Денисова, например. Наш Дягилевский фестиваль возник тоже не на пустом месте, он трансформировался из «Дягилевских сезонов», которые уже проходили в Перми к моменту нашего появления в этом городе.

Но, когда закончился пермский период MusicAeterna, фестиваль остался здесь в новом качестве. Он стал ежегодным, стал событием мирового уровня. Благодаря ему в Перми побывали Ромео Кастеллуччи, Боб Уилсон, Дени Лаван. Благодаря поддержке Теодора появилась новая институция — частная филармония «Триумф». Это принципиально новый тип музыкального бизнеса — первая частная филармония, и я не знаю, есть ли что-то подобное в других городах.

Круг музыкальных интересов Теодора Курентзиса и MusicAeterna очень широк. Но есть ведь, наверное, какие-то композиторские имена, которые особенно для вас важны, и какие-то музыкальные произведения, которые сопровождают вас на протяжении всей этой двадцатилетней истории?

— Действительно, есть такие произведения, которые на протяжении всей нашей жизни идут вместе с нами. Мы говорим: «Теодор Курентзис» — подразумеваем «Дидона и Эней». Мы считаем большим вкладом в раз-



МЫ БЛАГОДАРНЫ ПЕРМИ ЗА ТО, ЧТО ЗДЕСЬ ПОЯВИЛАСЬ ВОЗМОЖНОСТЬ СОЗДАТЬ ИДЕАЛЬНЫЙ КОЛЛЕКТИВ ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ, СОБРАВШИЙ ОДНИХ ИЗ ЛУЧШИХ МУЗЫКАНТОВ СО ВСЕЙ РОССИИ

витие музыки наш цикл из девяти симфоний Бетховена. И, конечно, Малер — его творчество находится в фокусе нашего внимания на протяжении всей истории коллектива, и с его Второй симфонией мы сейчас поехали в юбилейный тур.

Это — что касается произведений, которые мы берём в свой репертуар, и они обретают какое-то новое прочтение. Однако благодаря MusicAeterna на свет родились новые произведения! Например, Tristia Филиппа Эрсана. Благодаря нашей

совместной работе с этим выдающимся французским композитором появилось это невероятно пронзительное произведение о свободе и несвободе, о жизни и смерти, написанное на стихи заключённых.

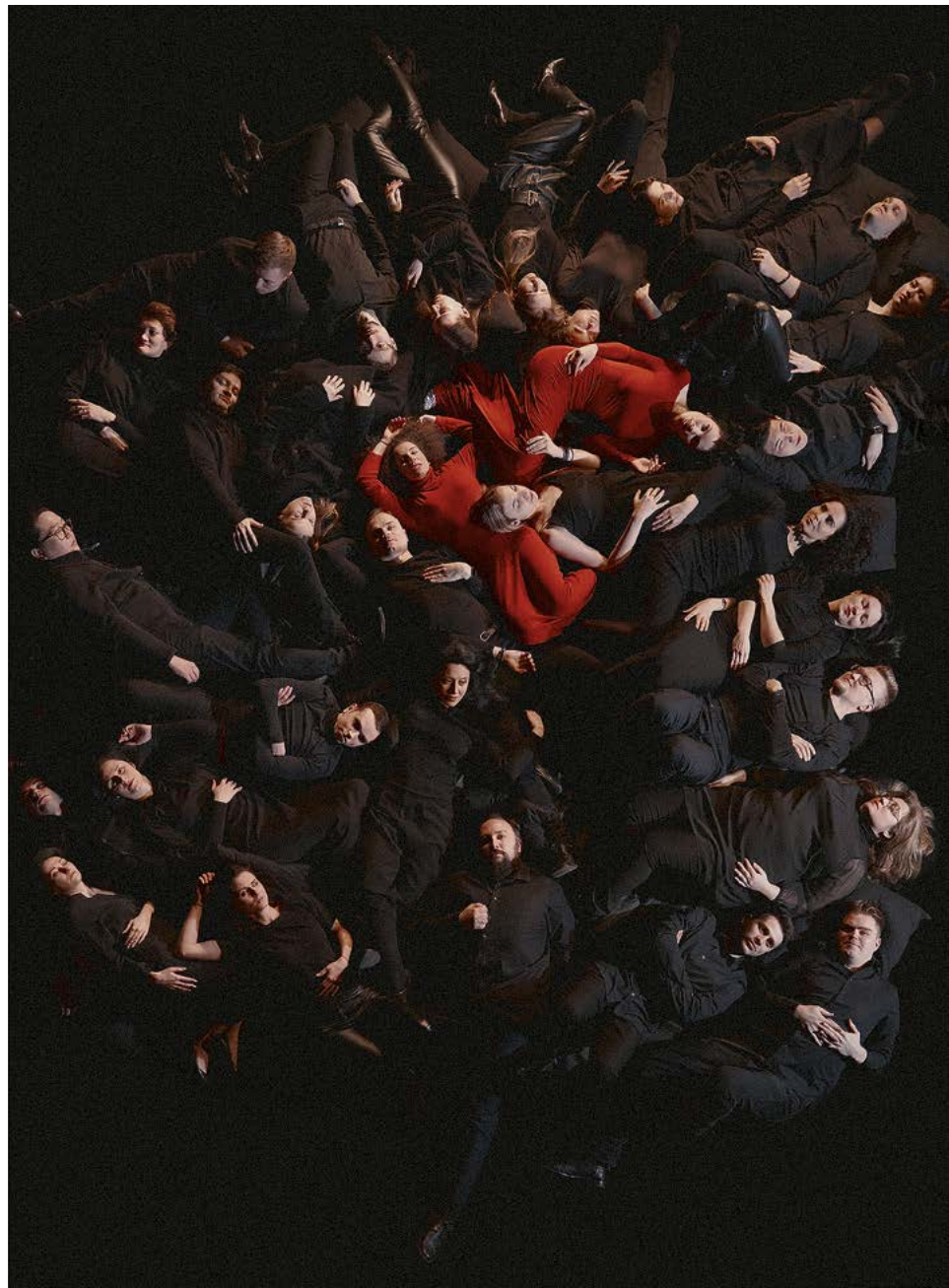
Ещё одно название, которое я хотел бы вспомнить, — это «Королева индейцев». Оригинальная партитура Пёрселла — это незаконченное произведение длительностью буквально 40 минут, но при работе с Питером Селларсом, который выступил не только как режиссёр, но и как дра-

матург, это произведение превратилось в большую трёхчасовую оперу, в которую Питер и Теодор, зная возможности нашего хора, включили духовные гимны Пёрселла. Премьера этой версии, кстати, тоже была в Перми.

„MUSICAETERNA — ЭТО НЕ ТОЛЬКО ШТАТНЫЙ СОСТАВ МУЗЫКАНТОВ, ЭТО КАЖДЫЙ, КТО РАБОТАЛ С НАМИ, КАЖДЫЙ, КТО БЫЛ НА НАШЕМ КОНЦЕРТЕ И РАЗДЕЛЯЕТ НАШИ ЦЕННОСТИ

Благодаря заказу Теодора одному из ведущих композиторов России Алексею Сюмаку мы сделали невероятный спектакль Cantos, который, по нашим ощущениям и по откликам публики, изменяет что-то в каждом человеке. А ведь задача искусства — это, может быть, именно менять человека изнутри.

Пермский период MusicAeterna — это ещё и сотрудничество с хореографом Алексеем Мирошниченко. В то время было множество балетных постановок, уникальных для России: «Свадебка» Иржи Ки-



лиана, «Оранго» на восстановленную оперную музыку Шостаковича... Были такие спектакли, в которых хор MusicAeterna превращался в коллектив перформеров: хор стал двигаться. Вообще-то оперный хор и должен двигаться на сцене, но это был какой-то новый уровень — с невероятными танцами, которые поставил Алексей с его богатейшей фантазией. Мы ему очень благодарны.

С чем связан, в первую очередь, ваш нынешний, петербургский период?

— Петербургский период начался с невероятных ожиданий с нашей стороны, но жизнь преподнесла суровый сюрприз, и нам пришлось вырабатывать совершенно новую стратегию. Переехав в 2019 году в Петербург, мы получили в своё распоряжение потрясающее историческое здание, которое является символом этого города. Это была огромная удача, огромный потенциал. Но судьба распорядилась по-другому: именно в том году кто-то съел заражённую летучую мышку и случился ковид. Нам пришлось отказаться от всех своих планов, перейти в домашний формат и работать онлайн.

Творческая жажда нас переполняла, а жизнь не позволяла встречаться с любимой публикой и друг с другом. Тогда был создан замечательный фильм, который я рекомендую посмотреть всем и не забывать об этом тяжёлом периоде молчания, об этом периоде разобщённости. Называется фильм Plan B. Он есть в открытом доступе.



Ковид закончился, и мы вышли из него с пониманием, что существуют очень разные формы работы.

Ваш петербургский период тоже связан с приключениями?

— Мы приехали в Дом радио — знаменитейшее место, которое связано в Петербурге и с блокадой, и с Ольгой Берггольц, и с Седьмой симфонией Шостаковича, и с госпиталем во время Первой мировой войны. Мы понимали всю ответственность, которую берём на себя: мы входили в святая святых и должны были стать достойными этого. Появилось много новых идей. В Доме радио нет как таковой концертной площадки, но есть большие студии, и мы начали использовать этот ресурс для проведения камер-

ных концертов, для большого числа образовательных программ. Мы продолжили начинания, которые были всегда — и в Новосибирске, и в Перми, — и создали много новых проектов.

Появились новые коллективы: MusicAeterna Byzantina, хор, который базируется в Греции, но является частью семьи MusicAeterna; MusicAeterna Dance.

На регулярной основе у нас проходят занятия с любителями музыки — «Распев» — и с любителями танца — «Пляс». Очень много лекций, кинопоказов, встреч с артистами разного уровня, с музыкальными критиками, с кинокритиками.

Мы очень много работаем на других городских площадках: часто выступаем в Эрмитаже, у нас большая дружба с Феодоровским собором. Ну и, конечно, среди наших постоянных площадок — Большой зал филармонии и Капелла Санкт-Петербурга. Так что, считаю, мы смогли за этот период «вмонтировать» в петербургскую городскую среду.

Мы очень благодарны каждому артисту, который был с нами за эти 20 лет, потому что именно благодаря им MusicAeterna сейчас такая, какая есть. MusicAeterna — это не только штатный состав музыкантов, это каждый, кто работал с нами, каждый, кто был на нашем концерте и разделяет наши ценности, каждый, кто присоединяется к нам сейчас, в том числе в юбилейном туре, и вместе с нами воплощает те идеи, то понимание красоты, счастья и мира, которые мы вкладываем в нашу музыку.



МУЖЧИНЫ VS ЖЕНЩИНЫ

ПЛАСТИЧЕСКИЙ ХИРУРГ КЛИНИКИ IMAGO ВУГАР АЛИЕВ
В ПОСТОЯННОЙ РУБРИКЕ «КОМПАНИОН MAGAZINE» — О ТОМ,
В ЧЁМ КЛЮЧЕВЫЕ РАЗЛИЧИЯ В ПОДХОДАХ К КОСМЕТОЛОГИИ
И ПЛАСТИЧЕСКОЙ ХИРУРГИИ У МУЖЧИН И ЖЕНЩИН.

Пластическая хирургия — это не только искусство, но и наука, которая требует глубокого понимания анатомии, физиологии и психологии пациента. Мужчины и женщины обращаются к пластическим хирургам с разными целями, и подход к их лечению может существенно отличаться.

АНАТОМИЧЕСКИЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ РАЗЛИЧИЯ

- **Кожа.** У мужчин кожа толще, плотнее и имеет больше сальных желёз. Это влияет на процесс заживления и риск образования рубцов. У женщин кожа тоньше и более склонна к потере эластичности с возрастом.
- **Распределение жира.** У женщин жир чаще откладывается в области бёдер, ягодиц и живота, а у муж-

чин — в зоне живота и боков. Это важно учитывать при липосакции и контурировании тела.

- **Мышечный рельеф.** Мужчины чаще стремятся подчеркнуть мускулатуру, что требует особого подхода при коррекции груди, живота или спины. У женщин акцент делается на создание плавных, женственных линий.

ПОПУЛЯРНЫЕ ПЛАСТИЧЕСКИЕ ОПЕРАЦИИ У МУЖЧИН

1. Ринопластика

Мужчины часто обращаются за коррекцией носа, чтобы устранить горбинку, уменьшить ширину или исправить последствия травм. Важно сохранить мужские черты, чтобы нос выглядел естественно и гармонично.

2. Коррекция гинекомастии

Одна из самых востребованных операций среди мужчин. Гинекомастия — это увеличение молочных желёз, которое может быть вызвано гормональными изменениями, ожирением или приёмом определённых препаратов. Хирург удаляет излишки жировой и железистой ткани, возвращая груди мужской контур.

3. Блефаропластика

С возрастом кожа вокруг глаз теряет эластичность, образуя мешки и нависающие веки. Блефаропластика помогает мужчинам выглядеть моложе и свежее, не нарушая их мужественности.

4. Липосакция и абдоминопластика

Мужчины часто хотят избавиться от жировых отложений в области живота

и боков, особенно если диета и спорт не помогают. Липосакция и подтяжка живота помогают создать более спортивный и подтянутый силуэт.

5. Пересадка волос

Облысение — распространённая проблема среди мужчин. Современные методы пересадки волос, такие как FUE (Follicular Unit Extraction), позволяют восстановить густоту волос и вернуть уверенность в себе.



ПОПУЛЯРНЫЕ ПЛАСТИЧЕСКИЕ ОПЕРАЦИИ У ЖЕНЩИН

1. Увеличение груди

Одна из самых популярных операций среди женщин. С помощью имплантатов или липофилинга можно увеличить объём груди, скорректировать её форму и добиться более гармоничного силуэта.

2. Липосакция

Женщины часто обращаются за липосакцией в области бёдер, живота, боков и спины. Эта процедура помогает избавиться от локальных жировых отложений, которые не поддаются диетам и тренировкам.

3. Подтяжка лица (фейслифтинг)

С возрастом кожа лица теряет упругость, появляются морщины и складки. Фейслифтинг помогает вернуть лицу молодой и свежий вид, подтягивая кожу и мышцы.

4. Блефаропластика и подтяжка бровей

Пластика позволяет устранить мешки под глазами, нависающие веки и придать взгляду выразительность.

5. Абдоминопластика

После родов или значительного снижения веса кожа на животе может потерять упругость. Абдоминопластика помогает убрать излишки кожи и жира, вернуть плоский и подтянутый живот.

6. Контурная пластика губ

С помощью филлеров на основе гиалуроновой кислоты можно увеличить объём губ, скорректировать форму и сделать их более выразительными.

7. Лабиопластика

Коррекция половых губ — процедура, которая становится всё более популярной среди женщин. Она помогает решить как эстетические, так и функциональные проблемы.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

Мужчины, как правило, реже обращаются за пластическими операциями, чем женщины, из-за стереотипов и страха осуждения. Однако в последние годы наблюдается рост интереса к эстетической медицине среди мужчин.

Женщины же чаще воспринимают пластическую хирургию как способ повышения уверенности в себе и улучшения качества жизни.

Пластическая хирургия для мужчин и женщин — это не просто набор техник, а индивидуальный подход, который учитывает анатомию, эстетические цели и психологию пациента. Если вы рассматриваете возможность пластической операции, обязательно проконсультируйтесь с опытным специалистом, который поможет вам достичь желаемого результата, сохранив естественность и гармонию.



Клиника пластической
хирургии и косметологии
IMAGO

Пермь, ул. Мильчакова, 19

Тел. +7-999-282-59-59

imago-clinic.ru

vk.com/metamorphoses_perm

t.me/imago_metamorphoses

ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ

PIZZA  MAN

УЗНАЙ ВКУС

НАСТОЯЩЕЙ

ПИЦЦЫ

ЗАКАЖИ НА

PIZZAMAN.RU

24/7



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ





ЕКАТЕРИНА ИВАНЦЕВА,
ТРЕНД-АНАЛИТИК В СФЕРЕ МОДЫ

ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ СЛЕД МОДНОЙ ИНДУСТРИИ

Модная индустрия, одна из самых влиятельных отраслей, сталкивается с неотложной необходимостью пересмотра своих методов на всех этапах — от получения сырья до утилизации. Последняя статистика показывает, что ежегодно на рынок поступает более 100 миллиардов тонн новых изделий, в то время как 92 миллиарда тонн одежды ежегодно оказы-

МОДА И ЭКОЛОГИЯ: НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ПОВЕСТКА — ЭТО НЕ ТОЛЬКО ПРОБЛЕМА, НО И ГИГАНТСКАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ БРЕНДОВ. ИНТЕГРАЦИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО АСПЕКТА В ИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПОЗВОЛЯЕТ НЕ ТОЛЬКО СНИЗИТЬ ИЗДЕРЖКИ, НО И УЛУЧШИТЬ ИМИДЖ В ГЛАЗАХ КЛИЕНТОВ. ЛЮДИ СТАНОВЯТСЯ ВСЁ БОЛЕЕ ИНФОРМИРОВАННЫМИ, ИСПЫТЫВАЮТ ТРЕВОГУ И ХОТЯТ, ЧТОБЫ ИМ ПОМОГЛИ ЗАБОТИТЬСЯ ОБ ЭКОЛОГИИ. ОНИ ГОТОВЫ ПЛАТИТЬ БОЛЬШЕ ЗА ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТУЮ ПРОДУКЦИЮ. В НОВЫХ РЕАЛИЯХ МОДА СТАНОВИТСЯ НЕ ПРОСТО ИСКУССТВОМ, А ВАЖНЫМ СОЦИАЛЬНЫМ ИНСТРУМЕНТОМ, СПОСОБСТВУЮЩИМ РАСПРОСТРАНЕНИЮ ИДЕЙ УСТОЙЧИВОГО РАЗВИТИЯ.



СВАЛКА ОДЕЖДЫ В ПУСТЫНЕ АТАКАМА. ФОТО MARTIN BERNETTI AFP

ваются на свалках, нанося вред экосистеме планеты. Наиболее крупные несанкционированные свалки располагаются в пустыне Атакама в Чили и на пляжах Ганы.

Вещи, свозимые туда под предлогом переработки, на самом деле продолжают загрязнять природу, выделяя парниковые газы и микроволокна пластика в процессе разложения. К слову, синтетические ткани распадаются до 100 лет и больше.

Изменение климата и другие экологические проблемы вынуждают государства, организации и бренды осознавать свою ответственность и стремиться к устойчивому развитию. На повестке дня — экологически чистые технологии, переработка и замедление потребления.

ЗАМЕДЛЕНИЕ ПОТРЕБЛЕНИЯ

Для замедления потребления многие бренды начинают отказываться от традиционных показов на Неделях моды. Вместо этого они объединяют в одном показе мужские и женские коллекции, а также осеннюю и зимнюю. Не показывают шоу, а просто выпускают лук-буки. Могут показать свои лучшие модели из прошлых коллекций.

Открываются выставки, где представлены шедевры и знаковые изделия модных домов разных эпох, позволяя зрителям оценить мастерство и ценность каждой вещи.



1. КЕЙП ИЗ ЖАКЕТОВ IFM, ВЕСНА-ЛЕТО 2025
2. ДЕКОНСТРУИРОВАННЫЙ ТРЕНЧ РОКН, ВЕСНА-ЛЕТО 2025
3. БРЮКИ КАРГО ZIMMERMAN, ВЕСНА-ЛЕТО 2025

4. ЮБКА ИЗ ДЖЕМПЕРА ACNE STUDIOS,
ВЕСНА-ЛЕТО 20255. КАМУФЛЯЖ LOUIS VUITTON,
ОСЕНЬ-ЗИМА 20256. ДЖЕМПЕР С КАТЫШКАМИ LOEWE,
ОСЕНЬ-ЗИМА 20247. ВЕТРОВКА PRADA,
ВЕСНА-ЛЕТО 20258. МЯТАЯ ОДЕЖДА BOTTEGA VENETA,
ВЕСНА-ЛЕТО 2025

ФОТО 1–8 С САЙТА VOGUE.COM



Столько времени, труда и других ресурсов затрачено на создание каждой детали, а на подиуме их видят всего несколько минут. Через несколько месяцев выходит следующая коллекция. Такие выставки помогают вспомнить, рассмотреть колоссальный труд мастеров и переосмыслить отношение к одежде, побуждая покупать качественные вещи, отражающие индивидуальность, а не следовать краткосрочным трендам.

Для увеличения срока службы изделий, для достижения новых устойчивых свойств бренды начинают создавать новые смесовые материалы, комбинируя хлопок, лён, шерсть и целлюлозные волокна. Например, ткани Loro Piana зарекомендовали себя как долговечные и готовые к неблагоприятным погодным условиям. Однако более качественные и устойчивые вещи часто остаются доступными лишь для узкого круга потребителей.

Для всех остальных покупателей пока предлагается движение в сторону замкнутого цикла. Это означает переработку большего количества нашей одежды обратно в новые изделия.

Пока все усилия по переработке по факту тщетны. Пока суть переработки — это ссылать «гуманитарную помощь» в бедные регионы и страны, на перерабатывающих заводах большинство хлопковых вещей становятся ветošью для хозяйств, большинство синтетики становится серо-буры «ватой» для набивки диванов и шумоизоляции. По сути, это лишь отсрочка, перекладывание беды на следующее поколение. Очень мало одежды становится новой нитью для новой одежды.

Пока недоступно такое решение, как переработка всей одежды в нить, поэтому самое лучшее решение — повторное использование вещей. Как это проявляется в моде?

ВИНТАЖ, РЕСЕЙЛ И АПСАЙКЛИНГ: НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА СТАРЫЕ ВЕЩИ

В последние годы винтаж снова становится актуальным. Носить «вещь с историей» не только экологично, но и престижно. В ответ на растущий спрос появляются ресейл-платформы, The Cultt и Oskelly.

На подиумах можно увидеть вещи со «следами времени» — потёртостями, помятостями, облитые краской, с заплатками, в катышках, с трещинками, выгоревшие, с торчащими нитками, что отражает не только экологические тренды, но и социальные изменения (вынужденная миграция и социальное расслоение).

Новым модным трендом стала деконструкция, это символизирует креативность и индивидуальность. Одежда, сшитая из фрагментов других вещей, становится заметной на показах от прет-а-порте до от-кутюр.



НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ УСТОЙЧИВОЙ МОДЫ

Ожидается, что мода всё больше будет ориентироваться на устойчивое развитие. Бренды будут использовать переработанные материалы, остатки и обрезки от прошлых коллекций, переосмысляя, перешивая и декорируя непроданные вещи, создавая из них новые ткани. Например, фактурную ткань из хаотично переплетённых цветных нитей.

Уменьшение использования химических красителей приведёт к более блёклым пастельным оттенкам.

Бренды будут использовать материалы, которые произведены из альтернативных ресурсов и будут легко разлагаться. Например, коллекции Стеллы Маккартни демонстрируют использование веганских материалов: ананасовая кожа, кожа из грибного мицелия, подошвы из корыцы, пуговицы из хлопка и т. п.

Важным направлением становится возрождение народных традиционных ремёсел, что было отмечено на крупнейшей выставке текстильного дизайна в мире (Premiere Vision в Париже). На выставке весна-лето — 2026 акцент был сделан на баланс между инновациями и традициями.

Кружево, крупная вязка, плетение, ткачество, вышивка, традиционные

национальные мотивы, прочие ремесленные традиции и мастерство пошива названы главной ценностью, основой моды и путём к обновлению индустрии.

Изделия традиционных мастеров из экологических материалов как предмет творчества создаются на долгие годы, восстанавливают культуру и традиции. В сочетании с новыми технологиями они могут гармонично вплестись в наш современный быт и стиль.

На подиуме мы видим отражение этой тенденции в использовании традиционных техник, принтов или их имитации. Очень много крупной вязки, кружева, макраме, вышивки — самих по себе, из новых материалов или в качестве принтов.

ГАРМОНИЯ С ПРИРОДОЙ: БУДУЩЕЕ МОДЫ

Воссоединение с природой и культурными корнями проявляется во многих аспектах. Бренды акцентируют внимание на натуральности своих коллекций, что выражается в использовании природных оттенков, фактур, принтов.

Камуфляжный принт, который ранее ассоциировался с военными действиями, теперь интерпретируется как способ слиться с природой. При ближайшем рассмотрении он и правда состоит не из абстрактных пятен.

Гармоничное соединение человека с природой становится актуальной



РОЖДЕСТВЕНСКАЯ КОЛЛЕКЦИЯ MIU MIU UPCYCLED 2024.
ФОТО С САЙТА MIUMIU.COM

задачей на долгосрочную перспективу. В условиях постоянного потока информации и хаоса мы стремимся укрыться на природе, и это отражается в растущем интересе к аутдор-одежде, которая становится не только функциональной, но и эстетически

привлекательной. Всё больше трекинговой обуви, кроссовок, анораков, ветровок, брюк карго можно увидеть на подиуме. Всё больше коллабораций выходит у люкса с брендами спортивной и аутдор-одежды.

ЧЁРНАЯ ПЯТНИЦА: ВРЕМЯ ДЛЯ ПЕРЕМЕН

С приближением «чёрной пятницы», когда потребление достигает своего пика, бренды могут превратить эту дату в день осознанности. Предложить клиентам вернуть старую одежду для переработки или ресейла. Запустить лимитированные коллекции из переработанных непроданных товаров. Например, как у Miu Miu. Важно не только продавать, но и обучать покупателей: рассказывать о грамотном уходе за вещами и возможностях их ремонта, создавая новые привычки потребления. Рассказывать, какие методы уже использует бренд, какие нехитрые ритуалы заботы об экологии может внедрить в свои будни каждый человек.

Мода и экология — это не противоречие, а взаимосвязанная реальность, в которую каждый из нас может внести свой вклад. Выбор осознанного потребления, поддержка устойчивых брендов и активное участие в переработке — всё это шаги к более устойчивому будущему.

«МОИ КАРТИНЫ — СВОЕОБРАЗНЫЕ ТОТЕМЫ»

Алсу Кашипова с 2019 года посвятила себя творчеству. Она живёт и пишет картины в Перми. Работы выполнены в стиле анимализма и символизма. Основные материалы — масло, холст. С 2022 года принимает участие в выставках, а в 2024 году стала победителем 3-й степени в выставке-конкурсе в Москве на тему отношений между Россией и Китаем.

АЛСУ КАШИПОВА, ХУДОЖНИК:

— О чём моё искусство? В своих работах я обращаюсь к символизму анималистического мира. Я уверена, что человек часть природы, так же как и все звери, окружающие нас. Каждое животное олицетворяет собой какую-то эмоцию и чувство, которые присутствуют и у людей тоже.

Мои картины — своеобразные тотемы: выбирая персонажа, вы выбираете эмоции, с которыми он ассоциируется именно у вас.

Я всегда считаю, что работа закончена тогда, когда находит зрителя. Так, задумка творца находит выражение на холсте, а чувства и эмоции зрителя наполняют картину индивидуальным смыслом, и она становится окончательной.

E-mail: alsu.kashipova@yandex.ru
Тел. +7-919-472-27-84



НА ПРАВАХ РЕКЛАМЫ





ЛИЛИЯ ШИРЯЕВА, ПРЕДСЕДАТЕЛЬ
ПЕРМСКОГО КРАЕВОГО СОВЕТА ЖЕНЩИН

«ГОЛОС ЖЕНЩИНЫ УСИЛИВАЕТСЯ В ТЫСЯЧИ РАЗ»

КАК ПЕРМСКИЙ КРАЕВОЙ СОВЕТ ЖЕНЩИН БОРЕТСЯ ЗА РАВНОПРАВИЕ

Пермский краевой совет женщин — это Пермское региональное отделение Союза женщин России. Региональное отделение объединяет активистов женского движения практически из всех муниципалитетов края.

Наши женщины ни в коем случае не противопоставляют себя мужчинам, хотят оставаться женственными, но всё же мы говорим о равноправии с мужчинами. И такая проблема, как бы странно это ни казалось, существует до сих пор. Недаром даже на федеральном уровне утверждена уже вторая Стратегия действий в интересах женщин, в этот раз на период 2023–2030 годов. Она затрагивает сферы экономики, образования, занятости, здравоохранения, социальной поддержки граждан.

Прежде всего, каждый видит это неравенство в трёх сферах: трудовой, государственной и социальной.

Пермский край на данный момент относится к группе регионов со средним уровнем гендерного неравенства. Основные проблемы региона: лишь 31% — доля женщин среди учредителей юридических лиц (по РФ — 34%),

ОБЩЕСТВО ДОЛЖНО
СТРЕМИТЬСЯ
К СНИЖЕНИЮ
ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ
ЗАРАБОТНОЙ ПЛАТЫ
МУЖЧИН И ЖЕНЩИН

28% — гендерный разрыв в оплате труда (по РФ — 24%), 12% — доля женщин в региональном парламенте (по РФ — 17,4%), 76,8 года — ожидаемая продол-

жительность жизни женщин (по РФ — 77,8 года), 24% — доля мужчин в общем времени заботы о детях.

Таким образом, общество должно стремиться: к снижению дифференциации заработной платы мужчин и женщин; к увеличению доли женщин среди руководителей всех уровней в учреждениях производственной сферы, бизнеса и в государственном секторе; к обеспечению принципа равных прав и свобод мужчин и женщин и созданию равных возможностей для их реализации; к повышению ожидаемой продолжительности жизни женщин; к повышению роли отцовства.

Конечно, большая роль в достижении этих показателей принадлежит женским объединениям, ведь благодаря им голос женщины усиливается в тысячи раз. Пермский краевой совет женщин со своей стороны давно вклю-

чился в этот процесс. Наши ежедневные действия, мероприятия ненавязчиво помогают женщинам, подчёркивают их значимость, развивают их компетенции, помогают сдружить семьи. Ко Дню семьи, любви и верности и ко Дню матери мы чествуем семьи со всего края: и дружные, и спортивные, и творческие, и волонёрские, и многодетные, и поддерживающие традиции. Обязательно отмечаем при этом вклад и мамы, и папы.

Другая задача — равноправие в трудовой деятельности. Для женщин остаются проблемы: сниженной, по сравнению с мужчинами, заработной платы, так называемого «стеклянного потолка» и т. п. На днях даже Татьяна Голикова, заместитель председателя правительства Российской Федерации, отметила, что задаваемый работодателями при приёме женщины на работу вопрос о её планах на рождение детей является недопустимым. Компании до сих пор считают невыгодным уход женщин в декрет.

И, соответственно, пока эти проблемы не решены, женщине для самореализации остаётся только предпринимательская деятельность. К 8 Марта Минэкономразвития России, Сбер и фонд «Общественное мнение» провели по стране опрос, в ходе которого выяснилось, что каждая вторая россиянка (48%) с оптимизмом оценивает возможности для открытия своего дела и считает, что условия для ведения бизнеса будут только улучшаться (так же думают 43% мужчин). В таком высоком показателе женского оптимизма есть и вклад Пермского краевого совета женщин. Наши активисты в муниципалитетах



ВСЕ ВМЕСТЕ, Я УВЕРЕНА,
МЫ СМОЖЕМ СОЗДАТЬ
УСЛОВИЯ, ПРИ КОТОРЫХ
КАЖДАЯ ЖЕНЩИНА
БУДЕТ ОЩУЩАТЬ
СЕБЯ УСПЕШНОЙ
И СЧАСТЛИВОЙ!

края уже не первый год совместно с центрами занятости населения проводят мероприятия для женщин, которые находятся в поиске работы, показывая им возможности для предпринимательства, меры государственной поддержки этого направления деятельности, плюсы и минусы, достижения и сложности, в том числе на примере успешных бизнес-леди, проживающих в этом же населённом пункте. Привлекаются для этого и психологи, которые помогают женщинам раскрыть свои возможности и поверить

в себя. Очень важна в таких ситуациях поддержка семьи, мужа, родителей, когда мама переходит на роль деловой и социально активной женщины.

Выдвижение женщин на лидерские позиции, увеличение представительств женщин в органах законодательной и исполнительной власти всех уровней и в органах местного самоуправления, поощрение социальных инициатив, реализуемых в интересах женщин социально ответственным бизнесом и профсоюзными организациями, — это следующее направление действий. Здесь нужен вклад каждого из нас. Конечно же, будет полезным и проведение информационных кампаний, направленных на повышение роли женщин в социально-политической жизни общества.

Осознаем проблемы и каждодневными действиями, все вместе, я уверена, мы сможем создать условия, при которых каждая женщина будет ощущать себя успешной и счастливой!

О ЛЮДЯХ — ОБЫЧНЫХ И ОСОБЕННЫХ

САМЫЕ ОЖИДАЕМЫЕ КНИЖНЫЕ НОВИНКИ 2025 ГОДА
ПО ВЕРСИИ МАГАЗИНА «ПИОТРОВСКИЙ»



ГУЗЕЛЬ ЯХИНА
«ЭЙЗЕН»

Издательство «АСТ»
Выход по плану: март 2025
18+

Новый роман Гузель Яхиной, известной по книгам «Зулейха открывает глаза» (16+), «Дети мои» (16+), «Эшелон на Самарканд» (16+).

Все книги Яхиной имеют успех у читателей: они издаются и переиздаются большими тиражами, а «Зулейха открывает глаза» стала настоящим бестселлером. Жюри всех основных российских премий отметили эти романы своими наградами. Специалисты отмечают, что премия «Большая книга» за дебютный роман — беспрецедентное явление. Первый роман Яхиной издан на 30 языках, а вся проза писательницы переведена более чем на 40 языков мира.

Новый роман посвящён загадке Сергея Эйзенштейна — великого кинорежиссёра, чьё творческое наследие переплетено с историей советского кино и Советского государства. Человек сложный, мятущийся, он прятался за сотней масок и никем не был разгадан. Создатель отчаянно пропагандистских лент первых лет советской власти или шедевров мирового кино? Легендарный герой-любовник или ледяное сердце? Эгоцентрик, утонувший в собственных страхах, или великий научный ум?

Эта книга — приглашение поразмышлять, восхититься, ужаснуться, влюбиться или оцепенеть от неприязни, а местами просто посмеяться в голос. Именно такая палитра эмоций бушевала в каждом, кто имел когда-то радость или несчастье общаться с Эйзенем. Это эмоциональное путешествие раскрывает противоречивую природу его творчества: от пропагандистских лент до шедевров мирового киноискусства.

УИЛЬЯМ ГЭДДИС
«РАСПОЗНАВАНИЯ»



Издательство
Kongress W Press
Выход по плану: 2025
16+

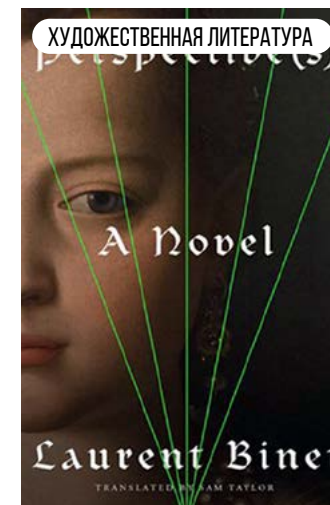
Уильям Гэددис — один из первых и самых значимых американских писателей-постмодернистов. Стилистика его книг отличается сюжетной и языковой сложностью, обилием цитат и литературных отсылок. Так, его книги-лауреаты (J R и A Frolic of His Own) представляют собой непрерывный диалог, в котором почти полностью отсутствуют описания или авторские отступления, и читателю приходится

самому разбираться, кто что говорит, по особенностям речи персонажей.

Первый из его пяти романов — «Распознавания» (1955) — вошёл в список 100 лучших романов XX века по версии журнала «Тайм», а два других получили ежегодную американскую Национальную книжную премию. Все его публикации были переизданы посмертно в 2002 году.

Культовый роман «Распознавания» исследует жизнь художника, заключившего фаустовскую сделку с арт-мошенником. В трёх частях романа рассказана история Уайата Гвайна, сына кальвинистского священника из Новой Англии, талантливого художника, взявшегося подделывать полотна старых мастеров для нью-йоркского арт-мошенника Ректала Брауна. Вокруг этого сюжетного ядра разворачивается сложная нарративная система, охватывающая три десятилетия на трёх континентах, обращающаяся к религии, алхимии, колдовству, истории искусства и другим областям знания.

ЛОРАН БИНЕ
«ПЕРСПЕКТИВА/Ы»



Издательство
Ивана Лимбаха
Выход по плану:
июнь 2025
18+

Во Флоренции 1557 года известный художник Якопо да Понтормо найден в церкви мёртвым, с пронзённым сердцем, а рядом — скандальная картина с лицом Марии Медичи. Расследованием убийства занимается знаменитый историк искусства Джорджо Вазари, который погружается в мир политических заговоров и шокирующих тайн. «Перспектива/ы» Лорана

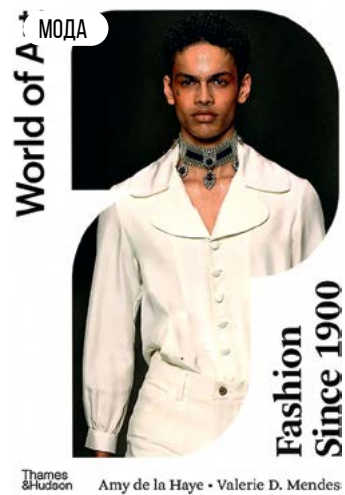
Бине — захватывающий детектив, который предлагает уникальный взгляд на Флоренцию эпохи Ренессанса — место, где искусство и политика переплетаются в смертельной игре. На фоне политических манипуляций и религиозного консерватизма разгорается конфликт между свободой творчества и властью догм. Бине мастерски передаёт атмосферу эпохи, населяя её яркими персонажами — от художников и монахинь до беспощадных правителей.

Этот роман — увлекательное путешествие в эпоху Ренессанса, полное загадок, юмора и драматизма.

Лоран Бине — французский писатель, обладатель Гонкуровской премии в номинации «Дебютный роман». Родился в Париже в 1972 году в семье учёного-историка, окончил Сорбонну и некоторое время преподавал в университете. Писательством занимается с 2000 года, но настоящая слава пришла к нему в 2009-м, с выходом романа НННН (18+). Книга удостоилась большого количества наград и мирового признания.

ВАЛЕРИ Д. МЕНДЕС

«ИСТОРИЯ МОДЫ С 1900 ГОДА»



Издательство
Ad Marginem
Выход по плану:
весна–лето 2025
16+

Валери Д. Мендес — независимый историк моды, куратор, бывший руководитель отдела моды и текстиля Музея Виктории и Альберта. Именно при её кураторстве мода вошла в постоянную экспозицию музея, для чего пришедшей на работу в 1973 году Мендес пришлось преодолевать сопротивление косного музейного начальства. Она читает лекции по истории

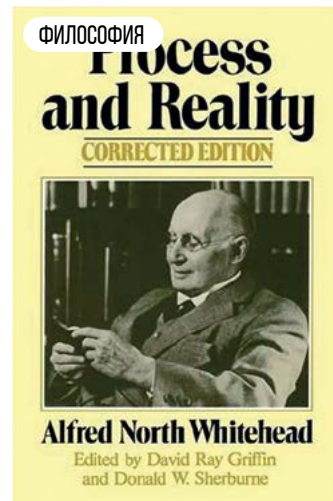
моды, регулярно пишет в глянцево-журналы, издавала уже несколько книг, ставших бестселлерами.

В книге «История моды с 1900 года», вышедшей на английском языке в 2021 году, исследуются модные тренды с начала XX века до наших дней, анализируется их связь с социальными, экономическими и культурными факторами. Автор исследует тенденции через работу самых оригинальных и влиятельных дизайнеров и кутюрье мира. Главы организованы вокруг важных изменений во вкусах и крупных мировых событий, а захватывающие достижения в моде помещены в их социально-экономические, политические и культурные контексты.

«Благодаря таким книгам, которые может позволить себе почти каждый, искусство становится более доступным». Дэвид Хокни, художник.

АЛЬФРЕД НОРТ УАЙТХЕД

«ПРОЦЕСС И РЕАЛЬНОСТЬ»



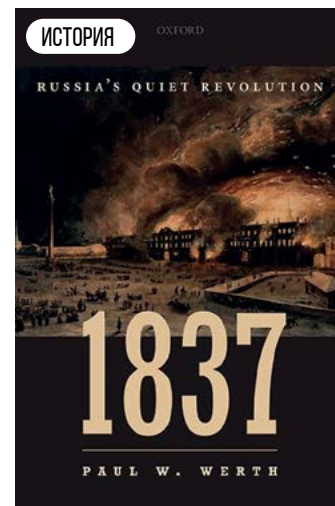
Издательство Hyle Press
Выход по плану: 2025
16+

«Процесс и реальность» (1929) — центральная работа в наследии английского математика и философа Альфреда Норта Уайтхеда, который вместе с Бертрамом Расселом написал фундаментальный труд Principia Mathematica, составивший основу логицизма и теории типов. После Первой мировой войны преподавал в Гарвардском университете, разработал собственное платоническое учение с элементами бергсонианства.

«Процесс и реальность» — сборник, основанный на цикле лекций, которые Уайтхед читал в Эдинбургском университете. До сих пор эти тексты издавались на русском языке только фрагментами, преимущественно в научной периодике. В книге автор излагает философию организма (философию процесса): актуальные сущности и вечные объекты, бытие, определяющееся становлением, процесс — чувствование, Бог и мир. Эта философия утверждает, что основные элементы Вселенной — это случаи опыта, которые являются взаимосвязанными и постоянно развивающимися сущностями. Уайтхед бросает вызов традиционной метафизике, предполагая, что реальность состоит из процессов, а не статичных субстанций. В книге рассматриваются такие понятия, как «актуальные сущности», «прехензии» и «первозданная природа Бога», каждое из которых вносит вклад в структуру понимания реальности как взаимосвязанной сети процессов.

ПОЛ ВЕРТ

«1837 ГОД В РОССИИ: ТИХАЯ РЕВОЛЮЦИЯ»



Издательство
«Новое литературное
обозрение»
Выход по плану: 2025
12+

Книга профессора Невадского университета Пола Верта предлагает новый взгляд на российскую историю XIX века. Автор считает, что 1837 год, на первый взгляд, не самый примечательный, оказался ключевым в формировании современной России.

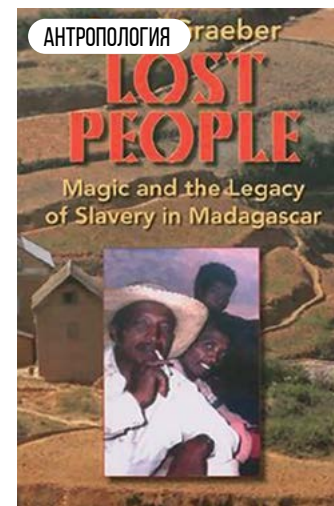
Книга состоит из 10 глав, каждая из которых посвя-

щена конкретному событию в российской истории, произошедшему в 1837 году. Среди них — смерть Александра Пушкина, создание первой русской оперы «Жизнь за царя», строительство первой железной дороги в России и другие. По мнению Пола Верта, 1837 год являлся во многом ключевым для вхождения России в современность, и изучение этого года позволяет увидеть всю динамичность, всё новаторство 1830-х годов в России, кроющееся под маской консервативной неподвижности николаевской эпохи. Простираясь от музыки до промышленности, от Зимнего дворца до глубокой провинции и от западных губерний до Казахской степи, его проект предлагает новое видение российского развития в XIX веке.

Эта монография является необычной для учёного работой — необычайно лёгкой, но не легкомысленной.

ДЭВИД ГРЕБЕР

«БЕСПРИЮТНЫЕ. МАГИЯ И НАСЛЕДИЕ РАБСТВА НА МАДАГАСКАРЕ»



Издательство
Ad Marginem
Выход по плану:
весна–лето 2025
18+

В 1989 году антрополог Дэвид Гребер отправился на Мадагаскар, в общину Бетафо, чтобы изучить политическое устройство и историческую память местных жителей на фоне катастрофы, произошедшей несколькими годами ранее, — масштабного голода, вызванного нарушением местных обычаев. Опираясь

на рассказы малагасийцев, он анализирует различные версии событий и предлагает новый взгляд на роль нарратива в политике.

Дэвид Гребер (1961–2020) — американский антрополог, профессор Лондонской школы экономики и один из «антилидеров» движения Occupy Wall Street. Автор бестселлеров «Бредовая работа» (16+), «Долг: первые 5000 лет истории» (16+), «Заря всего» (16+) и других, Гребер легко и остроумно пишет о самых глубоких моральных проблемах и исторических закономерностях — и для взрослых, и для детей.

«Что делает книгу «Бесприютные» необыкновенной, так это свобода мысли. Эта книга важна не из-за своей позиции в очередном раунде антропологических дебатов, а из-за изящной эклектичности авторского восприятия и творческого диапазона. Хочется надеяться, что этнография, построенная на таких основах, будет востребована антропологией сегодня и завтра». Янси Опп, Университет Аризоны.

ЮЛИЯ БАТАЛИНА

«В ЛЮБОЙ КАРТИНЕ У МЕНЯ ПРАЗДНИК»

ХУДОЖНИК ИЗ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ПЁТР ФРОЛОВ В ПЕРМИ ИЗВЕСТЕН И ЛЮБИМ.
МНОЖЕСТВО ПРИЯТНЫХ ВОСПОМИНАНИЙ
И АССОЦИАЦИЙ ВОЗНИКАЕТ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ
ВЫСТАВКИ «ПИСЬМА ДРУЗЬЯМ» (0+)
В ЦЕНТРАЛЬНОМ ВЫСТАВОЧНОМ ЗАЛЕ.



Основу экспозиции составили четыре живописных цикла — «Русская азбука», «Английская азбука», «Отрывной календарь» и «Письма друзьям». Каждая картина в них — это сюжетный рассказ, причём сюжетов здесь много, персонажей — десятки, деталей — сотни, и все они находятся в каких-то взаимоотношениях. Творчество Фролова соткано из иронии, остроумных ассоциаций, намёков, лукавых подсказок для зрителя, парадоксов. Это настоящий квест, который надо не наблюдать, а проходить.

Художник рассказал «Компаньон magazine», как он сочиняет свои картины и как ему удаётся сохранять в душе праздник даже в сложные времена.

Сколько раз вы бывали в Перми?

— Ой, не скажу... бесконечное количество раз! Первый раз — на «Арт-Перми», по-моему, году этак в десятом... Меня здесь очень хорошо приняли, при том что я до того никогда не был в Перми и даже о ней не думал. У меня была выставка в Москве, и там ко мне подошли пермяки и сказали: «В Мо-

ске такая плохая проходимость, такого низкого уровня выставки! Надо ехать на «Арт-Пермь». Я приехал на «Арт-Пермь», и с тех пор, собственно, всё это началось... Через некоторое время в Перми появилась команда, которая стала со мной работать. В 2012 году я здесь открыл галерею и, пока у меня была галерея, бывал в Перми бесконечное количество раз и даже жил какое-то время.

Ваше искусство — сюжетное, повествовательное. В каждой карти-

не — целая история. Вы ощущаете какие-то литературные корни? Что вы любите читать? Какие книги для вас важны?

— Раньше читал полками! Сейчас, к сожалению, всё меньше. Не могу сказать, что на меня повлияло какое-то отдельное литературное произведение. Нет. Есть несколько русских писателей, новые книги которых я не пропускаю.

КОГДА ЗДЕСЬ
У МЕНЯ БЫЛА
ГАЛЕРЕЯ, Я ЕЗДИЛ
ВОКРУГ ПЕРМИ
И В ЧЕРДЫНЬ
ВЛЮБИЛСЯ —
ПРОСТО ВДРЫЗГ!
НЕСКОЛЬКО ВЁСЕН
ПОДРЯД Я СНИМАЛ
МЕЗОНИН ПРЯМО
НАД РЕКОЙ,
НАД КОЛВОЙ,
И ТАМ РАБОТАЛ

Алексей Иванов в их числе?

— Я его люблю, но... В процессе чтения любой книги для меня важна визуализация, та картинка, то кино, которое выстраивается у меня в голове. Когда я читаю, например, «Географ глобус пропил», я вижу яркую, живую картину,



21 ИЮЛЯ. ДЕНЬ АНЮТИНЫХ ГЛАЗОК



АНГЛИЙСКАЯ АЗБУКА. J. JESTER'S JOURNEY

и это мне нравится. Когда я читаю историческую книгу — «Сердце пармы» или «Золото бунта», я наслаждаюсь языком Алексея, но, увы, не вижу в своей голове «кино» целиком.

Но у вас же есть картина про Чердынь, очень классная...

— Это не совсем связано с Ивановым. Просто, когда здесь у меня была галерея, я ездил вокруг Перми и в Чердынь влюбился — просто вдрызг! Несколько вёсен подряд я снимал мезонин прямо над рекой, над Колвой, и там работал. Уникальный маленький город, бог знает где находящийся, мед-

вежий угол... Но при этом там как-то уютно и всё очень складно.

Вы и сами пишете книги?

— Очень мало. Вот разве что «Письма друзьям» — это моя старая тема. Раньше, ещё в доинтернетное время, все писали письма, потому что выхода другого не было, и это стало традицией; и, когда это уже перестало быть необходимым, я всё равно продолжал писать письма, и постепенно они собрались во что-то литературное, но точно не в литературу в чистом виде: это полуписьма, полурассказы, полубайки; и какие-то воспоминания

о путешествиях, кулинарные рецепты, ну, и прочее, прочее, прочее.

Мы решили назвать выставку так же — «Письма друзьям», потому что это название хорошо объединяет всё, что здесь представлено.

Что у вас первично: слово или изображение? Вы иллюстрируете какой-то текст или текст — словесная иллюстрация к картине?

— И так, и так получается. Иногда я иллюстрирую то, что написал, иногда описываю то, что нарисовал.

Как вы придумали свои «Азбуки»?

— На самом деле никакого открытия здесь нет. Азбуки в картинках придумал Александр Бенуа в начале XX века. Отличие моих «Азбук» в том, что если у Бенуа в композиции, например, три понятия на одну и ту же букву или четыре, то я попытался засунуть в каждый лист 200 или 300 понятий, чтобы картина стала квестом, головоломкой. Некоторые из понятий и персонажей на одну букву абсолютно очевидны и явны, а некоторые запряты, а в некоторых запрятых запряты другие, а в них, в свою очередь, ещё что-то запрято; то есть можно смотреть картину просто так, а можно углубляться в неё до бесконечности, что-то новое находить. В этом, собственно, и фишка.

В нынешней выставке появилась «Английская азбука», которую я в Перми ещё не показывал. Плюс ещё какие-то новые работы, например картины из серии «Отрывной календарь». Помните, раньше в каждом доме был отрывной календарь...

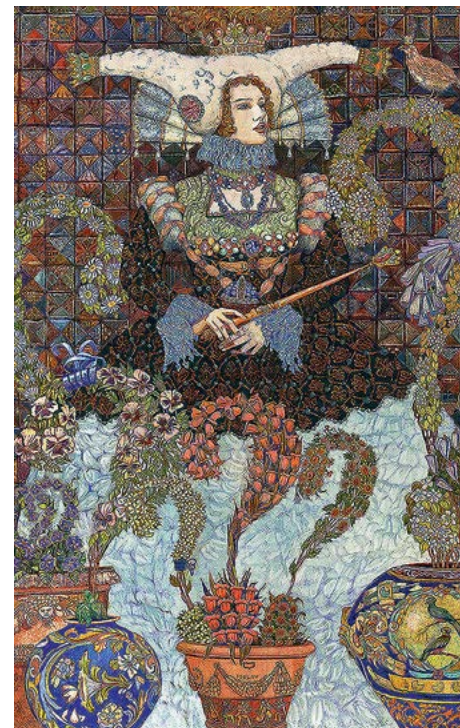
Я НЕ ВСКРЫВАЮ НИКОГДА ПОЛИТИЧЕСКИЕ, СОЦИАЛЬНЫЕ ТЕМЫ. МНЕ ЭТО АБСОЛЮТНО НЕИНТЕРЕСНО. У МЕНЯ ТАК С ДЕТСТВА. МАМА ВСЕГДА ГОВОРИЛА, ЧТО ПРАЗДНИК ДОЛЖЕН БЫТЬ КАЖДЫЙ ДЕНЬ, И У НАС ТАК И БЫЛО В СЕМЬЕ

Да, толстый и очень интересный.

— Там можно было каждый день посмотреть, что за праздник сегодня, и почитать. Иногда праздники какие-то серьёзные, иногда народные, иногда дуракаваляльные... Отсюда эта серия — про ежедневные праздники.

Как бы вы определили главную тему своего творчества?

— Я много раз говорил об этом. Я учился в очень жёсткой академической школе — лицее при Академии художеств, где было три основных темы: «чернуха», «тягостные разду-



QUEEN'S QUESTIONS

мья» и «веселуха». «Чернуха» в конце 1980-х — начале 1990-х годов была очень популярна, 99% художников делали «чернуху»: смерть близкого человека, метель засыпала сани... Поскольку дело было в Ленинграде, ужасы блокады очень любили писать. «Тягостные раздумья» — это, например, Пушкин застыл на крыльце в Тригорском, о чём-то задумался.

Третья тема была самая маловостребованная: праздники, ярмарки, карнавалы. Вот это — моя тема! Если посмотреть на весь мой творческий путь, то у меня нет ни одной работы, которая бы затрагивала хоть какую-то

непраздничную тему. Даже нейтральную тему! В любой картине у меня праздник.

Я не вскрываю никогда политические, социальные темы. Мне это абсолютно неинтересно. У меня так с детства. Мама всегда говорила, что праздник должен быть каждый день, и у нас так и было в семье. Бабушка шутила: таракан прибежал праздновать, таракан убежал праздновать... Так и по сей день! Жаль, что мама не смогла приехать на эту выставку, а то бы отпраздновали её открытие.

Как вам удаётся в наши сложные дни сохранять этот настрой?

— Абстрагироваться от всего, уйти в работу. Конечно, абстрагироваться до конца не получается, жизнь достаёт. Но я научился не погружаться в негатив, оставлять какое-то место для другого.

Каков главный герой вашего творчества?

— Скорее, это не герой, а актёр, как в кино. Моя работа начинается с того, что я пишу синопсис того, что я хочу нарисовать, какой-то стержень. Потом вокруг этого стержня я пишу большой сценарий. Когда сюжет написан, мне нужно придумать декорации, место, где это будет происходить, а после этого — актёров, которые будут исполнять роли. Кто это? Мужчины, женщины? Высокие, длинные, худые? Я перелопачиваю кучи фотографий, смотрю какие-то видео, примеряю на персонажей какие-то наряды.

**МАМА МНЕ СКАЗАЛА:
«ПЕТЯ, ТВОИ РАБОТЫ
ТОЖЕ ДОЛЖНЫ
БЫТЬ НА КОРОБКАХ
С КОНФЕТАМИ,
НА ЗОНТИКАХ,
НА БЛОКНОТАХ,
НА ОЧЁШНИКАХ».
Я НИЧЕГО ПЛОХОГО
НЕ ВИЖУ В ТОМ,
ЧТО ЗАРАБАТЫВАЮ
ДЕНЬГИ НА ТОМ,
ЧТО ПРИДУМАЛ,
НА СОБСТВЕННОМ
ТВОРЧЕСТВЕ**



НАВОДНЕНИЕ НА НЕБЕ

У вас очень много женских персонажей...

— Мама у меня работала в библиотеке. В те годы, в середине 1980-х, никто не мог помыслить о том, чтобы посмотреть альбом, например, Кристиана Диора, а у меня был доступ ко всему совершенно, ко всем этим изданиям по моде, по истории моды... Это был абсолютно другой мир; в Питере в конце 1980-х даже близко ничего подобного не было. Меня всё это дико будоражило — вся эта высокая мода, придумывать моду... Видимо, с тех пор моя героиня — именно женщина, потому что мужчину как одеть?

Получится либо шут, либо клоун, либо фокусник. А женщину можно одеть как угодно: легкомысленно, ветрено, эротично.

Вы не обижаетесь, если вам говорят, что вы — коммерческий художник, что ваше творчество — это ещё и бизнес?

— Совершенно не обидный вопрос! Я его даже люблю. Очень хорошо помню, как это началось. Лет в 16–17 я ездил с мамой в Прагу. Мы пришли в музей Альфонса Мухи, и мама мне сказала: «Петя, твои работы тоже должны быть на коробках с конфетами,

на зонтиках, на блокнотах, на очёшниках». Я ничего плохого не вижу в том, что зарабатываю деньги на том, что придумал, на собственном творчестве.

То, что я делаю, очень легко ложится на сувенирные продукты, на мерч. Мне нравится придумывать новые вещи, новые темы, новые сувенирные серии. Вот, в этом году я запустил серию тарелок. Это для меня нечто новое. Ещё я в этом году впервые буду делать большую настенную роспись — в жилом интерьере. Ну, и если уж говорить о планах, то совсем скоро у меня выйдет ещё одна книга — «Письма друзьям — 2».

Учредитель: ООО «РИА ИД «Компаньон»
Издатель: ООО «РИА ИД «Компаньон»
Генеральный директор: Крошечкина Л. Л.
Адрес редакции и издателя:
614000, г. Пермь, ул. Монастырская, 15, оф. 402
Адрес для писем: 614000, г. Пермь, а/я 82
E-mail: office@newsko.ru
Телефон: (342) 206-40-23
Главный редактор: Усольцева Ю. И.
Дизайн и вёрстка: Михеева Е. Н.

Фотографии предоставлены героями материалов и с сайта freepik.com

Фото на обложке
Алёна Лобанова

pdf журнала на сайте newsko.ru

Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Приволжскому федеральному округу. Свидетельство о регистрации ПИ №ФС 18-3054 от 3 ноября 2006 г.

Тираж: 3000 экз. Заказ № 320064
Адрес типографии: ООО «Астер Плюс»,
Россия, 614064, г. Пермь, ул. Усольская, 15Г, этаж 1, помещение 8
Тел. +7 (342) 254-04-95
Дата выхода в свет: 25.03.2025

Цена свободная
© Журнал «Компаньон-magazine» №1 (132), март 2025

Любое воспроизведение материалов или их фрагментов возможно только с письменного разрешения редакции.
Точка зрения авторов может не совпадать с мнением редакции.

Материалы, присланные в редакцию, не рецензируются и не возвращаются. Редакция не несёт ответственности за содержание материалов, опубликованных на правах рекламы.

