

**Коммерсантъ**

Тематическое приложение  
к газете «Коммерсантъ» №36

25 СЕНТЯБРЯ 2018

# beauty

Новый сезон — новые технологии 19



# GABRIELLE CHANEL







SKIN CAVIAR  
LUXE CREAM

la prairie  
SWITZERLAND





# SKIN CAVIAR LUXE CREAM

---

ФЕНОМЕНАЛЬНОЕ ОБНОВЛЕНИЕ  
CAVIAR PREMIER

ЛИФТИНГ  
В НОВОМ ПРОЧТЕНИИ

ТО, ЧТО РАНЕЕ КАЗАЛОСЬ НЕДОСЯГАЕМЫМ, СЕГОДНЯ СТАЛО ВОЗМОЖНЫМ  
С ПОМОЩЬЮ КОМПЛЕКСА CAVIAR PREMIER ВПЕРВЫЕ ВСЬ  
ПОТЕНЦИАЛ ИКРЫ ПОЛНОСТЬЮ РАСКРЫТ,  
ДАРЯ НЕПРЕВЗОЙДЕННУЮ СИЛУ ЛИФТИНГА И УПРУГОСТИ ВАШЕЙ КОЖЕ





Ирина Кириенко

На обложке

Фотограф: Игорь Павлов  
Стиль: Лада Арзуманова  
Ассистент стилиста: Юлия Яковлева  
Модель: Pasha@NIK Model Management  
Макияж: Алексей Молчанов, национальный визажист Lancôme  
Волосы: Татьяна Васильева, амбассадор L'Oréal Professionnel

Для макияжа были использованы средства Lancôme:  
Кушон для губ Matte Shaker 379  
Цветное покрытие для ресниц Big Color Lash Top Coat 03  
Подводка Liner Plume 01  
Тушь Hupnôse 01  
Гель для бровей Sourcils Styler 00  
Тональный стик Teint Idole Ultra Wear Stick 01  
Лак для губ L'Absolu Lacquer 351

На модели: платье Prada



слово редактора

Законы привлекательности

Новый сезон встречает нас переменами: проникновение высоких технологий, необычного дизайна и остроумных решений в мир красоты идет полным ходом, и этого нельзя не заметить. Открываете ли вы упаковку с кремом, выбираете ли тренировку или думаете, какой парфюм поставить на полку в ванной,— можете быть уверены в том, что каждое ваше действие определяется специалистами высокого уровня, серьезными инвестициями в разработки формул и многолетним опытом присутствия на рынке. В сентябрьском выпуске нашего приложения мы собрали все самое актуальное, что придумали за последнее время «властители дум» и трендсеттеры, поговорили с теми, кто определяет настоящее и будущее парфюмерно-косметического бизнеса, собрали парадоксальные точки зрения на, казалось бы, уже известные темы. Все это очень увлекательно, так что скучно не будет — это мы вам гарантируем.

Новости

| 8, 10

Тренд

| 12 Без блеска

Интервью

| 14 «Я никогда не стремилась стать генеральным директором»  
Мария Кудрявцева о своем назначении в Estée Lauder

Мнение

| 16 Агенты влияния  
Как beauty-блоги превратились в новые СМИ  
| 24 Доказательство от обратного  
Почему детокс-клиники успешны как никогда

Know-how

| 18 Ароматерапия  
Необычные парфюмерные сервисы  
| 19 Клуб знатоков  
Высокотехнологичные новинки осени

Backstage

| 23 Народная артистка  
Эмилия Кларк на съемках для Dolce & Gabbana

Спа

| 25 Источники энергии  
Необычные места для отдыха и занятий спортом

Здоровье

| 28 Агрессивная среда  
Что такое эмоциональное выгорание

Обзор

| 29 Выбрать темп  
Экспресс-услуги в московских салонах красоты

Ретро

| 30 Маска, я тебя знаю  
Микротоки на службе омоложения

тематическое приложение к газете «Коммерсантъ» beauty | генеральный директор АО «Коммерсантъ», главный редактор газеты «Коммерсантъ» владимир желонкин | руководитель службы «Издательский синдикат» владимир лавицкий | автор макета анатолий гусев | главный редактор ирина кириенко | главный художник татьяна сидорова | бильд-редактор мария лобанова | текст-редактор natalia морозова | выпускающий редактор екатерина елисеева | корректура елена вилкова | верстка константин шеховцев, елена богопольская, татьяна еремеева, дмитрий шнырев | рекламная служба надежда ермоленко тел. (495)797-6996, (495)926-5262 | Адрес издателя и редакции: 121609, г. Москва, Рублевское шоссе, 28. Тел. (495)797-6970, (495)926-3301. Учредитель АО «Коммерсантъ». Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-64419 от 31.12.2015 г. Отпечатано в Финляндии. Типография PunaMusta, Kosti Aaltosen tie 9, 80141 Joensuu. Тираж 75 000 экз. Цена свободная



# LANCÔME

PARIS

ФОРМУЛА  
С УХАЖИВАЮЩИМ МАСЛОМ ЖОЖОБА  
И ПРОВИТАМИНОМ В5

ГИПНОТИЗИРУЙТЕ  
СИЛОЙ ВЗГЛЯДА

ТУШЬ HYPNÔSE

ЛЕГЕНДАРНАЯ ТУШЬ\* С ЭФФЕКТОМ ОБЪЕМА ПО ЖЕЛАНИЮ

#LANCOMERUSSIA  
УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ  
НА LANCOME.RU

\* Среди продуктов Lancôme. Paris – Париж. Hypnôse – Гипноз. Lancôme Russia – Lancôme Россия.  
ЗАО «Л'Ореаль», 119180, г. Москва, 4-й Голутвинский пер., д. 1/8, стр. 1-2, ОГРН 1027700054986. Реклама.



# Другой взгляд новая тушь для ресниц

**ОБЪЕМ,** удлинение и эффект накладных ресниц — главные новинки сезона в сфере декоративной косметики для глаз работают над прежними задачами с помощью новых формул и передовых технологий.

У YSL Beauté этой осенью выходят тушь для ресниц и праймер. Он фиксирует тушь, удлиняет ресницы и делает их пушистыми. Тушь Mascara Volume Effet Faux Cils The Curler позволяет создать эффект «кукольного» взгляда без использования щипчиков для подкручивания ресниц — все благодаря изогнутой двойной щеточке: с одной стороны — мини-расческа для эффекта завивки, а с другой — закругленные щетинки с тушью, придающей объем. В ее составе три растительных компонента: экстракт листьев орехового дерева, кокосовое и бамбуковое масла, придающие ресницам мягкость и блеск.

Вторая новинка — переиздание культовой туши Hypnôse Lancôme. В ее формуле содержатся провитамин B5, масло жожоба, карнаубский воск и гуммиарабик. Щеточка у туши тоже необычная и состоит из тысячи щетинок.

В осеннюю коллекцию макияжа Le Joli Rouge et le Noir Clarins вошла тушь Mascara Supra Volume, изданная в золотом футляре с яркими рисунками. В состав продукта входит комплекс по уходу, стимулирующий естественный рост ресниц, а также угольно-черные пигменты, которые придают цвету особую глубину.

Givenchy представила необычную тушь Noir Interdit Midnight Skies, в составе которой черные и красные перламутровые частицы.

Также заслуживает внимания черная Excess Mascara NARS с увлажняющей формулой Lash Moisture Complex и инновационной щеточкой с прорезиненными щетинками. Они отлично разделяют ресницы и наносят тушь равномерным слоем.

01 Удлиняющая тушь Hypnôse, Lancôme

02 Подкручивающая тушь Volume Effet Faux Cils The Curler, YSL Beauté

03 Тушь для придания объема Supra Volume, Clarins

04 Тушь для создания интенсивного цвета Noir Interdit, Givenchy

05 Удлиняющая тушь Excess, NARS



## Ледяная красота

Anne Semonin выпускает новое анти-возрастное средство — ледяные кубики с тонизирующим действием и для сияния кожи. Мини-контейнеры с косметическим льдом нужно хранить в морозилке либо охладить за три часа до употребления. В состав продукта вошли протеины шелка, экстракт белого жемчуга и гиалуроновая кислота. Эти активные ингредиенты в сочетании с эффектом холода позволяют добиться быстрых и видимых результатов.



## Дело молодое

Терапия anti-age — популярное направление в медицине, посвященное борьбе со старением. В отделении Qnic Anti Age центров красоты Aldo Coppola эксперты в области косметологии, иммунологии, генетики и питания разработали программы, базирующиеся на генетическом ана-

лизе и других клинических исследованиях. Например, здесь проводится исследование состояния кожи, по результатам можно получить анализ всех пигментных участков. Для восстановления структуры кожи проводится курс терапии SPRS (Service for Personal Regeneration of Skin, инди-

видуальная регенерация кожи), основанной на использовании собственных клеток пациента — фибробластов. Разработанные специально для клиники Aldo Coppola витаминные коктейли полезны для укрепления иммунитета, улучшают сон и снижают проявления стресса.



01 Парфюмированное масло Oil Musc For Her, Narciso Rodriguez

02 Первый женский аромат марки: туалетная вода For Her, Narciso Rodriguez

## Неотразимый

Аромату For Her Narciso Rodriguez исполняется 15 лет. За это время он не раз получал парфюмерные награды, например французской премии FiFi Awards в номинации «Самый культовый аромат десятилетия». В честь знаменательной даты выпущена обновленная и лимитированная версия парфюмерного масла For Her Oil Musc Parfum. О главном элементе ароматической композиции дизайнер Нарцисо Родригес говорит: «Мускус неотразимо притягателен.

Он действует и на разум, и на эмоции, но ненавязчиво, тонко, и каждый раз он раскрывается по-разному на коже каждой женщины». Переизданная композиция отличается изысканной новой упаковкой: в прозрачном флаконе заключена бледно-розовая капсула с маслом.



# УМЕНЬШИТЕ ВИДИМЫЕ ПРИЗНАКИ СТАРЕНИЯ

ПОДТЯНУТАЯ, ГЛАДКАЯ, СИЯЮЩАЯ КОЖА



## НОВИНКА КРЕМ С ЭФФЕКТОМ ЛИФТИНГА BLUE THERAPY

Омолаживающая сила красной водоросли

Созданная силой моря, улучшенная биологами Biotherm, теперь энергия преобразования красной водоросли заключена в ультралегкой текстуре инновационного\* крема для лица. С возрастом уровень коллагена и эластина в коже снижается. Крем Blue Therapy Red Algae Uplift с омолаживающим лифтинг-эффектом повышает упругость кожи, делая контуры лица более четкими. Насладитесь моментальным смягчающим эффектом и верните коже здоровое сияние.

Крем насыщен целительной силой Life Plankton™, ключевого ингредиента средств Biotherm.

# BIOThERM

ЦЕЛИТЕЛЬНАЯ СИЛА LIFE PLANKTON™

\* Среди продуктов Biotherm.  
Блю Терэпи Ред Алгае Аплицф. Реклама.

biotherm.ru



# Природное обаяние мужские ароматы с древесными нотами



**ЭТОЙ** осенью выходят несколько новых мужских ароматов. Terre D'Hermes Eau Intense Vetiver создан парфюмером дома Hermes Кристин Нажель. В центре композиции — ветивер, его обрамляют освежающие ноты цитрусовых с легкой горчинкой сычуаньского перца и бергамота.

В новой версии The One Grey Dolce & Gabbana ноты ветивера переплетаются с душистой лавандой, горьковатым грейпфрутом и кардамоном, аккордами табака и серой амбры.

Azzaro Wanted by Night — это обновленная версия аромата, вышедшего два года назад. «Ночную» композицию создавали парфюмеры Квентин Биш и Мишель Жирар. Аромат раскрывается дуэтом из терпкой корицы и свежего мандарина, чуть позже слышатся ладан, восточный кумин и можжевельник, а шлейфовые запахи — это табак, кипарис и эфирное масло атласского кедра.

Парфюмер Bvlgari Альберто Морильяс обратился не только к природе, но и к насыщенному ритму жизни в мегаполисе: сочетание двух противоположностей стало основной идеей Wood Essence, продолжающего коллекцию Bvlgari Man. Для создания аромата парфюмер использовал ноты кипариса, гаитянского ветивера и кедра. Они смешаны с аккордами цедры средиземноморского лимона, терпкого кориандра, амбры и сиамской бензоиновой смолы.



01



02



03



04

## Зарядка для лица

Осенняя новинка Sensai — патчи Extra Intensive 10 Minute Revitalising, которые за 10 минут восстанавливают и тонизируют кожу вокруг глаз и губ. В состав средства вошел фирменный компонент — экстракт японского шелка коишимару и комплекс Extra Intensive, который отвечает за восстановление природного карнитина, помогающего сохранить молодость кожи. Активно действующая эссенция спрятана в среднем слое патча, два других служат проводниками для быстрого наполнения кожи влагой.



## Пряности для ванны

В разработанной Biotherm новой линии Bath Therapy представлены средства для тела (увлажняющий крем, скраб и пена для душа). В составе косметики натуральные травы и растительные экстракты, а также восстанавливающий компонент Life Plankton, произведенный лабораториями Biotherm. Для линии Bath Therapy созданы три варианта ароматической композиции: с имбирем и перечной мятой, с розмарином и ягодами годжи, с грейпфрутом и шалфеем.



## Теория и практика

В фитнес-студии Five Concept Fitness на «Курской» обновилась wellness-программа Eat! Train! Love!. Главная особенность проекта — индивидуальное сопровождение специалистов по питанию и авторские тренировки, рассчитанные на три месяца. Прийти в проект можно с разными задачами: сбросить вес, набрать мышечную массу, составить индивидуальный план по спортивным занятиям и правильному питанию. В каждом случае

участника программы ждут анализ состава тела на аппарате InBody 230, консультация врача и тренера, разработка персонального меню и программ тренировок, а также мотивирующие лекции. Программа поделена на три курса продолжительностью по одному месяцу. Тема сентября — правильное питание (Eat!), октябрь посвящен тренировкам (Train!), на заключительном этапе, в ноябре (Love!), обсуждаются вопросы психологии.



## Городские атлеты

Новый клуб сети World Class открылся на третьем этаже торгово-развлекательного центра «Рио» на Ленинском проспекте. Здесь есть все необходимое для эффективных тренировок и отдыха. Зал тренинга подразделяется на зоны: в нем установлены различные виды тренажеров, есть место для функционального тренинга, пауэрлифтин-

га, тяжелой атлетики и зона кардио-тренировки. В зоне для единоборств занимаются боксом, кикбоксингом, тайским боксом, боевыми искусствами. В World Class предлагаются также занятия танцами, различные индивидуальные и групповые программы. Расслабиться после интенсивных тренировок можно в сауне или хаммаме.



. РЕКЛАМА ООО «НИСЕЙДО (РУС)» / РУЖ narcisorodriguez.com



НОВАЯ ПАРФЮМЕРНАЯ ВОДА **ROUGE** ОТ **narciso rodriguez**



# Без блеска

**НЫНЕШНЕЙ** осенью в декоративной косметике выходят на первый план матовые текстуры: с блеском прощаются помады, лаки для ногтей, пудры и тени для век. Насколько эта тенденция оправданна и всем ли подойдет? Не секрет, что матовая косметика обычно сушит кожу. «Зачастую матовая текстура достигается за счет сухих цветочных пигментов, которые работают как тальк: поглощают влагу, — объясняет ведущий визажист Chanel в России Эрнест Мунтаниоль. — И если вы используете косметику старого поколения, то ощущения сухости не избежать. Современные технологии позволяют выпускать косметические продукты, которые не только не сушат, но и ухаживают за кожей, а матовый эффект создается с помощью цветочных пигментов, которые не отражают свет, а поглощают его». Анна Меркушева, национальный визажист Make Up For Ever в России, уверена, что мода на лишенную блеска косметику пришла к нам из 1990-х и удержалась потому, что «есть много девушек, которые предпочитают закреплять макияж матовыми текстурами. Обычно это обладательницы жирной и комбинированной кожи». Но основное правило матового макияжа остается неизменным для всех: сначала нужно увлажнить кожу, а потом наносить на нее эти модные матирующие средства.



01, 02 Матовые карандаши для губ Artist Lip Blush, Make Up For Ever

03 Матовая компактная пудра Lingerie de Peau Compact Mat Alive, Guerlain

04 Жидкие матовые тени для век Full Matte Shadow, YSL Beauté

05 Жидкая помада Powermatte Lip Pigment, NARS

06 Жидкая помада Lip Velvet Crush, Burberry

07, 09 Помада и стейн для губ Lip Velvet Crush, Burberry

08 Стейн для губ, Lip Velvet Crush Burberry

10 Кремообразный лайнер для глаз, Apotheosis, Le Mat, Chanel

11, 12 Лаки для ногтей с матовым эффектом Le Vernis, Apotheosis, Le Mat, Chanel

13 Тени для век Clair Obscure, Apotheosis, Le Mat, Chanel





*Cartier*  
CARAT  
THE NEW FRAGRANCE





# «Я никогда не стремилась стать генеральным директором»

Мария Кудрявцева о своем назначении в Estée Lauder



ПРЕДОСТАВЛЕНО ESTÉE LAUDER

МАРИЯ КУДРЯВЦЕВА  
В НОВОМ ОФИСЕ

Стилист:  
Гая Масленникова  
@galya\_maslennikova  
Стилист по волосам:  
Зейна Хабибова  
@zeyna\_style  
Фотограф:  
Зарина Романова  
@zrvtone  
Визажист:  
Мария Бергстром  
Tom Ford

**НЕ СЕКРЕТ,** что ключевые позиции в высших сферах менеджмента в нашей стране априори и негласно закреплены за мужчинами. Мария Кудрявцева разрушает этот стереотип, возглавив российское представительство корпорации Estée Lauder. Первое интервью для СМИ в качестве генерального директора она дала «Ъ-BEAUTY».

**ИНФЛЮЕНСЕРЫ ЗАДАЮТ ФОРМАТ**  
общения, быстрой коммуникации и обратной связи, что очень важно в наше время

— Прежде всего хочу вас поздравить с новой должностью. Это большой и обнадеживающий тренд! Как это произошло — вы пришли извне или уже работали в Estée Lauder на момент назначения?

— Я девять лет работала в L'Oréal в дивизионе масс-маркет, а потом перешла в Estée Lauder, где проработала до этого назначения пять лет на брендах Clinique и Origins. Честно говоря, все произошло неожиданно — я никогда не стремилась стать ни бренд-директором, ни генеральным директором, у меня никогда не было такой задачи. Я стараюсь максимально качественно и с полной отдачей делать то, что я делаю, реально гореть.

— Каковы на данный момент позиции вашей компании на российском рынке?

— В первую очередь, конечно, нашу позицию определяет портфель брендов — я считаю, он лучший из всех представленных на рынке. У нас очень сильные бренды в трех основных категориях: макияж, парфюмерия и уход. Мы растем быстрее рынка, и это очень хороший показатель как в России, так и по странам СНГ. Прошлый год был непростым: потребитель стал более рациональным, более разборчивым, он стал тратить больше времени на принятие решений. Но тем не менее мы прочно заняли свою нишу.

— Кстати, о нише. Мы несколько лет наблюдаем тенденцию покупки корпорацией Estée Lauder «маленьких» брендов. Планируете ли вы продолжать развиваться в этом направлении?

— Конечно. Потребителям хочется чего-то особенного, индивидуального, немассового, и это большой тренд сейчас. Политика привлечения и расширения портфеля за счет внешнего бренда будет продолжаться. Наша лидирующая позиция на рынке в сегменте «люкс» во многом сохраняется благодаря этому. Мы не останавливаемся, мы постоянно продолжаем определять и возвращать успешные бренды, успешные продукты. То есть те средства, которые завоевывают сердца наших потребителей и бренды, которые резонируют с тем, что потребителю важно.

— Ваша компания сейчас активно сотрудничает с блогерами и инфлюенсерами — людьми, формирующими мнения через интернет. По какому принципу вы их выбираете и как выстраиваете с ними взаимодействие?

— Инфлюенсеры задают формат общения, быстрой коммуникации и обратной связи, что очень важно в наше время. А при выборе среди них партнера для сотрудничества нам важно, чтобы он любил бренд, верил в него, действительно пользовался продукцией и разбирался в ней.

— Расскажите про ваш новый офис в Москве. Чем вызван переезд, будет ли что-то необычное в офисной жизни?

— Мы выросли из того офиса, в котором провели много лет. Когда мы начинали, у нас не было того портфеля брендов, которые сейчас есть, не было того количества сотрудников, масштаб деятельности увеличился. И это заставило задуматься о новом пространстве, в котором было бы комфортно работать. Сейчас мы занимаем целый этаж здания, площадь офиса составляет более 2,5 тыс. кв. м, и для меня это был абсолютно новый проект, который для нас сделал Design Solutions (компания по проектированию объектов недвижимости) и который вел главный архитектор Асхат Юсупов. Все было сделано в рекордные сроки, и мы постарались воплотить все пожелания сотрудников. У нас появилось много переговорных, места для отдыха, настольный теннис и футбол, есть даже души, фотостудия и отдельная комната, где можно заниматься танцами, йогой. Я уверена, что на работе должно быть место как для общения с коллегами, так и только для себя. Иногда нужно иметь возможность побыть одному, отдохнуть и отвлечься. Все-таки мы много времени проводим на работе.

— Как часто вы отдыхаете и что значит для вас отдыхать?

— Я люблю путешествовать, для меня отдых — это движение, я не могу лежать на пляже и загорать. Открываю для себя новые места: в марте мы с друзьями ездили на Шпицберген, я до сих пор под впечатлением — это удивительное место. Я регулярно занимаюсь фитнесом, хожу в клуб, летом катаюсь на велосипеде и вейкборде, зимой — на коньках.

— Вы можете назвать ваши любимые косметические продукты?

— Для меня самое важное — сделать макияж глаз, можно вообще не успеть накрастись, но тушь я наношу всегда. Пользуюсь Clinique. Люблю помаду MAC нейтральных оттенков, и в целом я за нейтральный естественный макияж и ненавязчивые ароматы вроде Jo Malone Wood Sage & Sea Salt и Blackberry Bay.

ИНТЕРВЬЮ Взяла Ирина Кириенко





# Nuditflorum

## **NASOMATTO**

extrait de parfum

ЭКСКЛЮЗИВНО В БУТИКАХ RIVOLI PERFUMERY

МОСКВА: ТГ «Модный сезон», Охотный ряд, 2, тел. (495) 789 80 20;

ТЦ «Крокус Сити Молл», 65-66 км МКАД, тел. (495) 727 17 06;

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ: Каменноостровский пр-т, 2А, тел. (812) 333 20 80;

ТД «Пассаж», Невский пр., 48, тел. (812) 448 18 28

ЭКСКЛЮЗИВНО В МАГАЗИНАХ РИВ ГОШ

МОСКВА: Универмаг «Цветной», Цветной б-р, 15, стр.1, тел. (495) 969 21 02;

ТРЦ «Европейский», пл. Киевского вокзала, 2, тел. (495) 229 19 45;

LOTTE PLAZA, Новинский б-р, 8, тел. (495) 725 26 07;

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ: ТРЦ «Галерея», Лиговский пр., 30а, тел. (812) 449 03 67;

РОСТОВ-НА-ДОНУ: ТРК «Мегацентр Горизонт», пр. Михаила Нагибина, 32/2, тел. (863) 272 54 10;

КАЛИНИНГРАД: ТРЦ «Европа», ул. Театральная, 30, тел. (4012) 61 63 19.

[rivegauche.ru](http://rivegauche.ru) 8 800 333 2020



# Агенты влияния

## Как beauty-блоги превратились в новые СМИ

Наталья Широ

**ОНИ** учат нас накладывать макияж, делать покупки, ремонтировать квартиры. Пока мы думали, что для них это просто хобби, они начали зарабатывать миллионы. И теперь, возможно, недалек тот день, когда в графе профессия официально напишут «блогер».

Иногда кажется, что эти люди не работают, а живут в свое удовольствие, болтая на камеру или строча в Telegram все, что приходит им в голову. Но чтобы стать успешным блогером, нужно вкалывать сутками и без выходных, постоянно удивлять своих фолловеров, искать нестандартные ходы и держать внимание публики. Для этого одного желания прославиться мало, нужны талант и трудолюбие. Вот почему большинство

успешных beauty-блогеров на YouTube и в Instagram — профессиональные визажисты, а в Telegram — журналисты и пиарщики, умеющие каждый день выдавать энное количество знаков, не дожидаясь вдохновения и хорошей погоды.

Такие каналы или блоги-сайты, которые ведут профессионалы, теперь уже становятся новыми СМИ, куда в первую очередь обращаются за достоверной информацией, минуя прессу и интернет-издания, часто слишком зависимые от своих рекламодателей.

Например, Гвинет Пэлтроу десять лет назад начала вести блог Goop, где давала советы о правильном питании и психологии. Со временем он вырос в настоящий портал, производящий собственную косметику и одежду. Примеры таких успешных изданий — *intothegloss*, *carolinehiron*, *beautifulwithbrains*, *donttouchmyface*, *gelseam*. Их отличительная черта — уникальность информации и научный подход. Кажется, что автор знает то, что недоступно другим, и это увеличивает популярность его СМИ и побуждает к сотрудничеству косметические бренды.

### Я так вижу

Другое дело — блоги в Instagram. В основном они рассчитаны на визуальный эффект, а факты или научная информация, если они есть, подаются дозированно. Главное — привлечь внимание красивой картинкой. Часто умение делать селфи и фото продуктов дает возможность зарабатывать большие деньги без особых усилий. Beauty-блогеры, достигшие успеха в Insta-

грам, не стесняются получать плату за продукт-плейсмент и брать за продвижение помады или теней до 300 тыс. руб. Можно ли таким доверять — решайте сами. В любом случае в Instagram стоит посмотреть блоги профессиональных визажистов — *@diane.kendal*, *@andrewgallimakeup*, *@patmcgrathreal*, *@ctilburymakeup* и других. Красиво и имеет практический смысл.

### Дело чести

Вопрос о честности блогеров — довольно спорный и часто зависит от основного источника дохода. Кто-то из них, например корпоративный директор Estée Lauder Кристина Омельченко (*@chriskisskiss*) или журналист и визажист Маша Ворслав, ведет свой Telegram-канал (*@bankihuyanki*) в свободное от работы время. «Для меня это хобби, я ничего не зарабатываю и никому не отдаю отчет в том, что делаю в блоге», — говорит Маша.

Ютуберам в этом смысле проще. При достижении определенного количества просмотров и подписчиков автор канала может заключить с Google партнерскую программу: YouTube размещает в вашем видео рекламу, а вы получаете процент с каждого просмотра. Главное — как можно чаще снимать новые ролики. Считается, что у блогеров меньше шансов обмануть, рекламируя то или иное средство. «Для работы я много смотрю YouTube-тьюториалы и опираюсь не только на то, что говорит ютубер, но и на то, как косметика себя ведет на видео. Понятно, что все можно отредактировать и на монтаже вырезать, но я не думаю, что это общая практика. Я не против, чтобы блогер

брал за рекламу деньги, он делает огромную работу — просто мне нравится, когда рекламу маркируют», — говорит Маша Ворслав.

«Я бесконечно уважаю тех, кто смог сделать из блога бизнес, и тех, кто просто делает полезный и качественный контент. Я чаще всего принимаю решения о покупке, основываясь на мнениях любимых блогеров», — объясняет Кристина Омельченко. Мнения расходятся. Автор *blondycandy* начала вести свой блог еще десять лет назад, а теперь с красоты переключилась на психологию: «Я читаю только специальную литературу. Годы beauty-блогерства сделали меня циником. Блогеры уже давно не выступают адвокатами читателей, они работают на бренды».

### Муки выбора

Допустим, вы решили завести свой блог, какую площадку предпочесть? «В Instagram много времени надо уделять визуальной части и психологически страшнее писать, так как тебя будут комментировать. Telegram прекрасен тем, что ты чувствуешь себя в полной безопасности. Не нужно заморачиваться со съемками — достаточно разместить настоящий кадр, это ценится даже выше отреетушированных картинок», — считает Кристина. Блог на YouTube — это настоящая работа от рассвета до заката: обдумывание сюжета и сценария, съемка видео, монтаж, иногда озвучка.

### От миллионников к миллионам

Блогеры производят не только контент. В Америке огромное количество нишевых

инди-марок, которые выпускаются визажистами и блогерами (*Chaos Makeup*, *Dawn Eyes Cosmetics*). Человеку, у которого 15 млн подписчиков в Instagram, не надо тратить тысячи долларов на рекламу. Например, визажисту Пэт Макграт или it-girl Ким Кардашьян достаточно сделать пару постов с анонсами новой помады или пудры — и готово: в день продаж фанаты сметают все до последнего тюбика.

Кстати, суперуспешные бренды от инфлюенсеров недолго остаются нишевыми. Инвестиционная компания Eurazeo Brands купила долю в размере \$60 млн в Pat McGrath Labs.

Beauty-блогера Худу Каттан (*@hudabeauty*) журнал *Allure* назвал одной из тех, кто мо-

дернизирует современную индустрию красоты. И это не пустые слова — кому как ни ей, блогеру с 25 млн (!) подписчиков в Instagram, знать, чего хотят женщины. Блогеры-миллионники благодаря социальным сетям получили власть, которая не снилась даже гигантам косметической индустрии. Под маркой Huda Beauty выходит огромное количество продуктов с революционными текстурами и большим количеством оттенков.

Бренды активно привлекают блогеров к сотрудничеству, и они реально продают товар. Патрик Старр (*Patrick Starr*, 4,4 млн подписчиков) уже четвертый раз за год делает коллекцию вместе с MAC. Парни-блогеры работали на Maybelline, Cover Girl, Rimmel, L'Oréal Paris. Джеффри Стар владеет Jeffree Star Cosmetics, Мэнни Муа (*Manny Muu*) в этом году запустил Lunar Beauty. Beauty-блогер Жаклин Хилл (*@jaclynhill*) с 5,5 млн подписчиков на YouTube и в Instagram создавала хиты для BECCA и Morphe. А теперь готовится к запуску собственной линии.

Что же дальше? Потеснят ли блогеры традиционные СМИ настолько, что это приведет к закрытию некоторых проектов? Безусловно, тем более что это уже происходит. Но положительные моменты есть всегда: конкуренция на рынке способствует улучшению качества контента. А вот экспансия блогеров в сферу производства косметики всем только на пользу. «Большие» бренды наконец-то начнут быстрее реагировать на запросы, а у нас появится свобода выбора. В любом случае выживут только профессионалы.





# TRUSSARDI



ПАРНЫЙ АРОМАТ  
TRUSSARDI.COM



# Ароматерапия Необычные парфюмерные сервисы

Ирина Кириенко |

**КАЖДЫЙ** сезон запускаются сотни парфюмерных новинок — выделиться в этом потоке и заинтересовать покупателя не так просто. Ведущие косметические компании придумывают оригинальные формы взаимодействия с потребителем, чтобы удивить и привлечь даже искушенную публику.

Некоторые из удачных вариантов парфюмерного сервиса, которые уже доказали свою эффективность, представлены в Москве и крупных городах России. Например, в ЦУМе стоит отправиться в корнеры Cartier и Frederic Malle: здесь не так давно появились парфюмерный орган и колонна для более полноценного погружения в ароматы.

Прообразом для парфюмерного органа Cartier стал рабочий стол парфюмера, за которым составляются композиции. Виктория Одинцова, руководитель Cartier Parfums в России, рассказывает: «Парфюмер Матильда Лоран, создавая коллекции ароматов Les Heures de Parfums и Les Heures Voyageuse, сосредоточилась не только на собственных обонятельных ощущениях, но и на зрительных ассоциациях. Музыка, аромат и визуализация для нее неразделимы. Парфюмерный орган как раз передает эту концепцию единства. Ничего подобного в России пока нет». Каждый флакон помещен в шкатулку, открывая которую, покупатель видит короткий фильм, рассказывающий про аромат через ассоциативный визуальный ряд.

С колонной несколько другая история: Фредерик Малль ставит их во все свои именные бутики по всему миру. Устройство тоже позаимствовано из арсенала профессионалов. Идея в том, чтобы удалить все внешние запахи, которые могут помешать правильному восприятию аромата. В московском корнере колонна представляет собой прозрачную кабину, в которой с помощью диффузора равномерно распыляется аромат, после чего следует войти внутрь и почувствовать запах. В своих интервью Фредерик Малль часто говорит о том, что этот способ дает более понятное представление об аромате, чем надушенная бумажная полоска, которыми принято пользоваться для тестирования.

В Mugler обратились к самым сознательным слоям населения и предложили сервис повторного наполнения флаконов. По статистике компании покупателю это позволяет сэкономить 40% средств при покупке нового аромата, а сокращение отходов составляет до 400 тонн ежегодно. Сервис Mugler Source был запущен в России в конце прошлого года и прошел несколько стадий согласования перед началом работы. Сандрин Гролье, международный директор Clarins Fragrance Group, рассказывает: «В России ввоз спиртосодержащей продукции подпадает под алкогольное регулирование, что влечет получение алкогольной лицензии. Поэтому нам пришлось проделать достаточно сложный путь переговоров и получения разнообразных разрешений, начиная с момента сертификации оборудования на территории России до непосредственно его установки в точках продаж. Мы видим в сервисе Source большой потенциал, и он уже работает не только в Москве, но и в Екатеринбурге, Новосибирске, Самаре, Челябинске и Казани».

**01** Сервис повторного наполнения флаконов Mugler в парфюмерном супермаркете «Золотое яблоко», ТЦ «Афимолл», Москва

**02** Парфюмерный орган Cartier, ЦУМ

**03** Парфюмерная колонна в корнере Frederic Malle, ЦУМ



01  
ПРЕДОСТАВЛЕНО MUGLER



ПРЕДОСТАВЛЕНО MUGLER



02  
CARTIER PARFUMS



CARTIER PARFUMS



03  
ПРЕДОСТАВЛЕНО FREDERIC MALLE



ПРЕДОСТАВЛЕНО FREDERIC MALLE



# Клуб знатоков Высокотехнологичные новинки осени

Ирина Кириенко



## Тушь для ресниц Le Volume Révolution, Chanel

В этом сезоне марка, продукты которой всегда находились на пике актуальности, кажется, превзошла саму себя. С ее помощью 3D-технологии вошли в мир красоты в виде первой щеточки для окрашивания ресниц, созданной на 3D-принтере. Армель Суро, директор по международным научным коммуникациям Chanel, рассказывает: «3D-принтер позволил нам разработать

щеточки для туши с новыми возможностями, при их изготовлении мы добиваемся абсолютной точности, филигранности процесса, как в кружевоплетении. Щеточка похожа на медовые соты, и выполнить их классическим способом производства попросту невозможно — самой сложной задачей было разработать выпуск в промышленных масштабах, но мы справились.

Поверхность щеточки имеет зернистую текстуру, которая позволяет туши максимально точно распределяться по поверхности ресниц. Также она наделена «сота́ми», которые позволяют захватывать ровно столько туши, сколько нужно, поэтому нет необходимости несколько раз макать щеточку во флакон».





## Кушон для ухода за кожей Dreamskin Capture, Dior

Линия Dreamskin этой осенью пополнилась необычной новинкой — кушоном в оттенке 000. Обычно в форме кушона (пудреница, в которой находятся губка с косметическим средством и сухой спонж для его нанесения) выпускаются тональные средства для корректировки оттенка кожи. Инновация Dior заключается в отказе от цвета и применении этой технологии для

нанесения ухаживающего средства. Эдуард Мовэ-Жарвис, директор по научным коммуникациям Dior, говорит: «При разработке этого продукта мы постарались связать воедино знания о структуре кожи и ее реакции на свет, чтобы после нанесения средства кожа выглядела максимально натурально при любом освещении и с любого ракурса. В составе кушона содержатся мощные

увлажняющие компоненты, которые в числе прочего контролируют избыточный блеск кожи — это стало возможным благодаря новому поколению биомиметических пудр, которые позволяют матировать кожу без применения цвета. Технология кушона дает возможность выпустить средство с жидкой текстурой в компактной форме — это удобно».





## Увлажняющий крем Skin Caviar Luxe Cream, La Prairie

Икорная линия Skin Caviar известной швейцарской марки, первые средства которой были созданы 30 лет назад, остается неизменной по своему замыслу и функциональности, но претерпевает изменения по составу. Крем для лица все также призван обеспечить лифтинг и упругость кожи, создавая тем самым заметный омолаживающий эффект. Однако главный действующий

компонент, которым и названа линия, икорный экстракт, полностью обновился. Доктор Даниэль Штангль, директор по разработкам компании La Prairie, поясняет: «Теперь Caviar Premier обогащен высокомолекулярными органическими соединениями: жирами, белками, углеводами, аминокислотами, дополнен экстрактами водорослей, дрожжей и минералами. Иными слова-

ми, мы не просто получили в лаборатории “отпечаток”, повторяющий биологический комплекс активных веществ из настоящей икры, мы усовершенствовали его, сделали более эффективным».





01 Тканевая маска La Mer для интенсивного увлажнения кожи

02 Сыворотка для выравнивания текстуры кожи Pore Control, Clarins

03 Сыворотка для обновления, тонизации и восстановления кожи Abeille Royale Double R, Guerlain

04 Бустер с нейропептидами для упругости кожи Chenot

05 Омолаживающий крем для кожи вокруг глаз V-line, Valmont

06 Очищающая маска для совершенствования тона кожи Uni Skin, Payot

07 Концентрат для восстановления кожи Ultimune, Shiseido

08 Дневной крем для упругости кожи и коррекции овала лица Rénergie Multi-Glow, Lancôme

09 Лосьон-праймер для регенерации кожи NCTF-Essence, Filorga

## Ученые не шутят

Помимо работы над новыми формулами косметических средств производители уделяют большое внимание их подаче. Уже недостаточно выпустить, условно говоря, «просто крем», важно сделать его привлекательным, необычным и даже парадоксальным. Яркими примерами таких новинок стали маски Payot и La Mer: первая из них предназначена для выведения токсинов и очищения кожи, вторая — для глубокого увлажнения кожи. Средство Payot черного цвета, содержит минерал магнетит — казалось бы, это уже должно удивить. Но это не все: чтобы удалить маску с кожи, потребуется магнит — его производитель заботливо поместил в упаковку вместе с подробной инструкцией. В компании La Mer изготовили тканевые маски из тончайших нановолокон и снабдили каждую из них лосьоном в мини-упаковке: им ткань смачивается перед нанесением. Идеи новинок тоже впечатляют. В компании Shiseido начали разработку средств для иммунитета кожи: новая сыворотка обещает усилить ее внутреннюю систему защиты. Clarins выпускают средство для создания «инстаграмного» эффекта идеальной кожи. Lancôme изучает процессы старения, привлекая экспертов в области космической биологии, и выпускает кремы для борьбы с гравитационными возрастными изменениями, такими как потеря упругости кожи и смещение овала лица. Индустрия красоты внимательно следит за последними достижениями науки и технологий — остается ждать новых открытий.

Ирина Кириенко



# Народная артистка Эмилия Кларк на съемках для Dolce & Gabbana

Дарья Козачок |



DAVIDE GALLIZIO FOR DOLCE & GABBANA



DAVIDE GALLIZIO FOR DOLCE & GABBANA



MORELLI BROTHERS FOR DOLCE & GABBANA

Эмилия Кларк  
с братьями Морелли,  
которые создавали  
фотографии  
для рекламной  
кампании



MORELLI BROTHERS FOR DOLCE & GABBANA

## СОТРУДНИЧЕСТВО

марки Dolce & Gabbana и актрисы Эмилии Кларк продолжается. Звезда культового сериала «Игра престолов» стала лицом нового аромата от итальянского модного дома — The Only One, пополнившего парфюмерную коллекцию The One, а на съемках рекламной кампании доказала, что умеет не только органично вживаться в роль, но и прекрасно петь.

Съемки рекламного ролика The Only One проходили в Риме. Действие разворачивается в колоритной trattoria, где шумно и многолюдно: посетители смеются в голос, снуют официанты, вино льется рекой. За одним из столиков сидит ослепительная Эмилия Кларк — облегающее платье из черного кружева, пышное белокурое каре, вишневая помада и улыбка на миллион. К ней подходят музыканты — седовласые почтенные мужчины — и начинают играть известную песню о любви «Quando, Quando, Quando». Эмилии ничего не остается делать, кроме как запеть по-итальянски, привлекая внимание всех присутствующих, а после — сорвать громкие овации.

Режиссером ролика стал Маттео Гарроне — это его вторая работа с Dolce & Gabbana. «Сценарную идею предложили Доменико и Стефано. Они решили воссоздать атмосферу 1960-х годов в Италии: вспомнили лучшие роли Анны Маньяни, театральные постановки того времени, настроение комедии «Смех Джойи». Оставалось только найти такое же кафе, как в том фильме, — с двумя этажами, чтобы со второго яруса можно было наблюдать, что происходит внизу, и слушать пение Эмилии», — рассказывает Маттео. По его признанию, именно вокальные данные актрисы поразили его больше всего: «Это был настоящий сюрприз, я и подумать не мог, что она умеет так петь!» — восклицает он. Создавать непринужденную, веселую обстановку на площадке помогали десятки непрофессиональных актеров, которых Доменико Дольче и Стефано Габбана по традиции пригласили для участия в съемках. «Я давно не испытывала таких эмоций, — говорит Эмилия, — работать с настоящими людьми, в реальном месте, не в декорациях! У всех без исключения пришедших на съемку был явный актерский талант — мои партнеры вели себя очень естественно и не боялись камеры. Я с удовольствием общалась с каждым из них — все они искренние и непосредственные».

От других ароматов коллекции The Only One отличается кофейными нотами, в прежней парфюмерной композиции они сменили сладковатое звучание фруктов — сливы и персика. «Это очень радостные перемены, ведь для меня Италия прежде всего ассоциируется с запахом свежесваренного кофе и с тем непередаваемым ароматом, который царит в маленьких джелатериях», — описывает свои впечатления Эмилия Кларк. Кофейный аккорд смягчает ирис — неожиданное сочетание, которое придает аромату особенный теплый оттенок на фоне ванильных нот и пачули, общих для всей линии The One. «Я бы описала его так: аутентичный, женственный и очень итальянский», — заключает актриса.



# Доказательство от обратного

## Почему детокс-клиники успешны как никогда

Александр Кулиш |

**ПОСЛЕДНЕЕ** десятилетие кардинально изменило восприятие детокса. В начале века самым модным гуру этого направления, без сомнения, был Анри Шено, и поездка в Мерано воспринималась как индульгенция за неумеренное потребление и неспортивный образ жизни. Пациенты приезжали в Palace Megano, теряли там 4 кг за неделю, а потом радостно возвращались к поздним ужинам и обильным возлияниям. Ничего удивительного, что результат был неустойчив и через полгода курс следовало повторить — виноват в этом был кто угодно, но не Шено. Его метод с тех пор не изменился — изменились клиенты, которые выбирают для себя курс оздоровления более осознанно и приезжают не только к нему. Они, кажется, испробовали на себе все доступные методы детокса и не собираются останавливаться на достигнутом.

Со времен нулевых отношение к потреблению в развитых странах меняется в сторону большей ответственности, а образ жизни стал более здоровым. Фитнес, йога, пилатес, функциональный тренинг, плавание, бокс и марафоны — посвященные спорту фото появляются в Instagram известных людей едва ли не чаще, чем отчеты о светских вечеринках. Всех интересуют молодость, красота и долголетие, и ради этого можно найти в себе силы отказаться от лишнего бокала вина и выйти в дождливый день на пробежку. И вот уже Вика Газинская продвигает «эволюционную диету», Наталья Давыдова в компании доктора Перлмуттера рассказывает светской Москве о вреде сахара и глутена, а Елена Перминова открывает безглютеновую пекарню. Казалось бы, зачем нужен детокс, если все и так следят за собой? Да и к детоксу в целом появилось множество вопросов: решая одни и те же проблемы, различные концепции противоречат друг другу, не утруждая себя клиническими исследованиями, чтобы обосновать теоретическую часть.

Начнем с самого главного — с идеи интоксикации организма. В одних методиках (например, в Chenot Palace и Sha Wellness Clinic) присутствует понятие токсинов, которыми загрязнен организм, при этом неизвестно, где именно и в какой концентрации эти токсины находятся, а также насколько их количество уменьшается после того, как курс детокса завершен. Другие концепции (например, Тамаза Мчедлидзе из грузинского Bioli Wellness Resort) срываются с окислительным (окислительным) стрессом в клетках, определяя уровень



### С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ОФИЦИАЛЬНОЙ

### науки любые методы детокса

### уязвимы для критики и причисляются

### к альтернативной медицине

этого стресса по косвенным признакам. Аюрведические клиники, такие как Kalari Kovilakom и Kalari Rasayana, опираются на традиционную индийскую медицину, одну из древнейших медицинских систем в мире, но и многовековые практики аюрведы не имеют строгого научного подтверждения. Именно поэтому с точки зрения официальной науки любые методы детокса уязвимы для критики и причисляются к альтернативной медицине.

Тем не менее, несмотря на зыбкость доказательной платформы, все эти системы работают. В этом нет ничего удивительного: на практике они состоят из исключительно полезных для здоровья элементов. Лучшие детокс-центры (даже если они не используют слово «детокс») непременно находятся в красивых, экологически чистых уголках света, вдали от больших городов. Все они стараются погрузить пациентов в обстановку, далекую от суеты и стресса. Везде рекомендуется огра-

ничить доступ к телефону и компьютеру — нашим главным раздражителям. А уж какие дополнительные антистрессовые методики практикуются — медитация или прогулка босиком по росе — не так важно. Везде предлагают массаж и умеренную физическую активность, будь то скандинавская ходьба, йога или пилатес (на неумеренную активность у пациентов, как правило, не хватает сил ввиду скромного рациона питания). Во всех детокс-центрах подают на стол здоровую пищу, приготовленную из фермерских продуктов, как правило, вегетарианскую, но совсем не обязательно (у Шено и в мягком варианте Sha бывает рыба). При этом классическая аюрведа настаивает на термически обработанных продуктах, любимый Кейт Мосс детокс-центр The LifeCo в Бодруме продвигает сыроедение, а в некоторых центрах, таких как «Кивач» в Карелии, есть даже курсы голодания — и все это прекрасно работает, если, конечно, доктор одобрил такой курс конкретно для вас.

Сегодня идея похудеть в детокс-центре не кажется такой уж свежей, а на первый план выходят куда более важные вопросы. Многие клиники предлагают профилактику аллергии, расстройств пищеварения, повышенного давления, диабета, кожных заболеваний. И, несмотря на «ненаучность», дают неплохие результаты. Справиться с лишним весом можно и самостоятельно — достаточно силы воли, а вот победить аллергию гораздо сложнее, и лучше это делать под наблюдением врачей. А возможность влезть в «эталонные» джинсы после двух недель детокса теперь воспринимается скорее как приятный бонус, но не главная причина поездки.

Казалось бы, принципы детокса известны всем — можно вести здоровый образ жизни в городе, правильно питаться, заниматься спортом, и детокс не понадобится. Но таких стойких перфекционистов, как Полина Киценко, не позволяющих себе ни шага в сторону, не так уж много. Для жителей мегаполиса по-прежнему неизбежны ежедневный стресс и влияние плохой экологии. В общем, здоровый образ жизни — хорошо, но главный смысл детокса все-таки немного иной: это перезагрузка организма и возвращение к простым истинам, которые так легко забываются в городе. Понимание того, какой может быть идеально организованная, правильная жизнь. В детокс-центры едут за чувством легкости и вдохновением, и даже если по возвращении не следуют всем советам врачей, пара полезных для здоровья идей наверняка остается в обиходе.



# Источники энергии Необычные места для отдыха и занятий спортом

Альтернатива традиционному пляжному отдыху: термальные источники в Греции, кроссфит на Рублевке или спа в итальянском стиле в Ростове-на-Дону.

## Pride Wellness Club, Подмосковье

**15 МИНУТ** от МКАД по Рублево-Успенскому шоссе — и вы в коттеджном поселке «Жуковка-XXI». Здесь, в живописной пойме Москвы-реки, на территории 7 тыс. кв. м расположен Pride Wellness Club, открытый в 2011 году. Команда архитекторов во главе с Александром Асодовым спроектировала здание, похожее на птицу, раскинувшую крылья вдоль береговой линии. Сквозной проход соединяет две части клуба, а легкие навесы связывают открытое помещение с окружающим ландшафтом.

Со стороны реки к левому и правому крылу примыкают теннисные корты и спортивные площадки для занятий на свежем воздухе, а внутри разместились фитнес-центр, зона спа, детский клуб, ресторан и бассейн, перетекающий в чашу под открытым небом. Для оформления интерьеров выбраны спокойные оттенки и натуральные материалы — юрский мрамор и древесина. От других центров Pride Wellness Club отличает концепция закрытого семейного клуба. «Нам важны спокойствие и безопасность наших гостей, поэтому каждому, кто хочет вступить в клуб, необходимо пройти процедуру одобрения заявления. Повысить шанс на положительное решение поможет рекомендация других членов», — объясняет генеральный директор Pride Wellness Club Ксения Огиенко.

После вступления в клуб новые участники проходят функциональное тестирование. В зависимости от его результатов и пожеланий клиента разрабатывается план занятий. Выбор тренировок в Pride Wellness Club очень разнообразен: бокс и тхэквондо, танцевальные классы, горный велосипед и беговые лыжи, теннис, плавание и спортивная игра с полосой препятствий.

В тренажерный зал нужно записаться хотя бы для того, чтобы узнать, насколько современное оборудование делает тренировки интересными. К примеру, тренажеры имитируют занятие спор-



том в естественных условиях — PROSKI Simulator создает ощущения катания на горных лыжах. На тренажерах Life Fitness можно устраивать онлайн-соревнования с пользователями из разных стран, а во время пробежки вдохновляться красивыми беговыми маршрутами мира. В этом



году клуб внедрил систему мониторинга Muzone, отслеживающую в онлайн-режиме изменения пульса. Она контролирует темп занятия, поддерживает связь с тренером и поощряет участников процесса баллами.

Направление, которое постоянно развивается в Pride Wellness Club, — тренировки на открытом воздухе. Сейчас в клубе можно круглый год плавать в открытом бассейне, заниматься скандинавской ходьбой, кроссфитом, летом неспешно изучать асаны йоги, а зимой кататься на коньках и лыжах.

Огромный спа-центр Pride Beauty & Spa — настоящая гордость клуба. В термальном комплексе есть хаммам, римская терма и русская баня — прекрасный способ рассла-

биться после тренировок. Для оздоровительных процедур и косметологии работают 12 кабинетов, здесь представлен большой спектр услуг, включая спа-ритуалы, инъекции и аппаратные методики. Например, для борьбы с целлюлитом предназначен новый аппарат LPG-терапии Cellu M6 Alliance. Он одинаково хорошо справляется с жировыми отложениями в области подбородка, талии и зоны галифе. «Аппарат увеличивает содержание гиалуроновой кислоты в дерме, что уменьшает видимые морщины, улучшает четкость овала лица, снижает дряблость и выравнивает тон кожи», — отмечает косметолог Алена Мгеброва.

В меню процедур для лица в Pride Beauty & Spa представлены средства по уходу за кожей французской марки Anne Semonin, а также пилинг PRX-T, обновляющий верхний слой кожи, и аппарат фотоомоложения Ellipse, решающий проблемы мимических морщин и пигментации. Синдром хронической усталости здесь лечат с помощью нейроседативного (расслабляющего) массажа лица, предлагаются также ванны с экстрактами водорослей, виноградные обертывания. После процедур можно отправиться пить травяной чай в зону отдыха.

ДАРЬЯ КОЗАЧОК



ДЖАКУЗИ  
В ТЕРМАЛЬНОЙ  
ЗОНЕ КЛУБА



# Miraggio Thermal Spa Resort



ПРЕСС-СЛУЖБА ОТЕЛЯ



ПРЕСС-СЛУЖБА ОТЕЛЯ



ПРЕСС-СЛУЖБА ОТЕЛЯ

СПЕЦИАЛИСТЫ КУРОРТА СЛЕДУЮТ СПА-ТРАДИЦИЯМ, ЗАРОДИВШИМСЯ В ГРЕЦИИ ТЫСЯЧЕЛЕТИЯ НАЗАД



ПРЕСС-СЛУЖБА ОТЕЛЯ

**ОТЕЛЬ** Miraggio Thermal Spa Resort находится в поселке Пальюри на греческом полуострове Кассандра. Архитекторы расположили здание отеля в форме амфитеатра на горе — оно словно спускается с вершины к самой кромке Эгейского моря. Курортный комплекс занимает 13,4 га,

на которых есть и собственный пляж, и рестораны с национальной кухней, и уникальный для региона спа-центр.

Myrthia Thermal Spa в прошлом году заслужил награду Best Luxury Wellness Spa на церемонии World Luxury Spa Awards. В основе многих программ комплекса — вода из термального источника Канистро, которая очень богата полезными минералами и микроэлементами. «Наш источник, который выходит на поверхность через вулканические породы с глубины 270 м и имеет температуру около 32 градусов, был обнаружен прямо на территории курорта. Это открытие подарило отличные возможности для реализации

одного из самых масштабных и амбициозных оздоровительных проектов в Северной Греции. Здесь обширная двухуровневая спа-зона с оборудованными по последнему слову техники массажными кабинетами, саунами и установками по звукоустойчивой терапии, а также открытый термальный бассейн с гидромассажными креслами и захватывающим видом на залив Торонео. Наш комплекс включает в себя термальный люкс с паровой сауной, финской сауной, тепидариумом, фитосауной, дорожку с ледяной водой и два душа впечатлений, тренажерный зал, салон красоты, мультифункциональные процедурные комнаты и VIP-люкс с ванной и лаунжем», — с гордостью рассказывает Виктория Янакова, wellness-директор Miraggio Thermal Spa Resort.

Здесь уделяют особое внимание процедурам с натуральными греческими продуктами и стараются следовать традициям ухода за телом, зародившимся тысячелетия назад. Например, в меню Miraggio можно найти фирменную трехдневную процедуру центра «Мифы Древней Греции». Первый день программы проходит под девизом «очищения»: почти час отводится бассейну с термальной водой, затем специалист сделает медово-йогуртную процедуру по уходу за лицом и телом, идеальную после пребывания на солнце, и в завершение полагается принять ванну для ног с лечебными травами и массажем, во время которой можно перекусить фруктами и выпить бокал греческого красного вина. На второй день, обозначенный как «обновление», после бассейна предстоит согревающий массаж — растирание с оливковым маслом и традиционным алкогольным напитком ципуро улучшает кровообращение, а третий день включает в себя ванну с ароматными лечебными травами, содой, ромашкой, критской душицей и шалфеем для вывода токсинов. В заключение косметолог сделает процедуру антивозрастного ухода для лица и тела «Афродита».

«Мы также думаем о том, чтобы в спа-центре было интересно всем гостям без исключения. У нас есть специальные пакетные предложения для всей семьи, детские и для влюбленных, например трехдневный ритуал расслабления в спа-сьюте центра», — отмечает Виктория Янакова.

В центре разработаны самые разные программы, массажи, процедуры по уходу, рассчитанные на поэтапное погружение — три и пять дней, или на менее продолжительные сеансы — от 20 до 150 минут. За это время тоже есть возможность снять стресс и зарядиться энергией.

Нина Голубева



# Old House Resort & Spa, Ростов-на-Дону

В СРЕДСТВАХ  
АВСТРИЙСКОЙ МАРКИ  
VINOBLE СОДЕРЖИТСЯ  
АНТИОКСИДАНТ  
ВИНИФЕРИН, КОТОРЫЙ  
ПОЛУЧАЮТ ИЗ ПОБЕГОВ  
ВИНОГРАДНОЙ ЛОЗЫ  
И КОСТОЧЕК ВИНОГРАДА



VINOBLE

ПРЕСС-СЛУЖБА ОТЕЛЯ



ПРЕСС-СЛУЖБА ОТЕЛЯ



**ГОСТИНИЧНЫЙ** комплекс Old House Resort & Spa находится в 30 км от аэропорта Платов, в заповедной зоне. Это первый курорт на берегу Дона, который был открыт несколько лет назад и продолжает достраиваться, расширяться и совершенствоваться. Загородный отель представляет собой комплекс из нескольких зданий разноплановой архитектуры, все — с особенным дизайном, антикварной мебелью, предметами декора, привезенными владельцем из разных стран мира. Интерьеры номеров тоже различны по стиливому решению, их названия говорят сами за себя: «Голландец», «Шале», «Боргезе», «Башня Рапунцель», «Кантри». В 2016 году отель получил премию World Spa & Wellness Awards в номинации «Лучший спа-отель в Восточной Европе». По сути, именно ради спа-процедур сюда стоит ехать — вряд ли вы найдете место такого уровня в этой части России. Здесь можно рассчитывать как на омолаживающий уход за лицом или телом, так и на расслабление в парных, а также пройти полный курс детокса, который будет подкреплён специальным легким меню здорового питания.

Алена Сочнева, и. о. управляющей спа-комплексом отеля Old House, рассказывает: «Команда опытных дизайнеров внимательно отнеслась к оформлению интерьеров спа-центра и продумала здесь каждую деталь. Вся керамика сделана вручную на фабрике фарфора, текстиль фирменного цвета изготовлен ограниченной партией специально для нашего спа, а вся мебель делалась на заказ в Италии из того же дерева, что и отделка кабинетов. Вручную расписаны потолки в каминном зале, фрески в бассейне и двух кабинетах, потолок в купели, мозаика в зоне парных».

В работе спа-центра за основу сначала взяли косметику известной итальянской марки Terme di Saturnia, позже к ней присоединили марки St. Barth, Joelle Ciooco и — на эксклюзивной основе — австрийскую марку Vinoble. Она примечательна тем, что в состав средств марки входит виниферин, который получают из побегов виноградной лозы и косточек винограда.

Это вещество помогает бороться со свободными радикалами, замедлить процесс старения кожи и значительно улучшить ее структуру. Аппаратная косметология здесь тоже представлена: тем, кому нужен быстрый результат, мастера готовы предложить известную во всем мире процедуру Intraseuticals, или безинъекционной мезотерапии. В спа работает и Icoon laser для фракционно-вакуумного массажа, который признан своего рода гимнастикой для клеток, стимулирующей выработку коллагена.

Для любителей попариться на берегу Дона построили отдельный банный дом Fisher House из карельской сосны. В целом курорт Old House и задуман, и построен как место для гармоничного общения с природой, с большим вниманием к деталям.

Ирина Кириенко



ПРЕСС-СЛУЖБА ОТЕЛЯ



# Агрессивная среда

## Что такое эмоциональное выгорание

Анастасия Гостева |

### «НА СЛЕДУЮЩИЙ

день после отпуска у меня такое состояние, словно я никогда не отдыхал», «Из меня словно все соки выжали», «Я забыла, когда я последний раз что-то по-настоящему хотела». Возможно, эти фразы однажды произносили вы или ваши друзья и близкие. Многие не придают этому большого значения: такое время, все живут в сумасшедшем графике — вот будут выходные и можно выспаться.

Но, скорее всего, эти фразы описывают состояние, которое не лечится сном в выходные, — синдром эмоционального выгорания, ЭВ. Впервые этот термин использовал в 1974 году американский психиатр Герберт Фрейденбергер. Тогда, в 1970-х, он обнаружил, что больше всего ему подвержены представители тех профессий, где по роду своей деятельности приходится постоянно общаться с большим количеством людей: руководители, психологи, врачи, учителя, консультанты. Однако сегодня от эмоционального выгорания страдают многие независимо от вида деятельности и социального положения. По словам австрийского психолога Альфрида Лэнгле, «эмоциональное выгорание — это симптом нашего времени. Это состояние истощения, которое приводит к параличу наших сил, чувств и сопровождается утратой способности радоваться жизни».

Специалисты выделяют несколько стадий выгорания. Легкое — когда вы делали большой проект, сильно перенапряглись, устали. Вы чувствуете раздражительность, отсутствие желаний, плохо спите, у вас снижена мотивация. Это физиологическая и психологическая реакция на чрезмерное напряжение. И на этом уровне действительно могут помочь отдых, спа, занятия спортом.

Хроническое выгорание выглядит по-другому: люди начинают часто болеть, эмоциональное истощение не проходит даже после отдыха, а общение с окружающими становится настоящей пыткой.

#### Выход из пике

Кажется, что эмоциональное выгорание больше проблема психологическая, но оно затрагивает организм на очень глубоком уровне вплоть до гормональной и иммунной систем. И поэтому стоит обратиться к врачу для комплексного обследования. «Хорошей поддержкой для восстановления

нервной системы являются препараты витаминов группы В, минералы (например, магний), аминокислоты (5НТР, ГАМК, глицин и др.), жирорастворимые витамины, омега 3, 6, лецитин, адаптогены, — говорит врач и специалист по антиэйджинговой медицине Юлия Титель. — Есть еще один важный фактор — это взаимодействие кожи с нервной системой. Эпидермис снабжен огромным количеством рецепторов,

Практики медитации являются мощными инструментами для предотвращения синдрома эмоционального выгорания. Они работают на нескольких уровнях: активируют парасимпатический отдел нервной системы и восстанавливают механизмы расслабления и отдыха, тренируют навык замечать ранние признаки стресса: телесное напряжение, эмоциональную не-

удовлетворенность и раздражительность, негативное мышление, помогают заметить и осознать те убеждения и ценности, которые привели в итоге к ЭВ. А вот для того, чтобы работать с этими убеждениями и ценностями и менять их на более здоровые, иногда нужна психотерапия.

Часто причины ЭВ кроются в детстве, в отношениях с родителями, братьями и сестрами и в тех ценностях и установках, которые были приняты в семье. Без помощи

специалиста разобраться с этим бывает непросто. Если вас с детства приучали не думать о себе и быть готовым на все ради достижения успеха, то во взрослом возрасте вам будет сложно отложить текущие дела ради поиска смысла жизни. А между тем именно это, по мнению Альфрида Лэнгле, может помочь предотвратить синдром эмоционального выгорания. Достаточно регулярно задавать себе два простых вопроса: какой в этом смысл и приносит ли мне радость то, что я делаю?

В последнее время появляется много научных исследований и научно-популярных книг о том, какое огромное влияние на нас оказывает среда. Николас Кристакис, социолог из Гарварда, и Джеймс Фаулер, политолог из Калифорнийского университета, в своей книге «Связанные одной сетью» описали, что особенности веса, душевное состояние, богатство и даже продолжительность жизни — все это передается от одного человека к другому, как заразная болезнь. Причем на нас влияют друзья друзей наших друзей! Это значит, что, если вы живете и работаете в окружении трудолюбивых, в среде, которая не поощряет радость, осмысленное общение, эмоциональные связи между людьми, вам будет труднее избавиться от ЭВ.



### В ЗОНЕ РИСКА — ВСЕ, КОМУ ПО РОДУ СВОЕЙ

деятельности приходится общаться с большим количеством людей: руководители, психологи, врачи, консультанты

от которых в мозг поступает разнообразная информация об изменении окружающей среды, — это не только тактильные ощущения, но и температура, давление, боль и прочее. Как врачи мы используем этот физиологический механизм, чтобы бороться с синдромом эмоционального выгорания. Расслабляющий массаж, обертывания и ванны оказывают глубокое исцеляющее воздействие на нервную систему».

Тибетский учитель медитации Цокньи Ринпоче много учит на Западе и постоянно сталкивается с тем, что его западные ученики находятся в глубоком стрессе.

### Как быстро заработать эмоциональное выгорание

Не ходите в отпуск — дела не будут ждать!

Ничего никому не делегируйте — никто не сделает лучше вас.

Наймите детям няню или отправьте их в школу-пансион — дети могут пробудить в вас

воспоминания о том времени, когда вы еще умели гулять, не глядя на часы.

Близкие доверительные отношения в семье — это профилактика эмоционального выгорания, поэтому будьте одиночкой.

Забудьте о спорте, медитации и хобби — успешные люди не тратят время на ерунду.

Спите не больше пяти-шести часов — вы не можете позволить себе так бездарно тратить время.



# Выбрать темп

## Экспресс-услуги в московских салонах красоты

Дарья Козачок |



ПРЕСС-СЛУЖБА JEAN LOUIS DAVID

### Jean Louis David в ГУМе

В салоне известной французской сети специализируются на сложных авторских техниках окрашивания и процедурах по уходу за волосами, а также выполняют виртуозные графичные стрижки машинкой. Если нужно сэкономить время, здесь можно сделать сразу три процедуры: маникюр, педикюр и макияж. Чтобы освежить цвет и закрасить отросшие корни, понадобится буквально пять минут — средство Creme Eclair стирает границу и осветляет естественный тон волос. Отдельной позицией в меню Jean Louis David значатся «скоростные» укладки, которые не требуют мытья головы (1,5 тыс. руб. каждая). Speed Brush — это быстрая укладка с разглаживанием волос, Speed Curl — модные локоны, а Speed Up-Do — романтическая коса или классический пучок. Говорят, последний вариант особенно популярен у тех, кто опаздывает в загс.

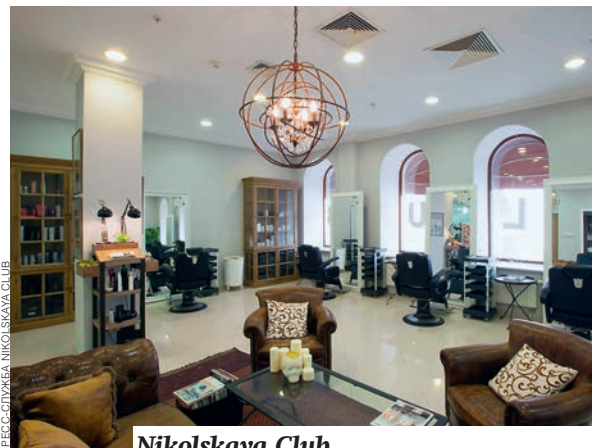
[jeanlouisdavid.ru](http://jeanlouisdavid.ru)



### Aldo Coppola в ТДЦ «Новинский»

Один из первых центров красоты Aldo Coppola в Москве — проверенное место, где можно, не отрываясь от дел, быстро подготовиться к важному событию. За час-полтора здесь обещают сделать маникюр, педикюр, укладку, макияж и даже провести экспресс-уход за лицом. В последнем случае возможны варианты: микротоковая терапия Biogenie (от 8 тыс. руб.), которая помогает подтянуть овал лица и уменьшить красноту, HydraFacial — комплекс из нетравматичной чистки и легкого пилинга, усиливающего естественное сияние (от 12 тыс. руб.), или лимфодренажный массаж на аппарате Dibitron (5 тыс. руб.). Средняя продолжительность каждой из процедур по экспресс-уходу — 20 минут, а если есть время, очень полезно будет в завершение наложить маску — себорегулирующую, увлажняющую или моделирующую.

[aldocoppola.ru](http://aldocoppola.ru)

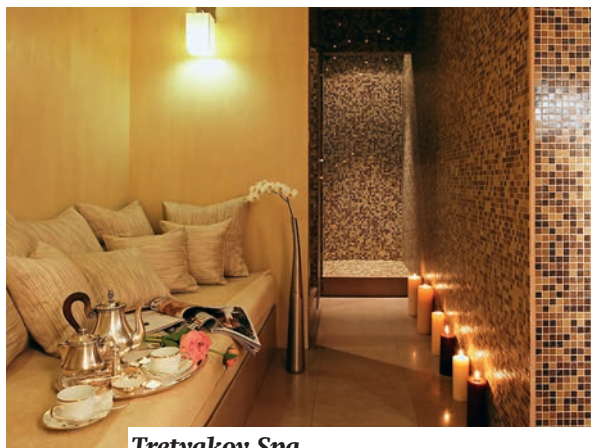


ПРЕСС-СЛУЖБА NIKOLSKAYA CLUB

### Nikolskaya Club

Все косметологические процедуры по уходу в этом салоне проводят со средствами французской марки Guinot (от 5,8 тыс. руб.). Чтобы результат был более действенным, возможно использовать во время процедур аппарат Hydraderm Cellular Energy для более глубокого проникновения активных веществ в слои кожи и выраженного эффекта лифтинга. Другой вариант быстро вернуть лицу свежесть — записаться на сеанс Plasma Jet (от 7,5 тыс. руб.). Аппарат работает по методике плазменного омоложения, прогревая кожу до 40 градусов без повреждения ее верхнего слоя. За 15–30 минут повышается тонус, выравнивается тон, уменьшаются покраснения, а сразу после сеанса можно наносить макияж и выходить в свет. Помимо посещения косметолога в Nikolskaya Club можно сделать укладку (от 1,5 тыс. руб.), экспресс-маникюр (1 тыс. руб.) и биоэпиляцию.

[nikolskayaclub.ru](http://nikolskayaclub.ru)

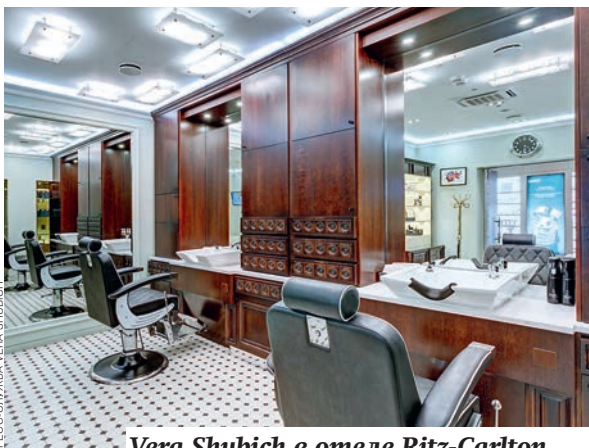


ПРЕСС-СЛУЖБА VERA SHUBICH

### Tretyakov Spa

В салоне Tretyakov Spa можно воспользоваться процедурой по нанесению мгновенного загара, которую выполняют с помощью линейки профессиональных средств марки James Read (4 тыс. руб.). Весь процесс длится полтора часа. Сначала кожу очищают скрабом, который удалит мертвые клетки и предотвратит появление пятен и разводов, и только потом наносят бронзирующий состав. Главный компонент в его формуле — дигидроксиацетон: он вступает в реакцию с клетками кожи и после окисления окрашивает эпидермис. Бронзовый оттенок сохранится на пять-семь дней, потом процедуру можно повторить. Чтобы за краткое время придать коже свежий и обновленный вид, в салоне предлагаются фирменные процедуры по уходу за лицом Anne Semonin. Бестроительный вариант — уход Fresh Look (7 тыс. руб.) с последовательным нанесением сывороток и кремов, а также сеанс лимфодренажного массажа (6,3 тыс. руб.).

[tretyakovspa.ru](http://tretyakovspa.ru)

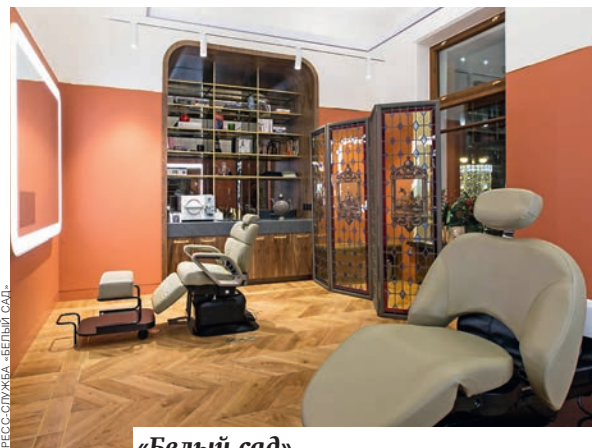


ПРЕСС-СЛУЖБА «БЕЛЫЙ САД»

### Vera Shubich в отеле Ritz-Carlton

В салон московского стилиста Веры Шубич заходили, чтобы сделать безупречную укладку и макияж, актриса Натали Портман, модель Жизель Бюндхен, дизайнер Стелла Маккартни, что уже говорит о репутации заведения. Взять на заметку это место стоит, если нужно быстро вернуть волосам ухоженный вид: в арсенале стилистов около десятка вариантов по экспресс-уходу (от 2,5 тыс. руб.), каждый из которых обычно занимает не больше получаса. В салоне работают со средствами уважаемых марок Oribe, Redken, Sebastian, Eliokar Top Level. При выборе в пользу последнего бренда мастер может приготовить шампунь по индивидуальному рецепту, чтобы поддерживать результат в домашних условиях. Для маникюра используются средства Evo, CND, Luxio, а кроме обычной обрезной техники предлагается и более щадящая необрезная, которую выполняют с помощью тонких пилкок Christina Fitzgerald (от 2,7 тыс. руб.) — ее плюс в том, что кутикула дольше остается аккуратной и заусенцев практически не бывает.

Тверская ул., 3



ПРЕСС-СЛУЖБА «БЕЛЫЙ САД»

### «Белый сад»

В салоне «Белый сад», расположенном в знаменитом отеле «Метрополь», с 15 сентября по 10 октября принимает пациентов датский остеопат Томас Андерсен. Он занимается проблемами нарушения осанки, работает над устранением посттравматических болей и рубцовых натяжений. Сеансы у датского специалиста длятся не дольше часа. Также в салоне мастерски укладывают волосы (от 3,5 тыс. руб. с мытьем головы) и делают маникюр (от 4,5 тыс. руб.), а накопившееся напряжение и усталость здесь можно снять за 35 минут на сеансе флоатинга (4,5 тыс. руб.). Если располагаете временем — записывайтесь на массаж и обертывания Thalion. Ароматическое, морское, минеральное, охлаждающее или детокс-обертывание — мастер делает выбор исходя из ваших пожеланий и сочетает процедуру с разными массажными техниками. Курс таких процедур поможет уменьшить проявления целлюлита, повысить тонус кожи и укрепить стенки сосудов.

Отель «Метрополь», Театральный пр-д, 2



# Маска, я тебя знаю

## Микротоки на службе омоложения

**ЭТА** фотография сделана в Америке 1930-х годов: с помощью подобных резиновых масок врачи помогали клиентам омолаживающих клиник обрести красоту. Суть методики в том, что воздействие на кожу, сосуды и мышечный слой оказывалось с помощью микротоковой терапии, или слабого импульсного тока. «В те годы такая технология была из разряда революционной — и не только из-за внешнего вида, но и благодаря эффекту: микротоки помогали дренировать кожу и заметно тонизировали ее. Резина была необходима для безопасности — как изолятор от электрического тока», — говорит эксперт Виктория Рощанинова (Kraftway). Сегодня микротоки в косметологии активно используются — правда, выглядит все намного более изящно: электроды могут быть выполнены в виде шаров, конусов или перчаток. Кроме того, появилась и альтернатива, если токи вам по какой-то причине не подходят. «Лет десять назад была разработана французская методика LPG, а чуть позже итальянцы придумали аппарат Endospheres — эффект тот же, но без неприятных ощущений», — отмечает Виктория Рощанинова.

Ирина Кириенко

Со временем этот физиотерапевтический метод оздоровления стал одним из самых востребованных в косметологии



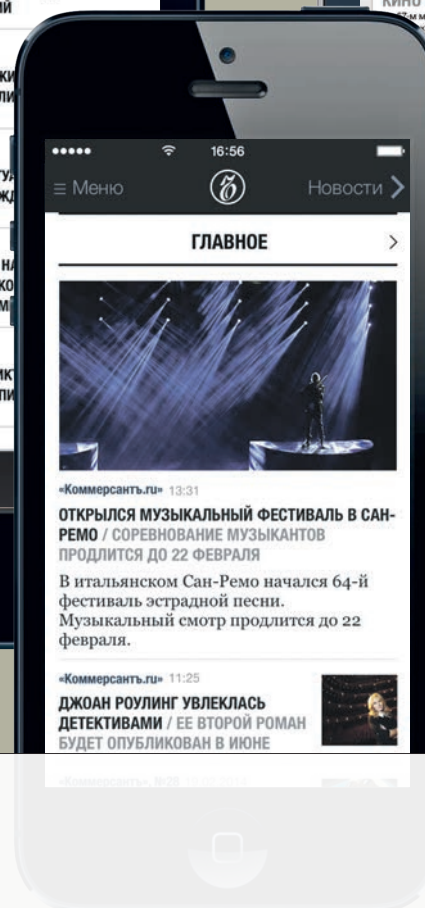
ULLSTEIN BILD VIA GETTY IMAGES





# Коммерсантъ

## В кармане



16+

реклама

Получайте ещё больше новостей в режиме реального времени

Читайте все материалы газеты «Коммерсантъ», журналов «Огонёк», «Автопилот» и Weekend

Слушайте прямой эфир радиостанции «Коммерсантъ FM»

Используйте настройку на свой регион, сервис интеграции с социальными сетями

Оформляйте подписку на журнал «Огонёк»



# HAIR *rituel* by **sisley**\* PARIS



РЕКЛАМА. \* Коллекция по уходу за волосами и кожей головы.

[www.sisley-paris.ru](http://www.sisley-paris.ru)  
[@sisleyparisrussia](https://www.instagram.com/sisleyparisrussia)