

**NABSMAIL.COM**

\*место для Вашей рекламы



# NABS

НОВОСИБИРСК  
#02

## BEAUTY

10 способов  
выглядеть  
лучше

## STYLE

Тенденции,  
от которых  
невозможно  
отказаться

## PEOPLE

Вдохновляющие  
интервью

## CITY

Что скрывают  
улицы  
нашего города?

## DETAILS

Beauty-словарь.  
Будь в курсе!



18+



Perfect Style

MULTI BRAND STORE



[perfect-style.it](http://perfect-style.it)

Красный проспект | 37

287 33 49

**ЭКСПРЕСС-КУРСЫ ПОХУДЕНИЯ  
ПО МЕТОДИКЕ БОДИФЛЕКС**

**МИНУС 8-15 СМ  
В ОБЪЕМАХ  
С ГАРАНТИЕЙ  
РЕЗУЛЬТАТА  
ВСЕГО ЗА 15 ДНЕЙ**



**ВТОРОЕ ДЫХАНИЕ**  
ЦЕНТР БОДИФЛЕКСА И ЙОГИ

Филиалы на пл. Ленина, пл. Маркса,  
пл. Калинина, Студенческой,  
Академгородке и на Родниках

Запись по телефонам:  
**277-211-7, 380-05-19**  
или на сайте  
**minus15-nsk.ru**

**ДВА ЗАНЯТИЯ  
В ПОДАРОК**

- ЙОГА
- СТРЕТЧИНГ

**В АТМОСФЕРНОЙ СТУДИИ  
В САМОМ ЦЕНТРЕ НОВОСИБИРСКА**



\*данный купон дает право посетить 2 тренировки  
в центре йоги и бодифлекса "Второе дыхание"  
по адресу Щетинкина, 49, 9 подъезд, 6 эт.

**Йога -айенгара** Пн - 18.40, Вт - 8.00, Ср - 7.00,  
Чт - 8.00, 18.40, Пт - 7.00, Суб - 12.00

**Стретчинг** Вт 18.30, Пт 18.30

Адрес: Щетинкина, 49, 9 подъезд, 6 эт.  
Запись по телефону 212-75-25

**Сфотографируй купон,  
покажи его в центре  
«Второе дыхание»  
по адресу:  
ул. Щетинкина, 49,  
9 подъезд, 6 этаж  
и получи две тренировки  
В ПОДАРОК  
до 30.10.2017 г.**

Запись по телефону  
**212-75-25**



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ПУБЛИЧНОЙ ОФЕРТОЙ. ЛИЦЕНЗИЯ № ЛО-54-03-004228

# Безопасное отбеливание зубов

## Система отбеливания ZOOM 4!

- Безопасно для зубов
- Более выраженный результат
- Естественный блеск зубов



абенд.рф



+7 (383) 209 93 50



ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

# NABS

Редакция

---

## **АВТОР ПРОЕКТА/ AUTHOR OF THE PROJECT**

Кристина Афонина/ Kristina Afonina

## **Главный редактор/ Editor-in-chef**

Настя Драма/ Nastya Drama

## **Арт-директор/ Art Director**

Елена Жигунова/ Elena Zhigunova

## **Редактор/ Feature Editor**

Алина Фризен/ Alina Frizen

## **Продюсер/ Producer**

Александр Афонин/ Alexandr Afonin

## **Старший дизайнер/ Senior designer**

Вадим Степанищев/ Vadim Stepanishchev

## **Иллюстратор/ Illustrator**

Мария Медведь/ Maria Medved

## **Финансовый менеджер / Finance Manager**

Белых Екатерина/ Belykh Ekaterina

## **Адрес редакции:**

Новосибирск, Депутатская, 46/ Novosibirsk, Deputatskaya, 46

## **По вопросам рекламы и предложений**

[magazine@nabsnail.com](mailto:magazine@nabsnail.com)

## **Телефон редакции**

+7 (383) 213 28 17

Обложка: Фотограф **Павел Бянкин**, модель **Елизавета** (MA Elite Stars)

Журнал NABS. Издается с июля 2016 года. Все права защищены. Тираж 999 экз.

Статьи, рубрики и другие редакционные страницы журнала NABS являются справочно-информационными и аналитическими материалами.

NABS не несет ответственности за присланные рекламные материалы.





# Лаванда

цветочная мастерская



Букеты, ящики, корзины  
и коробочки с живыми цветами



Букет невесты



Комплексное оформление свадьбы



Подход с душой к каждому заказу



ул. Фрунзе, 49, тел.: 212-77-36  
WhatsApp: 8-923-775-07-36

 lavandalab  
 lavandashop

- 06. Редакция
- 10. Слово автора проекта
- 12. Слово главного редактора

## 13. #NABS\_BEAUTY

- 14. Новинки: Бренд PAESE
- 16. Тенденция: Beauty-этикет
- 18. Must-have: Хочу/могу
- 20. Hairstyle: Вокруг цвета
- 22. Nail тренды: Ручной труд
- 24. Nail уход: Спасаем ногти
- 25. Face: Моя сторона
- 26. Face: Selfie make-up
- 27. Lashes: Ресницы от NABS
- 28. Skin: Все будет гладко!



## 31. #NABS\_PEOPLE

- 32. Интервью: Кристина Афонина
- 36. Мнение: Из первых уст
- 37. Перегрузка
- 40. Персона: Искусство как призвание
- 42. Интервью: X+Files
- 44. Интервью: Алия Аминова
- 46. Team: Разговор с мастерами
- 48. Nabs Kids: Все лучшее - детям
- 50. For Kids: Детский Мир
- 52. Events: Business-завтрак



## 53. #NABS\_STYLE

- 54. Тренды: MISHA Wear
- 56. Стилль: From Moscow with love
- 58. Nabs: Новости
- 60. Dream Team
- 62. Мнение: Instagram
- 63. Тренд-косы



## 65. #NABS\_CITY

- 66. Блогеры
- 67. Передай другому!
- 68. Досуг
- 70. Звук
- 72. City гид: Маленький Питер
- 74. City гид: Вот Этно Да!



## 78. #DETAILS

- 78. Бьюти-гороскоп
- 80. Бьюти-словарь

82. Адреса



# NABS

Слово автора проекта.



10

## Кристина Афонина

Автор проекта  
Сооснователь сети салонов красоты NABS  
Instagram: @\_kristina\_afonina\_

### Выбор Кристины



Сахарный скраб  
ORGANIC Shugaring Клубника

Второй выпуск NABS Magazine символичен - недавно бренд отпраздновал свое четырехлетие. Наш с вами бренд. Хочу признаться: несколько лет назад я могла только мечтать, что это событие однажды станет фоном для моего письма редактору. И большое счастье для меня - это не только успех бренда, но и тот факт, что я могу открыто поделиться с вами своими чувствами.

На страницах **NABS Magazine** мы стремимся вызвать вдохновение. Мы хотим подарить нечто большее, чем типичный глянец. Придумать красивую историю и воплотить её на страницах журнала - этого мало. То, чего мне хотелось и, уверена, удалось: сподвигнуть читателей на изменения, на веру в себя и жажду жизни - вот что важно. Когда идея превращается в жизнь, когда командный труд и общая цель рождают приносящее людям радость реальное событие, я чувствую, что мы все идем в правильную сторону. В этом суть NABS.

В этом журнале не только наша история, но и динамика развития бренда, планы на будущее, образ клиента NABS. Будьте в курсе, впереди нас ждет много интересного! Спасибо за то, что выбираете **NABS**.



CND Tropix

Сухой шампунь Batiste



Джинсы Levi's





[www.slavasneg.com](http://www.slavasneg.com)



Стиль.  
Качество.  
Память.

Фотограф Слава Снег  
8 923 178 86 66  
inst: @sneg\_photo

# NABS

Слово главного редактора.

За ростом красивого проекта NABS я наблюдала (и иногда принимала участие) с самого начала. Время летит быстро, и вот NABS - это уже не просто салон красоты, а целая сеть! Бренд, выпускающий под своим именем качественный продукт. Будучи достаточно долгое время PR-менеджером компании, я могу себе позволить сказать, что NABS - это особенное место. Хочу, чтобы и вы, дорогие читатели, почувствовали это!

Мы собрали для вас список бьюти-секретов и интересных мест города, самые разные факты о компании и о новинках в сфере ухода за собой. Надеемся, что вы откроете для себя что-то новое.

Будьте красивы и счастливы!



**Настя Драма**

Главный редактор  
Instagram: @nastyadrama

12

**Настя Драма**

Термозащитный спрей  
Wella EIMI



Gelish Neon  
Tiki Tiki Laranga



Выбор Насти

часы SWATCH



Бальзам для губ CARMEX

# NABS

BEAUTY.



# PAESE, please!

Отслеживая последние тенденции в мировой индустрии красоты, марка **Paese** предлагает самые актуальные оттенки и текстуры. Профессиональные визажисты рекомендуют первоклассное качество косметики, а редакция **NABS** оценила и стильный дизайн упаковки.



Идеальный макияж начинается с **базы**. Именно этот косметический продукт готовит кожу к нанесению тона, выравнивая её структуру. Увлажняющий крем-база под макияж **Hydrobase** - главная новинка 2017 года. Средство сочетает в себе уход и основу под макияж: мягко выравнивает, освежает и пополняет нехватку влаги в коже, визуально разглаживает мелкие мимические морщины, подсвечивает и подтягивает кожу.

14

Увлажняющие, матирующие, lifting, плотные и легкие... **Тональных средств** много, и все они разработаны для разных типов кожи. Определяясь с покупкой, нужно обращать внимание не только на оттенок, но и на назначение средства. Главный принцип выбора: чем лучше кожа, тем более легким должен быть тон крем. В линейке **Paese** представлены разнообразные средства, которые помогут вам добиться идеального рельефа и цвета лица.



**Этот маленький помощник** за считанные секунды помогает нам избавиться от недостатков кожи лица: маскирует темные круги и признаки усталости. Легкая кремовая текстура корректора **Clair** прекрасно впитывается и идеально подходит для нежной и чувствительной кожи под глазами.

**Пудра** — базовое косметическое средство, использование которого решает сразу несколько задач: матирование, фиксация макияжа, придание нужного оттенка. А еще она позволяет скрыть многие несовершенства кожи. Наша любимица **LONG COVER** незаменима как при естественном дневном макияже, так и при ярком вечернем.





# NABS

BEAUTY. Новинки.



**Тушь** – это маленькое черное платье мира косметики, а шикарно очерченные густые ресницы - это вишенка на торте вашего макияжа глаз. **ADORE VOLUME** - это максимальный объем и утолщение ресниц. Кремовая текстура обеспечивает легкое нанесение и стойкий эффект. Формула с содержанием мягких восков ухаживает за ресницами и придает вашим ресницам выразительный угольно-черный цвет.

Использование в макияже **глаз карандаша** вместо теней - актуальный тренд 2017 года. Шейк с карандашами от **Paese** не размазывается, сохраняет эффект в течение 12 часов. С его помощью легко создать даже самые тонкие линии, благодаря мягкой консистенции.



Для профессиональных визажистов **пигмент** - это незаменимая вещь, но так ли нужен этот продукт обычным девушкам? Мы уверены, что нужен! Только посмотрите на роскошные оттенки пигментов от Paese, и желание добавить их в свой макияж проснется моментально!



**Матовые помады** - самый яркий тренд 2017 года, согласны? С кремовой помадой от Paese Вам потребуется меньше минуты для идеально ровного, стойкого покрытия на весь день. Идеально матовое покрытие, насыщенные цвета, невероятно легкая вельветовая структура.



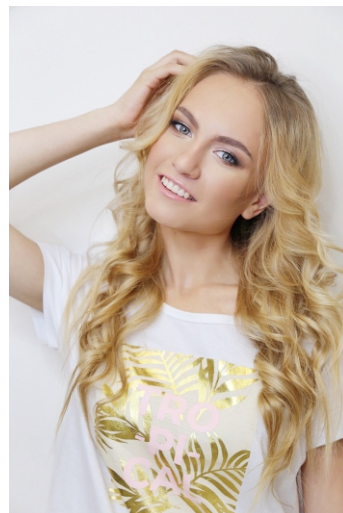
paeserussia.com  
@paese\_russia

# Beauty-этикет

Грамотное использование косметических средств - это целое искусство, требующее не только вкуса, но и умения сделать макияж, подходящий конкретному случаю. «Интенсивность макияжа - это критерий, который важно учитывать при создании образа», - уверены стилисты NABS. Понять, какой именно образ стоит выбрать, бывает нелегко. Сегодня мы разберемся с этим на примере работ визажистов **NABS**.



Nude make-up является самым легким в плане яркости цветов и плотности покрытия кожи средствами. «Макияж без макияжа» - так принято называть этот легкий образ. Это вариант на все случаи жизни, такой мейк подчеркнет естественную красоту и дополнит любой образ. Ключевые акценты: идеальная сияющая кожа, ухоженные брови, полупрозрачная помада/блеск на губах. Наши визажисты создадут такой образ, сделав практически невидимый акцент на достоинства именно вашего лица. Распущенные волосы или расслабленный пучок будут отличной парой для нюдового макияжа.



Макияж средней интенсивности (лёгкий дневной) состоит из полупрозрачных текстур и пастельных оттенков. Яркие губы - это круто, но большинство организаций и деловых мероприятий приемлют сложившийся бьюти-этикет, который гласит, что глаза - это основной акцент, допустимый в дневное время. Собираетесь на деловую встречу? Отдайте предпочтение именно такому варианту мейкапа. Стилисты NABS подбирают нейтральную цветовую гамму, подходящую к вашему оттенку кожи. Легкие локоны отлично дополняют образ.



**Визажист Любовь уверена:** «Мягкое свечение хайлайтера сделает дневной макияж особенно привлекательным»

# NABS

BEAUTY. Тенденция.

---



Близкий к яркому, но всё еще отчасти дневной образ - это идеальный вариант, если вы собираетесь с работы отправиться прямо на вечеринку (или на свидание). Легкий акцент на глаза, ягодный блеск на губы, идеальная кожа и нежный румянец. Визажисты NABS позаботятся о том, чтобы макияж был стойким и прекрасно выглядел к концу дня. Для более озорного образа добавляем игривую прическу вроде пучка на макушке, и вы готовы к вечеринке!



Вечерний - самый «опасный» вид макияжа, с которым легко переборщить. Интенсивный мейк, в котором акцент делается и на глаза, и на губы, важно выполнить правильно и чисто. Такой образ должен подчеркнуть достоинства и скрыть недостатки, подарить уверенность в себе. Важно соблюдать правильную цветовую гамму и выбирать оттенки, которые не будут противоречить наряду.



«К яркому вечернему образу лучше всего подойдут голливудские локоны или высокая прическа. И не забудьте про украшения», - **советует визажист Арина.**

## Близнецы-братья

В современном мире существует огромное количество средств, помогающих нам ухаживать за лицом и телом. Каждое из них дает нам возможность лучше выглядеть, а значит, увереннее себя чувствовать. Но так ли важна цена наших бьюти-помощников?

Сегодня мы собрали для вас список из нескольких пар средств: дорогой «люкс» и бюджетный, но не менее **качественный аналог\***.

18



**Хочу:**

Скраб с частичками кофе и ароматом апельсина

**Almea Wake Up**

200г, **1600р**

### СКРАБ КОФЕЙНЫЙ

Кофейный скраб для тела - незаменимая вещь для ухода за телом. Частички кофе хорошо отшелушивают ороговевший слой кожи, дарят телу гладкость и мягкость. Кофеин, содержащийся в скрабе, положительно влияет на обмен веществ. Вкупе с массажем, который мы делаем, нанося скраб и массируя кожу, такое средство дарит эффективный антицеллюлитный эффект. Ну а сам запах кофе бодрит и поднимает настроение. Настоящая домашняя SPA-процедура!



**Могу:**

Натуральный кофейный скраб **ORGANIC shugaring Coffee Scrub**

250мл, **449р**



**Хочу:**

Гель для бровей

**MAC Brow set**

8 мл, **1300р**

### ГЕЛЬ ДЛЯ БРОВЕЙ

Ухоженные брови, которые сохраняют форму и держатся «на месте» весь день - залог красивого макияжа. Не зря говорят, что брови - это лицо лица! Оформление бровей и их окрашивание - процедура, которую нужно совершать раз в 2-3 недели. Ну а чтобы брови выглядели эффектно каждый день - используйте фиксирующий гель для бровей. Бесцветный или цветной - решать вам! Первый зафиксирует волоски, а второй еще и придаст дополнительный цвет.



**Могу:**

Гель для бровей

**Art Visage**

5 мл, **350р**

## ХОЧУ / МОГУ



### БАЛЬЗАМ ДЛЯ ГУБ

Мягкие и напитанные губы выглядят красиво, но порой сложно поддерживать оптимальный уровень увлажнённости. Виной тому погода, недостаточное употребление воды, а также модные матовые помады, которые буквально «вытягивают» влагу из губ. На помощь приходят эффективные бальзамы! Какая женская косметичка обходится без бальзама для губ?

**Хочу:** Бальзам для губ **Lucas Papaw** 25 г **830р**



### Могу:

Бальзам для губ **Purple Tree**  
25 мл **470р**

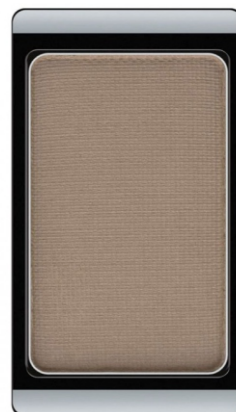


### ТЕНИ ДЛЯ БРОВЕЙ

Тени для бровей - еще один спаситель для наших бровок. Тенями можно создать желаемую форму и заполнить ее, прокрасив участки кожи, где не хватает волосков. Очень важно подобрать правильный оттенок, который не будет «рыжить» и не выдаст наш маленький секрет под кодовым названием «брови»

### Хочу:

Тени для бровей  
**Anastasia Beverly Hills**  
1,6 г **2300р**



### Могу:

Тени для бровей  
**ARTDECO**  
0,8 г **350р**

# Вокруг цвета



**Рита.**  
Стилист-парикмахер.

**Ухоженные волосы и красивая укладка - это визитная карточка многих модниц со всего Мира. Сегодня качественные и креативные окрашивания как никогда в цене, поэтому мастера всех салонов NABS постоянно совершенствуют свои навыки окрашивания и регулярно проходят обучение новым техникам.**

20

Цветное омбре - настоящий тренд, который позволяет выглядеть ярко, не перегружая образ цветом. Вам решать, сделать цвет насыщенным с помощью ярких взрывных оттенков Wella Magma или выбрать пастельные пряди с нежными оттенками Wella Instamatic. Что бы Вы не выбрали, наши мастера воплотят идею в жизнь, подарив волосам сказочно красивое окрашивание, а процедура OLAPLEX защитит волосы от повреждений, обеспечив мягкое воздействие красителя на волосы.

Самые смелые наши клиенты выбирают сложные окрашивания: на русых волосах Анастасии сначала было выполнено полное осветление: эта процедура позволяет достичь явного контраста с будущими цветными прядями и более чистых ярких оттенков. OLAPLEX делает процедуру осветления более щадящей, позволяет сохранить структуру волоса. Осветленные волосы нужно атонировать, придав им более глубокий и благородный оттенок. Для концов мы выбрали краситель Wella Magma оттенков фуксия и фиолетовый. Нижний слой волос был окрашен полностью, а верхний слой был выполнен с растяжкой, чтобы даже такие яркие цвета выглядели более естественно и гармонично.



осветление волос



добавляем цвет



результат работы

# NABS

BEAUTY.HAIRSTYLE.

ДО



ПОСЛЕ



«Я в восторге от своего нового окрашивания! Хочется носить волосы распущенными каждый день. Это, собственно, я и делаю. Дополняю образ ярким макияжем и притягиваю взгляды. Очень советую выбирать салоны NABS в качестве места для креативного окрашивания. Я очень довольна, мои волосы остались живыми, несмотря на такое преображение.»

**Спасибо, Рита! Спасибо, NABS!**

21



# Ручной труд

Сотрудники NABS уверены, что ручки настоящих it-girls должны быть не только ухоженными, но и выделяться неповторимым дизайном. Именно поэтому наши мастера маникюра не только следят за трендовыми оттенками, но и всегда в курсе самых актуальных дизайнов. Нам нравятся все! А какой больше по вкусу Вам?



Смешать два тренда в одном маникюре - значит получить крутейший дизайн! Культовая тропическая роспись плюс геометрия, что может быть более актуально на сегодняшний день?

Мастер **Алина**, NABS Новосибирск

Рисунки на ногтях, выполненные в стилистике мультяшек или картинок pop-art - беспроигрышный вариант для девушек, которые любят выделяться.



Мастер **Алина**, NABS Новосибирск



# NABS

BEAUTY.NAILS.Тренды.

Пастельные оттенки в сочетании со сверкающими кристаллами Swarovski - идеальный коктейль для нежных особ. Персиковый гель-лак оттеняет загар, и на его фоне блеск страз выглядит особенно выигрышно.



Мастер **Кристина**, NABS Красноярск



Кто сказал, что однотонное покрытие - это скучно? Мятный - это не только тренд сезона, но и отличная возможность сочетать несочетаемое: такой оттенок делает ноготки яркими и нежными одновременно.

Мастер **Ксения**, NABS Красноярск

Классический френч заиграет по-новому, если в качестве основного оттенка использовать полупрозрачный гель-лак с шиммером. Мелкие блестки деликатно переливаются в солнечных лучах, притягивая взгляды.



Мастер **Анастасия**, NABS Красноярск

# SOS! СПАСАЕМ НОГТИ

**КРАСИВЫЕ НОГТИ - ДОПОЛНЕНИЕ ТВОЕГО ОБРАЗА. ЗДОРОВЫЕ НОГТИ – ЭТО ПРИЗНАК ХОРОШЕГО ОБЩЕГО СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ. МАСТЕРА NABS ЗАБОТЯТСЯ НЕ ТОЛЬКО О ХОРОШЕМ МАНИКЮРЕ И РОВНОМ ПОКРЫТИИ, НО И О СОСТОЯНИИ ТВОИХ НОГТЕЙ! СЕГОДНЯ МЫ РАССКАЖЕМ, КАК:**

Vitigel (Gelish Harmony) - выглядит как прозрачное покрытие, при этом помогает укрепить и восстановить ногтевую пластину. Насыщает ногти витаминами А, Е, В. Выпускается в двух вариантах, один из которых направлен больше на укрепление и рост натуральных здоровых ногтей, а второй - на восстановление ослабленных ногтей. Мастера NABS помогут подобрать подходящий именно вам состав.

IBX - уникальная система, которая защищает ногти от повреждений, стимулирует их рост, укрепляет и выравнивает. Технология направлена на максимальное впитывание и внедрение в ногтевую пластину. Препараты системы IBX проникают внутрь ногтя, склеивая и цементируя все микротрещинки, надежно восстанавливая ноготь изнутри.

Укрепление базой/акрилом - «механическая» защита ваших ногтей от повреждений. Если перед нанесением цвета укрепить ногти, нанеся более плотную базу и/или акриловую пудру, мы получим твердый ноготь, который будет меньше подвержен ежедневному негативному воздействию. Также этот способ помогает отрастить длину, даже если у вас очень тонкие ногти от природы.

Масло для кутикулы тоже помогает сохранить здоровье ногтей. Все знают, что такое кутикула, но многие и не догадываются о её важной роли: именно она защищает ногти от вредоносных бактерий, поэтому трещинок лучше избегать. Регулярно используя масло для кутикулы, можно легко и достаточно быстро привести ногти в порядок, а также поддерживать их красоту и здоровье.



# Моя сторона

Как ни крути, но в большинстве случаев мы все делимся на блондинок и брюнеток. Иногда регулярно переходим из одного лагеря в другой, а иногда остаемся верны выбору (своему или природы) очень и очень долго. В любом случае, каждой из нас не помешает узнать несколько секретов! Подбор цветов одежды и макияжа – дело индивидуальное, так как важно учитывать не только цвет волос, но и кожи, глаз. Но все же существуют определенные общие правила:



Черно-белая классика подходит для всех брюнеток без исключения. Именно на темноволосых девушках комплекты таких цветов выглядят особенно элегантно.

Темные волосы создают контраст с кожей, поэтому бледная кожа лица - это не очень выигрышное положение дел, если вы не хотите показаться членом семьи Аддамс. Хороший бронзер правильного оттенка спасет ситуацию. Стоит избегать «кирпичных» цветов, которые делают кожу рыжей.

Светловолосые дамы могут позволить себе практически полное отсутствие бровей, в отличие от брюнеток. Забыв про брови, мы портим всю картину. Именно поэтому мы советуем делать стойкие окрашивания в NABS, чтобы не тратить время на прорисовку бровей по утрам.

**Фото**  
Шангина Дарья  
**Макияж и причёски**  
визажист Елизавета  
стилист-парикмахер Светлана

NABS Красноярск

Не можете решить, что надеть? Впадайте в одну из крайностей: пастельные оттенки и игривые фасоны либо яркие одноцветные строгие вещи вроде ультрамаринового брючного костюма. Лучше забыть про горчичный, коричневый и прочие земляные цвета. Они наверняка сделают вас незаметной, на их фоне светлые волосы выглядят не очень выигрышно.

В макияже лучше избежать слишком ярких кукольных оттенков вроде помады цвета фуксии, иначе ассоциации с Барби не избежать. Яркий загар (особенно искусственный) тоже откладываем в сторону. Кремовые текстуры и нюдовые оттенки подходят всем блондинкам. На вечер - стрелки и красные губы. Визажисты NABS сделают для вас такой «Голливудский» макияж.

Слишком четкие локоны с прямым пробором могут сделать вашу шевелюру похожей на парик. А вот легкая небрежность будет светловолосым дамам только на пользу! Вспомните про модные beach waves.



# SELFIE TIME!

Одна из самых востребованных услуг у наших визажистов - это selfie макияж. В эпоху социальных сетей каждая девушка хочет выкладывать в свой профиль красивые снимки себя любимой. **NABS** поймал волну и готов помочь тебе в этом!

Стильный и быстрый селфи-макияж подчеркнёт достоинства твоего лица и подойдет под любое мероприятие! Ну и, конечно, будет отлично смотреться на снимках.

Намечается вечеринка? А может, день рождения, девичник, поход на свидание...? Сэлфимэйк – отличное решение! Правильные акценты, ровная кожа и твои сияющие глаза!

26

И самое главное: в наших салонах есть та самая лампа, создающая «нимбы» в глазах. Кольцевая лампа с потрясающим правильным светом для крутых фото. Первые снимки своего нового образа ты можешь сделать уже в **NABS!**

Теперь твои селфи соберут тысячу **лайков!**



#selfienabs

Лешмейкер **Мария** точно знает, как сделать взгляд любой девушки притягательным.

**Узнаем, как?**



**Расскажи о своей профессии. Нарращивание ресниц - довольно кропотливый, ювелирный труд. Как тебе это удаётся?**

Когда ты любишь то, что делаешь, когда понимаешь, сколько радости и удобства ты подарить клиенту, работа не кажется тебе сложной. Вот и весь секрет! И, конечно, капелька терпения.

**Какие виды наращивания существуют? Как происходит "моделирование" взгляда и выбор ресничек?**

Выбор вида наращивания зависит в первую очередь от того, что хочет увидеть в итоге клиент. Благодаря наращиванию можно визуально скорректировать форму глаз, вытянув их или округлив, уменьшить или увеличить расстояние между глазками. С помощью добавления цветных ресниц можно сделать более выразительным цвет глаз. Выбор ресничек зависит от выбранного объема и состояния натуральных ресниц клиента. Все индивидуально.



**Существует мнение, что наращивание ресниц портит собственные ресницы. Так ли это?**

Это миф. Действительно, раньше мастера наращивали «толстые» ресницы, от веса которых выпадали натуральные. Сейчас все изменилось, теперь используются почти невесомые тоненькие реснички, которые не нанесут никакого вреда своим.

**Можно ли красить искусственные реснички?**

Не стоит. Когда вы будете смывать тушь, придется тереть глаза, а это может привести к выпадению ресниц.

**Процедура разрешена тем, кто носит контактные линзы?**

Таких медицинских противопоказаний для этой процедуры нет.

**Как ухаживать за ресничками?**

В первые сутки после наращивания реснички мочить нельзя. Для того, чтобы реснички продержались как можно дольше, желательно не посещать сауну/баню, не попадать на ресницы средствами, содержащими масла (это крем для век/лица, двухфазные средства для снятия макияжа и так далее), нельзя тереть глаза и спать лицом в подушку. Реснички нужно промывать водой, расчесывать и укладывать сухой щёткой. Тогда они будут отлично выглядеть и долго радовать вас.

# Все будет гладко!



Мастер депиляции **Александра** рассказала об особенностях депиляции и ответила на самые популярные вопросы о воске и сахаре. Вы все еще боитесь шугаринга?

**Тогда мы идем к вам =)**

## **Александра, расскажите, нужно ли готовиться к депиляции? Какой длины должны быть волоски?**

Подготовка к процедуре депиляции очень важна, она позволит минимизировать болевые ощущения и сократить время сеанса. Рекомендую за сутки отказаться от любого вида загара, распарить и поскрабить кожу. В наших салонах вы можете приобрести средства, которые помогут подготовиться к сеансу. Длина волоса для первичного похода к мастеру должна быть не менее 5 мм, в дальнейшем можно ограничиться тремя миллиметрами.

## **Какая депиляция лучше? Воск или сахар?**

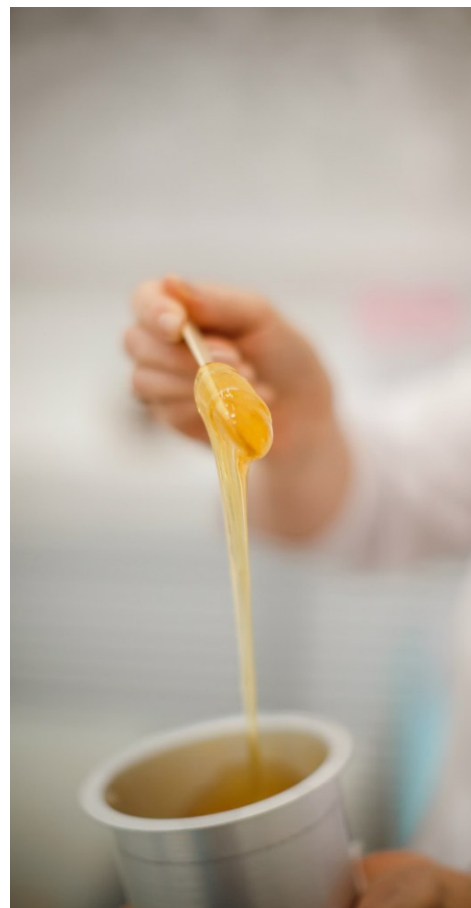
Все зависит от типа кожи и ваших личных предпочтений. Лично я выбираю для себя сахар, он не повреждает кожный покров, анатомически правильно удаляет волоски, процедура менее болезненна, эффект длится дольше.

## **Сколько времени длится сеанс?**

Время проведения процедуры зависит от нескольких факторов: от площади обрабатываемого участка кожи, от исходных данных. С каждым разом процесс будет занимать все меньше времени.

## **Как снизить болевые ощущения?**

Советую использовать обезболивающий крем, учесть женский цикл, исключить любое недомогание. Ну и, конечно, стоит приходить на сеанс в хорошем настроении и помнить о результате.



## Как часто нужно повторять процедуру? Как быстро отрастают волоски?

«Эффект сохраняется до 3-х недель, постоянные клиенты в основном приходят раз в месяц. Все зависит от особенностей именно вашей кожи.»

## Образуются ли вросшие волосы после депиляции сахаром/воском?

«Процент вросших волос после процедуры зависит от таких факторов, как своевременное скрабирование, увлажнение кожи, гормональный фон, личная гигиена. Облегчить домашний уход помогут профессиональные средства, представленные в наших салонах.»

## Можно ли убрать нежелательные волосы навсегда?

«В наших салонах представлена израильская система EPILFREE! Это аналог лазерной эпиляции. Потрясающее средство, которое поможет избавиться от нежелательных волос на длительный период! Система избавляет от 85% волос на срок до 7 лет, это подтвержденный исследованиями результат.»

## Этот вид депиляции подходит всем? Есть ли побочные эффекты?

«Органическая эпиляция EPILFREE разработана для любого оттенка волос и кожи. Идеально подходит для деликатных зон, таких как подмышки и зона бикини. А еще такой вид депиляции очень удобен: можно заниматься спортом, посещать сауну и загорать (через 24 часа после процедуры). Побочных эффектов выявлено не было.»

## Сколько процедур необходимо сделать, чтобы увидеть результат?

«Точное количество процедур, необходимых клиенту, подбирается индивидуально. Все зависит от типа кожи, волос и зоны воздействия. Как правило, для достижения эффективного результата требуется минимум 8 процедур. Первые результаты будут заметны уже после второй процедуры. Всем, кто сомневается, стоит ли перейти с бритвы на салонную депиляцию, однозначно нужно решиться. Депиляция сахаром и воском способна надолго решить вопрос нежелательных волос и значительно облегчить жизнь, подарив вам гладкую кожу. За более подробной консультацией приходите в салон на Кошурникова. **Я жду вас!**»





В каждое украшение ты сама вкладываешь свой смысл. Подчеркнуть статус, отразить стиль, сделать талисманом на удачу или сохранить память о близком человеке. Значение каждого браслета HELLODREAMS - это наш с тобой маленький секрет. Ты сама выберешь, что будет означать это украшение в твоей жизни. И с этого момента начнётся наша совместная история....

**HELLODREAMS** 

[www.hellodreams.ru](http://www.hellodreams.ru)

Instagram: [@hellodreams.ru](https://www.instagram.com/hellodreams.ru)

+7 905 950 30 70

+7 923 111 19 49



# NABS

## PEOPLE.

31



**Кристина Афонина** – талантливая, целеустремленная и интересная

личность. Она перевернула с ног на голову мир салонного бизнеса в Сибири и за ее пределами своими креативными идеями по продвижению и методами управления персоналом, построив совместно с мужем Александром мощный бренд NABS. Их результаты и профессиональный подход к делу позволили зарекомендовать себя как успешных и уже опытных предпринимателей. Сегодня Кристина поделится интересными подробностями из своей жизни и новостями в компании.



32

**1. В ПЕРВЫХ ЧИСЛАХ ИЮЛЯ КОМПАНИИ ИСПОЛНИЛОСЬ 4 ГОДА. РАССКАЖИТЕ О САМЫХ ЗНАЧИМЫХ МОМЕНТАХ, ПРОИЗОШЕДШИХ ЗА ПОСЛЕДНИЙ ГОД.**

Самые значимые события в истории нашей компании – это, конечно же, открытия новых салонов. Этот год стал богатым на них: салон в Омске и второй салон в Новокузнецке, открытые по франшизам. В «кровном» семействе NABS тоже было пополнение – салон в Красноярске. Еще работая в тестовом режиме, салон показал отличные результаты, поэтому уже ко дню официального открытия, помимо наших дорогих клиентов, к нам ходил красноярский бомонд.

Уже этой осенью состоится открытие в Москве. Также за этот период, помимо открытий новых филиалов, была проделана большая работа, в том числе, открытие собственного call-центра на территории Новосибирска, благодаря которому внутренняя работа салонов стала еще комфортней.



## 2. МОЖНО ЛИ СКАЗАТЬ, ЧТО УСПЕХ NABS ОЖИДАЕМ? ВЕДЬ НА ВАС РАВНЯЮТСЯ ДРУГИЕ, ГОВОРЯТ И ПЕРЕНИМАЮТ ОПЫТ. КАК ДУМАЕТЕ, С ЧЕМ ЭТО СВЯЗАНО?

Не знаю, как для других, но для нас, определенно, ожидаем. Это наша общая цель, к которой мы с Александром и командой идем все это время! Наша миссия масштабировать и развивать нашу компанию, выводить на территорию новых городов, ставя на первое место сервис и качество услуг. Нам, безусловно, приятно, что другие равняются на нас.

## 3. В СУМАСШЕДШЕМ РИТМЕ ГОРОДА, ДА ЕЩЕ И С ТАКОЙ КОЛОССАЛЬНОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ ЗА СВОЕ ДЕЛО, УДАЕТСЯ ЛИ НАХОДИТЬ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ И ПОСВЯЩАТЬ ЕГО СЕБЕ, СЕМЬЕ ИЛИ ХОББИ?

Да, удастся, благодаря хорошо налаженной системе делегирования. На собственном опыте убедилась, насколько она положительно влияет не только на развитие компании, но и на личностное. Наконец-то теперь у меня есть время на любимые увлечения: йога, фен-шуй, изучение китайского, различные мастер-классы и многое другое. Расставить свои дела по приоритетам и больше успевать мне помогает планирование. Я даже стараюсь ввести его в жизнь своих сотрудников, потому как продуктивность повышается во много раз.

## 4. С ТАКИМ ПОДХОДОМ К ЖИЗНИ МОЖНО ВЕСЬ МИР ПЕРЕВЕРНУТЬ! КАК МИНИМУМ ОБЪЕХАТЬ. КАК ЧАСТО ПУТЕШЕСТВУЕТЕ? ЕСТЬ ЛИ СТРАНЫ-ФАВОРИТЫ И СТРАНА-МЕЧТА?

Да, путешествия для нас на данный момент самая большая ценность. Они придают нам сил, вдохновения и заряжают энергией для новых целей. За жизнь мечтаем объехать как можно больше красивых мест в мире. Мы много где были, но пока самое любимое место - остров Бали. Он особенный и невероятно красивый. В планах поездки в Америку и Европу.



## 5. ПОМИМО УПРАВЛЕНИЯ БИЗНЕС ПРОЦЕССАМИ И ПУТЕШЕСТВИЙ ВЫ УСПЕВАЕТЕ ДО ПРЕДПРИНИМАТЕЛЕЙ ДОНОСИТЬ ПОЛЕЗНУЮ ИНФОРМАЦИЮ. РАССКАЖИТЕ О ВАШИХ МАСТЕР-КЛАССАХ. КАКУЮ МИССИЮ ОНИ НЕСУТ, ДЛЯ КОГО ПРЕДНАЗНАЧЕНЫ?

Мастер-классы направлены на вдохновение, чтобы открыть свое дело! Начинающие предприниматели получают заряд мотивации и ответы на множество вопросов, которые так мешают им рискнуть, поверить в себя и свою цель. Также у меня есть серия специальных упражнений для определения своего будущего рода деятельности, чтобы оно приносило доход и удовольствие. Действующие же предприниматели получают советы по развитию своего дела и, как следствие, увеличение дохода. Я культивирую не только предпринимательскую деятельность, моя миссия-донести до людей, как классно быть успешным в любой сфере своей жизни. Хочу подчеркнуть, что я не коуч-тренер, а просто делюсь наработанным годами опытом.

## 6. ЖЕЛАНИЕ ДЕЛИТЬСЯ ОПЫТОМ И ЗНАНИЯМИ ЗАСЛУЖИВАЕТ БОЛЬШОГО УВАЖЕНИЯ. КАК ВЫ ПРИШЛИ К ЭТОМУ?

Когда NABS стали посещать множество клиентов, люди стали часто спрашивать «Как вы это сделали?» Поэтому, два года назад, мы спонтанно организовали встречу [#publictalk\\_bw\\_nsk](#). Встреча произвела такой фурор, столько положительных отзывов, что я всерьез задумалась сделать это своим проектом. Там мне задавали множество вопросов, которые по тематике перекликались между собой, поэтому программа моих мастер-классов сформировалась сама, оставалось ее немного доработать. Сейчас такое время, когда людям интересен формат мастер-классов и различные нетворкинги, поэтому моей идеей было организовать публичные выступления перед моей публикой: клиенты салона, мои друзья, предприниматели, люди, находящиеся в поиске. На сегодняшний день я провела несколько мастер-классов, а с осени запущу интенсивную программу по прокачке бизнеса.



### 7. А САМИ ВЫ ПРОДОЛЖАЕТЕ ПОСТИГАТЬ НОВЫЕ ЗНАНИЯ?

Да, конечно. В отпуске я много читаю бизнес-литературу, минимум два раза в год посещаю два качественных мастер-класса или тренинга, обучающих продажам, развитию бизнеса, а также почерпнуть вдохновения от интересных ораторов. Например, в этом году мы с Александром посетили тренинг Брайана Трейси «Прорыв в продажах. Как построить эффективный отдел продаж «под ключ» и добиться отдачи от сотрудников».

### 8. КРИСТИНА, ПОДЕЛИТЕСЬ СЕКРЕТОМ, ЧТО ВАМ ПОМОГАЕТ ИЗО ДНЯ В ДЕНЬ ИДТИ К НАМЕЧЕННОЙ ЦЕЛИ?

Мы с Александром еще давно нарисовали себе в голове четкую картинку того, каким мы хотим видеть свое будущее и наше дело, поэтому главная мотивация – это пазл за пазлом собирать эту картинку наяву. Я доверяю мужу и благодарна ему, что он рулит всеми бизнес-процессами, а мне позволяет оставаться хрупкой женщиной, реализовывать себя в работе с персоналом и творческой деятельности на благо салонов. Когда отношения выстроены на взаимном уважении и поддержке, когда общие цели, то одно удовольствие вместе сворачивать горы, не боясь оступиться.

### 9. КРИСТИНА, СПАСИБО ЗА ДУШЕВНУЮ БЕСЕДУ! НАПОСЛЕДОК ДАЙТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, СОВЕТЫ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ – КАК СОЧЕТАТЬ В СЕБЕ МНОЖЕСТВО ГРАНЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ПРИ ЭТОМ ВСЕ УСПЕВАТЬ?

Не бойтесь пробовать что-то новое, знакомиться с разными людьми и расширять свой кругозор. И никогда не поздно учиться! Окружайте себя успешными людьми и советуйтесь с ними, им будет приятно, а вам полезно. Главное правильно расставлять приоритеты, планировать каждый свой день, тогда жизнь будет интересной и наполнена множеством впечатлений.

Каждый отзыв о нашей работе - это большая ценность для нас. Ваше счастье и похвалы - огромный стимул для того, чтобы двигаться вперед и продолжать творить красоту каждый день! Хочешь попасть на страницы следующего выпуска? Выкладывай в свой Instagram отзыв о нас. Или пиши в Direct с пометкой «Мнение».



@premio\_m

В NABS хожу с самого открытия. Очень нравится атмосфера и открытость персонала :) А ещё всегда радуют различные новинки в области nail-дизайна :) Мои ноготки всегда в отличном состоянии благодаря NABS!



@zolushka111:

В первый раз пришла в NABS перед Новым Годом и осталась в качестве постоянного клиента. Очень приятная атмосфера и качественный сервис, вежливые администраторы! Приятно, что всегда предложат напитки. Удобно, что салоны расположены в разных точках города.



@motunya

Я молодая мама, поэтому очень ценю не только качество, но и скорость работы. NABS люблю за приятную атмосферу, за доброжелательный персонал и удобное месторасположение. Ну и, конечно, за выгодные и приятные акции!



@buhancevalena

В 2014 году подруга посоветовала мне NABS, и я пришла сюда на маникюр перед свадьбой, результат мне очень понравился! Теперь я клиент всех салонов, часто посещаю NABS на Кошурникова и на Орджоникидзе. Регулярно делаю здесь маникюр и бровки.

# ПЕРЕЗАГРУЗКА

Многим из нас в какой-то момент становится необходима полная перезагрузка. Перемен требует не только сердце, но и зеркало. Жизнь одна, и ее нужно прожить ярко. Как сделать первые шаги к этому?

## Меняться!



Героиней нашей перезагрузки #2 стала **Ольга** - молодая мамочка, нуждающаяся в глотке свежего воздуха после долгого декретного отпуска. Феи NABS и наши партнеры взяли на себя ответственность по преображению Ольги.

Что из этого получилось? Давайте посмотрим:



**Первый этап перезагрузки** - это новая прическа. Стилист-парикмахер **Яна**:

«Для Ольги я выбрала классическое каре, ровную линию, которая добавляет плотности волосам. В укладке такая длина достаточно мобильна: и в хвост, и в локоны :) Для окрашивания мы использовали краситель Magma от Wella Professional. Волос у нашей героини натуральный и достаточно здоровый, необходимо было лишь добавить бликов, чтобы создать визуальный объем».

Ответственной за **макияж** стала визажист **Любовь**: «Наша героиня практически не пользуется косметикой, поэтому было очень важно не шокировать Ольгу большим количеством косметики на лице и слишком ярким макияжем. Я решила сделать легкий образ и подчеркнуть природную красоту. Мы оформили бровки и сделали стойкое окрашивание хной. Нанесли легкий тон для выравнивания оттенка кожи, а с помощью теней и туши выделили глаза. Для придания образу свежести я добавила на щеки немного румян, нанесла на скулы хайлайтер. Немного бронзера - и мы получили загорелый и отдохнувший вид. И, конечно же, дополнили макияж яркой помадой - ни один сочный летний образ не обходится без этого».



**Новый образ** - это не только прическа и макияж, но еще и смена стиля одежды. Стилисты шоурума **COMMODE**, в котором собрано более ста брендов со всего мира (плюс собственное производство), подобрали для Ольги кое-что особенное! Яркий женственный наряд, состоящий из зеленого сарафана в горошек, воздушной блузы и пояса, подчеркивающего женственную фигуру нашей героини.

Нет предела **совершенству**, поэтому еще одним подарком для Ольги стал абонемент в бодифлекс-центр **«Второе дыхание»**, где наша героиня сможет проводить время с пользой для души и тела. А польза непременно будет, ведь центр дает гарантию: минус 8-15 см за 15 дней. Кстати, это условие действует для всех клиентов центра: если участница курса не теряет в объемах, **«Второе дыхание»** возмещает стоимость курса.



Ни одна перезагрузка не будет закончена без работы **над внутренними изменениями**. Курс посещений психолога **Елены Киселевой**, который завершает нашу перезагрузку, прямое тому подтверждение. Активизация сознания, изменение нерабочих схем мышления на новые, раскрытие чувств и снятие напряжения - это самый минимум, который каждый из нас может получить, работая с психологом.





# NABS

PEOPLE.Перезагрузка.



**Ольга:** «Я безумно счастлива, что перезагрузилась вместе с NABS! Не ожидала, что все это даст мне столько новых сил и вдохновения. Чувствую, что я теперь другая. Это даже не передать словами... О таком всю жизнь мечтаешь, а тут, раз, и сбылось! Огромное спасибо за этот проект!»

Хочешь стать героиней рубрики?  
Присылай свою историю и фото на почту [magazine@nabsnail.com](mailto:magazine@nabsnail.com).  
Расскажи, почему именно тебе необходима перезагрузка.

39

## Партнеры рубрики:

Одежда **COMMODE** @commode\_nsk

Бодифлекс-центр **Второе дыхание** @minus15cm

Психолог **Елена Киселева** @terapi\_ya

Цветочная мастерская «**Лаванда**» @lavandashop

Фотограф: **Александр Баданов** +7 (905) 938-09-96



# ИСКУССТВО **КАК** ПРИЗВАНИЕ

**Мария Николаева** - яркий луч, сияющий со сцены **НОВАТА**. Гастроли в Китае, Казахстане, Южной Корее, Индии, Таиланде сделали юную балерину Новосибирского театра оперы и балета восходящей звездой. На сцене театра Мария исполнила партии: Фея Виолант («Спящая красавица» Чайковского), Солистка («Шепот в темноте" на музыку Гласса), Двойка девушек («Пульчинелла" Стравинского), и другие. Количество Мировых премьер растет, как и число почитателей таланта балерины.

40



## **БАЛЕТ - ЭТО ТИТАНИЧЕСКИЙ ТРУД. ЧТО ПРИВЕЛО ХРУПКУЮ ДЕВУШКУ В ЭТОТ СЛОЖНЫЙ ВИД ИСКУССТВА?**

Заниматься хореографией я начала в раннем детстве, за это спасибо моей маме. Шестое чувство подсказало ей, что это мое призвание, поэтому уже в три года я танцевала в школе искусств своего родного города Магадана. Когда мне было 11 лет, мама узнала о том, что в Новосибирске есть хореографическое училище. Вместе с педагогом мы решили, что нужно попробовать поступить туда, именно так я и оказалась в Новосибирске. Я не прошла первый просмотр, но не опустила руки и несколько месяцев занималась. И не зря: вторая попытка оказалось удачной. Так я начала свой путь в серьезном балете.

## **ВСЕ МЫ СЛЫШАЛИ, ЧТО ДВИГАТЬСЯ В ПУАНТАХ - ЭТО БОЛЕЗНЕННОЕ ИСПЫТАНИЕ. ТАК ЛИ ЭТО НА САМОМ ДЕЛЕ?**

Конечно, если человек с улицы наденет пуанты (мы называем их "пальцы"), то ему будет непривычно и очень больно. Для артистов балета это менее травмоопасно, поскольку мы с детства встаем на пальцы. Ноги привыкают. Но, конечно, от большого количества работы болят подушечки пальцев, косточки, бывает общая тяжесть в ногах. Но причина тому - именно работа, а не тот факт, что ты стоишь на пальцах.



## ВЫ ПОМНИТЕ СВОЕ ПЕРВОЕ ВСТУПЛЕНИЕ НА СЦЕНЕ? КАКИМ ОНО БЫЛО?

На сцену Оперного Театра я вышла в первом классе. Это был наш школьный спектакль "Щелкунчик" на малой концертной сцене. Мы были пехотой. Очень волновались, считали про себя, чтобы всё было четко. Нам было важно двигаться единым фронтом, это было сложно. На большую сцену я вышла во втором классе: это был театральный спектакль "Дон Кихот". Никогда не забуду момент, когда нужно было проходить медленным шагом через всю нашу огромную сцену, направляя лицо в зрительный зал. Это было очень волнительно. Ты идешь через сцену, смотря в зал, который особо не видишь из-за софитов, а по телу бегут мурашки.



## КАКУЮ ПАРТИЮ ИЗ СВОЕГО РЕПЕРТУАРА ВАМ НРАВИТСЯ ИСПОЛНЯТЬ БОЛЬШЕ ВСЕГО? ПОЧЕМУ?

Больше всего я люблю исполнять Индусский танец в балете "Баядерка". Это короткий, но такой огненный танец. Эта музыка и барабаны! Ты теряешь много энергии уже когда выбегаешь на сцену, потомходишь в раж и танцуешь, не чувствуя рук и ног. Эта партия отражает мой яркий характер. Также мне нравится "Уличная танцовщица" в балете "Дон Кихот": пробегать на кончиках пуантов мимо кинжалов, не уронив их - это настоящий трюк. А еще Мирта в балете "Жизель", убивающая танцем. Здесь важно передать жажду мести и холод, чтобы у зрителя пошли мурашки по коже.



**Фото:**  
Алексей Цилер  
Екатерина Лыжина

## КАК ВАМ УДАЕТСЯ БЫТЬ СТРОЙНОЙ И РАБОТОСПОСОБНОЙ ОДНОВРЕМЕННО? БЫТУЕТ МНЕНИЕ, ЧТО БАЛЕРИНЫ ВСЕ ВРЕМЯ ОГРАНИЧИВАЮТ СЕБЯ В ЕДЕ. ЭТО ПРАВДА?

Есть и не толстеть - это не про меня, к сожалению. У меня очень красивые формы (смеется), и за ними нужно следить, чтобы не появилось ничего лишнего. Постоянно приходится следить за питанием и в чем-то себя ограничивать. В периоды интенсивной работы я, как настоящая сладкоежка, могу себе позволить полакомиться сладостями с утра. Ну а после тяжелой недели спектаклей могу накинуться на бургер или пиццу. Но в целом питаюсь правильно. В обед - мясо и правильные "медленные" углеводы. После выступления могу съесть белковый омлет или творог.

## РАССКАЖИТЕ ОБ ИНТЕРЕСНОЙ ПРИМЕТЕ, КОТОРОЙ ВЫ СЛЕДУЕТЕ ПЕРЕД ВЫСТУПЛЕНИЯМИ?

Вы знаете, особых примет нет. Но у меня есть традиция - перед партией я всегда выпиваю чашку кофе, обычно эспрессо с долькой темного шоколада. Чтобы снизить волнение - я тянусь с резинкой, на шпагатах. Вдох, выдох... И на сцену!

Группа **X+FILES** является одной из самых популярных в Новосибирске и близлежащих регионах. Их песни звучат на радиостанциях и масштабных мероприятиях города. Ребята прекрасно справляются с любой аудиторией от одного человека до стадиона. Исполнители работают в формате эстрадного вокала. **Алексей Митис** – один из солистов, рассказал нам про становление группы и их планах на будущее.

## ЛЕША, РАССКАЖИ, КАК ОБРАЗОВАЛАСЬ ГРУППА X+FILES?

Ранее была cover-группа «Сезон дождей», в которой выступал я и еще один участник. Но мне всегда хотелось что-то свое, поэтому в 2009 году у меня состоялась встреча с новосибирским продюсером Павлом Мычко. Мы решили сделать проект и устроили кастинг на второго солиста, который прошел Сергей Бельских. Он-то и стал моим партнером по группе.



## А КАК ВООБЩЕ ТЫ ПРИШЕЛ К ЭСТРАДНОМУ ВОКАЛУ?

Я закончил колледж культуры искусств и московскую школу кино по специальности sound-продюсирование. В 22 года я уже работал педагогом по вокалу в лицее и там организовал собственную студию звукозаписи для детей-подростков. Получился своего рода школьный кружок, но в дальнейшем ребята стали участвовать в различных эстрадных конкурсах. Параллельно начал на студии записывать свои cover-песни, потом образовалась группа «Сезон дождей». Я понимал, что педагогическая работа это не мой предел и я хочу большего, хочу развиваться.

## Я ТАК ПОНИМАЮ, У ТЕБЯ БОЛЬШЕ ОПЫТА В КОНЦЕРТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. ТЫ ЯВЛЯЕШЬСЯ ЛИДЕРОМ ГРУППЫ ИЛИ У ВАС РАВНОПРАВИЕ?

«Изначально, да, в силу опыта и разницы в возрасте, я был лидером. Но сейчас у нас, конечно, равноправие и все решения мы согласованно принимаем вместе. Сергей профессиональный музыкант и пишет музыку для наших песен.»



## КАК АКТИВНО ВЫ ВЕДЕТЕ СВОЮ КОНЦЕРТНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СЕГОДНЯ?

«Мы по-прежнему выступаем на многих городских мероприятиях, но основной упор идет на процесс перезагрузки и новый альбом. Мы будем запускаться уже в Москве с другим продюсером.»

## БУДЕМ С НЕТЕРПЕНИЕМ ЖДАТЬ ВАШЕГО ПОЯВЛЕНИЯ НА МОСКОВСКИХ ПЛОЩАДКАХ! РАСКРОЕШЬ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ ИМЯ ТАИНСТВЕННОГО ПРОДЮСЕРА ИЛИ ЭТО ПОКА СЕКРЕТ?

«Мы уже начали работу с ним, но сейчас решается очень много вопросов, поэтому его имя и фамилия пока в секрете. Скажу только, что он в сфере шоу-бизнеса достаточно известен и, помимо нас, у него есть еще проекты. Он работает с такими звездами, как Валерий Леонтьев, Сергей Лазарев и другими.»

**УМЕЕШЬ ТЫ ЗАИНТРИГОВАТЬ! А ЧЕМ ЗАНИМАЕШЬСЯ, ПОМИМО КОНЦЕРТОВ? У ТЕБЯ ЕСТЬ ХОББИ?**

«На данный момент, моей основной деятельностью остается собственная профессиональная студия звукозаписи, где я выступаю в качестве sound-продюсера. Отдыхать от работы я люблю в путешествиях. А вообще, я считаю себя счастливым человеком, потому что когда любимое хобби превращается в работу – это большое удовольствие. Поэтому мое основное хобби – моя работа на студии и концертная деятельность.»

**А КАК РОДИТЕЛИ ОТНОСЯТСЯ К ТВОЕЙ РАБОТЕ? ПОДДЕРЖИВАЮТ?**

«Они раньше считали мою деятельность несерьезной. Конечно, к родителям прислушиваться нужно, но не всегда они бывают правы. Сколько бы меня ни отговаривали, я все равно стремился к своей цели, я ее добился и очень доволен.»

**ЭТО ПРАВИЛЬНО! ЛЕША, СПАСИБО ЗА ИНТЕРЕСНУЮ БЕСЕДУ! НАПОСЛЕДОК ЧТО ПОЖЕЛАЕШЬ ИЛИ ПОСОВЕТУЕШЬ НАШИМ ЧИТАТЕЛЯМ?**

«Я желаю стремиться к своей цели и не сетовать на тернистый путь. Чем труднее путь, тем жизнь потом оплатит большей золотой монетой. Нужно всегда быть благодарным и радоваться тому, что есть, даже самым маленьким победам и достижениям.»

Журналист: Алина Фризен





Фото: @an\_shpilevskaya

## Wonder Woman. Алия Аминова

Фотограф Алия Аминова стремительно набирает популярность. Её имя всё чаще можно встретить на страницах глянцевого издания. Журналисты NABS не потеряли времени и расспросили успешного фотографа, маму и блогера о секретах тайминга и о вдохновении.

### Алия, расскажи, что тебя вдохновляет?

Меня вдохновляют интересные и успешные люди, у которых можно чему-либо научиться. Вдохновляют путешествия. Смена обстановки дает невероятное ощущение вдохновения. Особенно остро я это ощутила во время последнего отпуска (в январе мы ездили в Москву и Сочи). Ну а еще не просто вдохновляют, но и мотивируют к действию - мечты и цели. Поездка в Москву сподвигла меня на организацию собственной фотовыставки - моей давней мечты.

### Работа, семья, дети, мероприятия. Твоя жизнь очень насыщенная. Как ты все успеваешь?

Самое главное, на мой взгляд, это хотеть все успевать. Не зря говорят, что человек находит время на все, чего он действительно хочет. Я не чувствую себя до конца счастливой, реализуясь только в семье или только в работе, поэтому стараюсь держать баланс.

### В чем секрет этого баланса?

Грамотное планирование. В течение дня я нахожу время для всех важных вещей. Для меня важно уделять время близким не только вечером или в выходные, но и в течение буднего дня. Я стараюсь жить осознанно - очень ценю свое время, всегда думаю о результате.

### Любишь ли ты Новосибирск? Никогда не думала о переезде? В другую страну, например?

Я патриот. Люблю путешествовать, но никогда не смогу поменять страну, считаю, «где ты родился - там и сгодился». У нас хороший развивающийся большой город. Зачем переезжать?)

### Есть ли конкуренция среди фотографов в Новосибирске? Мешает ли она?

Конкуренция есть в любой сфере. Но всё зависит от того, как ты к ней относишься. Я воспринимаю конкуренцию как данность, плюс она является хорошим мотиватором к развитию. Но если говорить о коллегах, чьи работы меня вдохновляют, то это скорее творчество московских и питерских фотографов.

### Алия, в прошлом году ты открыла свою фотошколу Aminovaphotoschool. Расскажи о ней.

Да, позади уже 6 выпущенных групп, начался набор в 7-ую группу (старт 4 октября). Работами своих учеников я очень горжусь, многие из них уже востребованы на рынке, работают с крупными брендами, журналами. Я не жалею собственных знаний и всегда стараюсь ученикам дать максимум. Их отзывы о фотошколе и последующие успехи дают мне понять, что все не зря, и проект удался!

### Как проходит съемка с Алией Аминовой?

Съёмка со мной иногда занимает 20 минут, когда-то нужен и час. Всё зависит от того, как быстро получается установить контакт с моделью. Перед незнакомым человеком сложно раскрыться, поэтому фотограф должен стать другом на время съемки. И именно фотограф должен вести съемочный процесс: только он может правильно срежиссировать кадр. Конечно, опираясь на пожелание клиента.

### Что бы ты могла пожелать читателям?

Верить в себя, сомнениям и рассуждениям предпочитать ДЕЙСТВИЯ. Не бояться неудач, они бывают у всех. Ну и, конечно, приходите прокачивать свои знания в Мобильной и Профессиональной съемке! Сегодня в век Instagram'a мир требует красивые и качественные фотографии.



aminovaphoto.ru  
@aminovaphoto

Продолжаем знакомить вас с мастерами. Мы взяли интервью у одного из самых ярких наших сотрудников. Антон работает в nail-сфере уже больше шести лет, почти три из которых - в NABS. Что вдохновляет? Какой дизайн сейчас в тренде? На эти вопросы Антон с легкостью ответил нашему интервьюеру.

...

Что вдохновляет тебя на создание необычных дизайнов?

Конечно же, актуальность! Также это может быть мой порыв прямо здесь и сейчас. Ну и, конечно, образ клиента. Иногда в процессе отвлекенной беседы с клиентом, вдохновить на необычный дизайн может буквально всё, что угодно.

Антон, развей какой-нибудь миф из области ногтевого сервиса?

Искусственные покрытия не портят ногти, если вы находитесь в руках профессионала. Это истина! Рекомендую просто отдаться в руки специалиста, в NABS все мастера достойные и компетентные. Следуйте рекомендациям и без необходимости не снимайте покрытие самостоятельно.

Почему маникюр важен как для женщин, так и для мужчин?

Хороший маникюр - это завершающая точка вашего образа. Нет маникюра? Провал. Даже самый шикарный образ будет испорчен, если на ваших ногтях облупившееся покрытие. Нет времени на покрытие? Для опрятного образа достаточно просто хорошего маникюра: чистые руки, идеальная увлажненная кутикула, ровная форма.

Могут ли девушки с тонкими ногтями отрастить длину?

Конечно! Для этого в наших салонах представлены специальные материалы. Есть такая услуга, как укрепление базой Kodi, например. Благодаря такому укреплению ваши ногти станут твёрже и отрастут достаточно быстро.

Зачем нужен SPA-маникюр? Какой он даёт эффект?

Кремов и масел зачастую бывает недостаточно для полноценного ухода за руками. SPA - маникюр дарит глубокое увлажнение и питание коже и ногтям. Плюс это просто приятная расслабляющая процедура. Руки - это второе лицо, и о них стоит заботиться не меньше, чем о коже лица и волосах.

Какой дизайн, на твой взгляд, сейчас в тренде?

В 2017 году в тренде оригинальность дизайна и разнообразие текстур. Я всегда за новые дизайны и эксперименты. За подробностями жду у себя на приеме в салоне NABS на Кирова, 25.



**Антон**  
мастер маникюра

#### Блиц-опрос

Чай или кофе?

Чай, кофе

Утро или вечер?

Вечер, ночь

Европа или Азия?

Азия

Тишина или

музыка?

Тишина и сон

Курица или рыба?

Все сразу :)







**Дарья**  
мастер маникюра

### Блиц-опрос

Френч или лунки?  
Однозначно френч  
Ромашки или розы?  
Розы  
Активный отдых или  
пляжный?  
Я за активный отдых  
Уединение или  
шумная компания?  
Уединение  
Джинсы или платье?  
Маленькое черное  
платье



Художественная роспись? Идеальный френч? Вы по адресу! Мастер Дарья вот уже три года радует клиентов NABS превосходным маникюром и педикюром, идеальным покрытием. Мы спросили у Даши о её любимых оттенках гель-лаков, о педикюре и восстановлении ногтей.

...

Как бы ты охарактеризовала коллектив NABS и атмосферу в салонах? Наш коллектив-это одна слаженная команда, которая отлично справляется со своими задачами. У нас дружная атмосфера, уважительное отношение друг к другу. Мы одна большая, сплоченная семья. За это я и люблю NABS!

Что самое прекрасное в работе в индустрии красоты?

Самое прекрасное в нашей работе то, что каждый день мы воплощаем в жизнь идеи и задумки самых разных наших клиентов. Видеть, как человек радуется от полученного результата, это непередаваемые эмоции.

Расскажи о своих любимых оттенках гель-лаков. Какие они и почему ты их любишь?

Мои любимые оттенки гель-лаков - это насыщенно фиолетовый "Night reflection" от производителя Gelish. Небесно голубой "Breathless" и нежно розовый "Fairy" от Luxio. Это лаконичные и всегда выигрышные оттенки.

Что такое IBX и как он работает? Кому нужна эта процедура?

IBX - это одна из новейших систем для укрепления и восстановления ногтя. Одной из целей применения системы IBX является устранение несовершенств ногтевой пластины, которые беспокоят многих женщин: трещины, расслоения, бороздки. Система проникает в ногтевую пластину, укрепляя и улучшая ногти изнутри.

Аппаратный педикюр или классический? Почему?

Аппаратный педикюр является для меня лидером. Большинство женщин страдает от сухости стоп, с этими проблемами лучше всего справляется именно аппаратный педикюр. Большой плюс в том, что при таком виде педикюра нет необходимости долго размачивать стопу. Экономит время, которое так ценно для девушек в наше время, без потери эффективности.

Скажи пару слов читателям нашего журнала?

Дорогие наши читатели, не бойтесь меняться и уделяйте побольше времени себе. Я приглашаю вас в салон NABS на Кошурникова. Вас ждёт приятная атмосфера, дружелюбный коллектив и хорошее настроение. Ну и, конечно, отличный маникюр!



Еще несколько лет назад детский маникюр считался баловством, а уже сегодня маленькие принцессы являются частыми гостями наших салонов. Мамочки с ранних лет прививают своим дочерям культуру красивых рук. Это очень правильно, ведь все мы знаем, что настоящая леди должна хорошо выглядеть и следить за собой с ранних лет. Поскольку детская ногтевая пластина тонкая и еще не до конца окрепла, она требует особого бережного отношения. Именно поэтому мы рекомендуем доверять только профессионалам. Ухаживая за ногтями с детства, девочки будут относиться к рукам более бережно, это поможет сделать ногти более крепкими и здоровыми в будущем. Ну и, конечно, помимо эстетической составляющей, детский маникюр несет еще и задачу гигиеническую.

Структура детских волос также отличается от взрослых. Более тонкие и мягкие волосы требуют особого отношения и профессионализма, которым обладают наши мастера. Своевременные стрижки и уход за волосами с раннего детства влияют как на самооценку ребенка, так и на дальнейшее здоровье волос. Красивая прическа важна для ребенка не меньше, чем для взрослого.

Также мастера NABS делают чудесные укладки для детей, включая трендовые цветные косы. А визажисты создают как праздничные, так и сценические виды макияжа, учитывая особенности нежной детской кожи. Маленькие звездочки NABS, приходя однажды в салон, становятся нашими постоянными клиентами.



С прайсом на детские услуги  
вы можете ознакомиться на нашем сайте

[NABSNAIL.COM](http://NABSNAIL.COM)

**Ждем вас в гости!**



# Детский мир

Мы все родом из детства, а большую часть времени наши детки проводят в детском саду. Именно здесь ребенок начинает свою социальную жизнь, переходя от времяпрепровождения с семьей к более широкому кругу общения. Выбор детского садика - это важное решение, которое может повлиять на развитие, мировоззрение и будущую жизнь ребенка.



Команда развивающего центра «Карамель» как никто другой понимает, насколько важно создать комфортную атмосферу, найти подход к каждому ребенку и искренне заботиться о детях.



«С детьми работают педагоги с высшим педагогическим образованием. Каждый наш сотрудник вкладывает частичку своей души в работу. Благодарные отзывы родителей, их спокойствие за своих детей, улыбки ребятешек - настоящая награда для нас, - говорит **Ольга Раевская** (директор, психолог и идейный лидер частного детского центра «Карамель»), - я постоянно нахожусь в детском саду, с радостью проведу для вас экскурсию и расскажу, как проходит детсадовская жизнь».



## Мама Оксана, дочка Аксиния.

«Спросила у Аксинии, что ей нравится в саду, ответ был такой: «Мы там танцует, поем, дружим. А ещё там есть большая горка, красная карусель и пазл «Мой маленький пони». Почему мы выбрали "Карамель»? За атмосферу семейности. Дети приходят в сад с радостью и не хотят уходить домой. В детском саду с детьми прекрасно занимаются: уроки рисования, английский язык, танцы, музыкальные занятия, физкультура. Проводят замечательные утренники, дети с удовольствием в них участвуют. Воспитатели всегда приветливы и очень терпеливы. Находят подход к каждому ребенку, даже самому непослушному.»





## Мама Мария, дочка Евгения

«Хотелось бы отметить, что уже с первого дня это место расположило к себе доброжелательными людьми в лице директора Ольги Александровны и воспитателей. Адаптация к садику прошла быстро, оно и не удивительно с таким отношением к деткам и вообще ко всему процессу воспитания. Могу с полной уверенностью сказать, детский сад "Карамель" - это то место, куда и ребёнок идёт сам с удовольствием, и родители, не опасаясь, могут отдать сюда свое чадо. В садике проводятся занятия с детьми: обучающие, развивающие, познавательные. Я могу очень долго и много перечислять достоинства этого садика. Название "Карамель" полностью оправдывается, дети будто попадают в волшебную, добрую, яркую страну, в которой много любви (как сказала моя дочь), добра и счастья. Это и есть счастливое детство!»

## Мама Алина, дочка Ариана.

«В Детский сад "Карамель" мы пришли по рекомендации знакомых. Наше первое впечатление: сразу располагает домашняя атмосфера, все окутано уютом и комфортом, запах свежей выпечки, чистота, порядок, одним словом, как дома! На тот момент были сомнения насчет разного возраста детей в одной группе. В итоге пошли в другой сад, где возраст детей в каждой группе соответствовал, но продержались там недолго. Перешли в «Карамель», чему безмерно рады! Педагогическому составу отдельное спасибо, настолько они чутко подходят к своему делу, сразу видно, что люди на своем месте! Вся программа воспитания и обучения предлагается детям в форме игры, это очень здорово!»



**Ольга Раевская**  
основатель детского  
центра «Карамель»



## Детский центр "КАРАМЕЛЬ»

г. Новосибирск  
ул. Сакко и Ванцетти, 74  
ул. Покатная, 122 (ЖК Оазис)

51



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

### Детский центр "КАРАМЕЛЬ"

ул. Покатная, 122 (ЖК Оазис) - открытие в сентябре!

Детские праздники, Творческая мастерская, Театральная студия, Игротека и родительский клуб

Назовите кодовое слово "Карамель" и получите скидку 10% на проведение детского праздника в новом центре.\*

\* Скидка действует единовременно. Срок действия акции - до 1 декабря 2017 года.

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

# BUSINESS ЗАВТРАК

**27 ИЮНЯ ПРОШЕЛ "ЗАКРЫТЫЙ БИЗНЕС-ЗАВТРАК",  
ОРГАНИЗОВАННЫЙ КРИСТИНОЙ АФОНИНОЙ И КОМАНДОЙ NABS.**

Была обсуждена тема Networking, были знакомства, обмен визитками и установление партнерских отношений. Все прошло отлично и посетители остались довольны.

Для тех, кому не удалось попасть на прошлый Бизнес-завтрак или вы впервые о нем слышите, мы планируем его повторить. Присылайте свои заявки на почту [pr@kristinaafonina.com](mailto:pr@kristinaafonina.com)

Для кого:

- для предпринимателей, собственников и владельцев каких-либо проектов;
- для блогеров и людей, развивающих свой личный Бренд, нуждающихся в рекламе.

Благодарим ЖК "Жуковка" (@zhukovka\_resident) за предоставление конференц-зала.



**РЕЗИДЕНТ  
ЖУКОВКА**

ул. Победы, 55  
тел. 230-05-55  
[info@hotel-resident.ru](mailto:info@hotel-resident.ru)  
[hotel-resident.ru](http://hotel-resident.ru)  
 zhukovka\_resident  
 Resident Zhukovka  
 Resident Zhukovka



# NAB'S STYLE.

53



## Бренд, который выбирают звёзды

54

Меня зовут **Алла Коротких**, я мама двоих сыновей, жена, стилист, создатель бренда **MISHA wear**. В семье я отвечаю за стиль и комфорт, поэтому базовой коллекцией бренда стали костюмы в стиле спорт кэжуал для Него, для Неё, для всей семьи. Так как для меня и моей семьи важен стиль, комфорт, удобство, практичность, свобода передвижений, традиции, сплоченность и дружная команда, с этого всё и началось, это стало основой для нашего семейного дела. Мы вкладываем в **MISHA** душу и очень приятно, что это чувствуют и ценят те, кто уже в нашей команде. А в ней с каждым днем прибывает, и это радует. Очень приятно, что бренд полюбили звёзды, спортсмены, олимпийские чемпионы. Нашу одежду видят на знакомых, оценивают оригинальность и качество и тоже хотят такую.

**Так наши костюмы появились у достаточно известных людей.** Аскольд Запашный увидел наш желтый костюм у своего знакомого и захотел такой же себе, Мария Шумакова (звезда ТНТ и сериала "Сладкая жизнь") приехала в гости к подруге и влюбилась в костюм коллекции **MISHA\_цветнеба**, двухкратный олимпийский чемпион Евгений Подгорный, Олимпийский серебряный призёр, заслуженный мастер спорта России Иван Стретович, чемпион Европы, заслуженный мастер спорта Азербайджана Олег Степко (спортивная гимнастика), заслуженный тренер России Кочнев Виктор Владимирович и Матвеев Александр Александрович выбрали **#MISHA\_black**, чемпионка мира по спортивной гимнастике, заслуженная спортсменка России Мария Пасека выбрала **#MISHA\_милитари**; они выбрали нас среди множества известных марок, готовых предоставить им одежду вообще бесплатно. **Всемирно известные танцоры** Степан Труфанов, Тимур Пак (Flexx5), Лейли Мишина (Баку) гастролируют в удобных костюмах MISHA.



Максим, Алла, Доминик, Роберт Коротких



серебряный призёр Олимпийских игр Иван Стретович, его тренер Александр Матвеев, Алла Коротких



# NABS

STYLE.Тренды.



**Елена Яткина (Fraules)**, победила в нашем новом красном костюме коллекции **#MISHA\_red** на российском танцевальном событии этого лета PROTANЦЫ 2017. Сборная Новосибирска по спортивной гимнастике в **#MISHA\_PLATINA**, сборная России по role спорту, чемпионка Европы Вероника Павлова также выбирают MISHA. Австралия, Германия, Голландия наша география всё расширяется и расширяется. Несмотря на растущую популярность бренда, для меня важно сохранить доступность марки и качество, ведь это в первую очередь семейная одежда и поэтому цены не должны кусаться. Именно поэтому мы держим цены в диапазоне от 3500 до 6900 рублей. Ещё у нас радостная новость-открылся первый магазин MISHA за пределами России @misha\_wear\_baku (Азербайджан). А ещё мы очень клиенториентированны, кроме стандартной линейки размеров, мы создаём костюмы по индивидуальным меркам на любой размер и рост, недавно изготовили костюм для двухметрового хоккеиста, присоединяйтесь к нашей звёздной команде **#MISHA\_TEAM**, мы будем рады! Выбирайте костюмы MISHA для всей семьи, **MISHA™** сделано в Сибири, сделано с любовью!

55

С уважением, Алла Коротких



@alla\_korotkikh @misha\_wear

Фото: @frolovasasha, @aminivaphoto, @tatyana\_bogachek\_photografer

## FROM MOSCOW WITH LOVE



Самый актуальный для любой девушки вопрос – что надеть? Стилист Лидия Фролова (г. Москва) поделилась с читателями **NABS Magazine** небанальными вариантами модных образов, которые стоят того, чтобы обратить на них внимание!

#### Блузки с открытыми плечами

мультифункциональны и могут быть стилизованы как для дневного, так и для вечернего образа. Это новая женственность и свежий взгляд на сексуальность. Оголение плеч смотрится гораздо изысканней банального декольте. Для создания нескучного, в меру расслабленного, но сексуального аутфита я выбрала не джинсы скинни, которые советуют все модные журналы, а джинсовую юбку-карандаш с очень высокой талией и разрезом спереди.



Розовый цвет, оборки и рюши, а также пайетки и очки в стиле диско: наконец-то можно по-настоящему отвести душу, не рискуя при этом прослыть легкомысленной особой, ведь все перечисленное на самом пике модных тенденций. Эль Вудс, Холли Голайтли и ABBA полным составом были бы довольны таким электрическим миксом!



**Образ "белый верх и темный низ"** в моем исполнении, безусловно, далек от классики, впрочем, это делает его еще более эффектным. Сочетание черного и белого цветов в наряде создает мощный контраст, который смотрится неизменно стильно и привлекательно. Кстати, если вы еще сомневаетесь, нужен ли вам белый пиджак, то я ответственно заявляю: **нужен!**

# NABS

STYLE.

---



Что нужно человеку для счастья? Немного обновок и хорошая погода, чтобы их "выгулять".

Маленькое красное платье привлекло меня своим лаконичным силуэтом, ярким цветом и милыми вышитыми деталями - люблю вещи с изюминкой. Плюс белый смокинг будто с плеча бойфренда, и образ готов!



[gvozdishe.com](http://gvozdishe.com)  
[@gvozdishe](https://www.instagram.com/gvozdishe)

## NEW IN



Подводя итоги года (а именно столько прошло времени с момента выпуска предыдущего журнала), самым главным событием можно смело назвать открытие первого салона NABS в городе Красноярск. Новый NABS расположился в здании отеля NOVOTEL (пр.Карла Маркса, 123) и моментально завоевал любовь жителей города.

С момента торжественного открытия прошло меньше года, но это не помешало салону молниеносно набрать популярность среди красноярских красавиц. Салон торжественно открывали создатели и владельцы бренда - Александр и Кристина Афонины.

Кстати, [@nabs\\_krasnoyarsk](#) стал десятым по счету их детищем.



58

«NABS - это больше, чем салон красоты! Это крупный и красивый проект, это семья, это атмосфера. Каждый сотрудник нашего салона проявляет истинное уважение и дружелюбие к клиентам, и всем сердцем любит то, чем занимается - это главный секрет нашего успеха!», - **Мария**, управляющая салоном NABS в Красноярске.



## Happy B-Day!



**1 июня** отпраздновал свою годовщину четвертый салон красоты NABS в Новосибирске - роскошный и просторный **NABS на Кирова, 25.**

В день рождения гостей салона ждали чудесные сюрпризы: беспроигрышная лотерея, вкусные десерты, напитки и приятные скидки на услуги.



«За прошедший год за beauty-услугами в новый салон обратились более 15.000 человек. Такое количество довольных гостей - самая главная наша заслуга! А счастливые лица и улыбки наших клиентов – не только важная награда, но и показатель высокого сервиса и качества наших услуг. Коллектив у нас очень дружный, атмосфера в салоне - волшебная.

Каждый пункт - результат нашего совместного труда. Спасибо нашей команде за это! Мы от души стараемся и обещаем и дальше радовать наших клиентов. С днем рождения нас! Спасибо, что выбираете NABS!», - **Надежда**, управляющая NABS на Кирова.



# DREAM

**УПРАВЛЯЮЩИЕ САЛОНОВ - ЭТО ДУША И СЕРДЦЕ NABS. НАШИ ФЕИ ОРГАНИЗУЮТ РАБОТУ МАСТЕРОВ И СЛЕДЯТ ЗА ЛЮБИМОЙ ВСЕМИ АТМОСФЕРОЙ В САЛОНАХ. КАК ИМ ЭТО УДАЕТСЯ? КАК ВЫГЛЯДИТ «КУХНЯ» NABS ИЗНУТРИ? КАК БУДУТ ВЫГЛЯДЕТЬ САЛОНЫ NABS В БУДУЩЕМ? МЫ РАССПРОСИЛИ ОБ ЭТОМ ДЕВУШЕК, И ГОТОВЫ ПОДЕЛИТЬСЯ ОТВЕТАМИ С ВАМИ.**



**Надежда**

управляющая салоном на Кирова,  
г. Новосибирск

Я люблю NABS за атмосферу в коллективе и в салоне, за отношение руководства к нам. Здесь предоставлены все условия для роста и развития. Благодаря NABS у нас активная насыщенная жизнь. Салон на Кирова такой большой и красивый, что сможет растопить сердце каждого клиента, потому что здесь уютно и спокойно. Коллектив у нас очень дружный, отношения построены на взаимовыручке и поддержке. Через год я вижу, что салон на Кирова будет также радовать клиентов своей роскошью и сервисом, но только их будет еще больше, я бы ничего не хотела здесь менять.



**Сабрина**

управляющая салонами  
на Кошурникова и Маркса,  
г. Новосибирск

Я работаю в NABS, потому что это стабильно развивающаяся компания, в которой замечательная атмосфера, лояльное руководство и замечательный коллектив. В салоне на Маркса некоторые сотрудники работают с самого открытия, как и клиенты, которые несколько лет ходят именно туда. Там очень домашняя и душевная атмосфера. На Кошурникова молодежная атмосфера, там много простора и света. Мой коллектив – это невероятно талантливые люди не только в своем деле, но и по жизни, очень любят свою работу и относятся к ней с максимальной самоотдачей. Они во всем меня поддерживают, понимая всю ответственность работы здесь. Я очень люблю салоны, в которых работаю.

# TEAM



**Вероника**

управляющая салоном  
на Орджоникидзе, г. Новосибирск

В салон красоты NABS я пришла еще два года назад, и даже не могла предположить, что он станет мне настолько родным, вторым домом. Я уже не представляю свою жизнь без этой постоянной «движухи» в салоне, драйва. NABS меня столькому научил, здесь я развиваюсь не только как сотрудник, но и как личность. Так как я управляющая этим салоном, для меня он самый любимый! У меня никогда не возникало с ними каких-то серьезных проблем за все 2 года, потому что они всегда идут мне навстречу, так же, как и я к ним. Через год мне бы хотелось увидеть, что в ночную смену мастера работают в таком же полном составе, как и днем, а места к ним расписаны на неделю вперед.



**Мария**

управляющая салоном  
в Красноярске

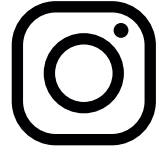
Я действительно считаю, что звезды так сошлись, чтобы я оказалась в NABS. Когда узнала, что NABS открывается в Красноярске, была очень рада, так как была знакома с сетью салонов и, когда жила в Новосибирске, была постоянным и довольным клиентом. Всегда следила за ростом сети и успехами Кристины и Александра. Возникло непреодолимое желание работать в их сильной и сплоченной команде. Было принято решение направить резюме на должность управляющей салоном в Красноярске. Мне близки стандарты компании. Я часто ставлю себя на место клиента, чтобы понять и сделать лучше наш сервис. Я искренне люблю то, чем я занимаюсь. NABS - это место, где есть достойный сервис, клиентоориентированность и уважение к клиентам. Самое приятное - видеть, что это взаимно, и получать отдачу от клиентов. Мой салон особенный, с неповторимой теплой и уютной атмосферой. Он чистый и светлый, как и команда профессионалов, которая в нем работает.



Команда управляющих NABS, г. Новосибирск

## INSTAGRAM-МНЕНИЕ

Мы любим социальные сети не только за возможность всегда быть в тренде, но и за оперативность, с которой наши клиенты делятся отзывами о нашей работе. Оставляйте свои фотоотзывы и вы, отмечайте на фото наш профиль и добавляйте хэштеги **#nabs #мойnabs #явnabs**



**dari\_petro** Келерovo Сиб... Подписаться

dari\_petro Белее - белого/Летняя классика на белый цвет, как и красный, никогда не выйдет из моды! Спасибо любимый @nabs\_nsk

45 отметок «Нравится»  
30 ИЮНЯ



**alla\_korotkih** Подписаться

alla\_korotkih Помните некоторое время назад я спрашивала мастера педикюра, актуальный девичий вопрос (может кому то пригодится) если Вы из таких как я (не могу пойти к просто мастеру без рекомендации. Когда меня записали к Лауре, если честно мне очень интересно было познакомиться с этой девушкой, так как Вы знаете мою неравнодушие к редким именам!) И Лаура правда оказалась очень милой девушкой, а ещё, очень круто, когда люди любят дело, которым занимаются, это всегда чувствуется, а priori получается превосходный результат, это касается любого дела, чем бы человек не занимался. Кстати в @nabs\_nsk, я была впервые, мне понравилось, очень приветливые администраторы, все в белом цвете, как я люблю! И глаз

262 отметок «Нравится»  
5 ФЕВРАЛЯ



**aminovaphoto** Бакетле, Сибирь Подписки

aminovaphoto Да, ребята! В Крым! → мы планируем отпуск именно туда! многие из Вас угадали! ☑️ но вариант с Испанией или Латинской Америкой мне тоже импонирует, но... не в этот раз! Кстати, никто что-то из вас не похвастал своими планами на лето! Никто куда не поедет что ли? ☹️

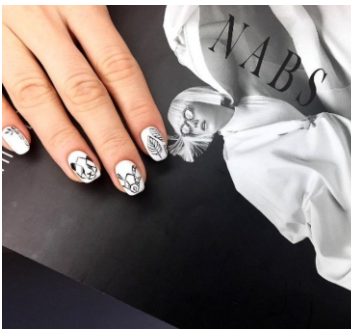
Кстати, я вот ещё похвастаться хочу ) теперь у меня новая форма бровей! ☑️ спасибо за это Арине из @nabs\_nsk (на Кирове) Почему новая, потому что у меня наконец-то глаза "открылись", мы "приподняли" бровь выше, теперь нет эффекта "грустных глаз", который был до этого ☑️ Арина - первый визажист, кто сделал это со мной ☑️ (до этого все просто разводило руками) ☹️ Я, кстати, впервые попробовала капсульную хну.

260 отметок «Нравится»  
3 МАЯ



**nastydrama** Новосибирск, Сибирь

nastydrama Спасибо, @nabs\_nsk, за всегда нереальный маникюр! 🔥🔥🔥 ТОЛЬКО К ВАМ!!! ☺️  
#instagram #nails #nailstagram #peachy #peach #peachynails #pastel #summer #blog #blogger #beauty #beautycare #beautyblog #fashiondaily #fashion #fashionblogger #metoday



**kristinasmetalina** Подписки

kristinasmetalina расскажу вам о прекрасном месте ☺️ вот уже как 4 месяца Да постоянный клиент все салоны NABS (а я, на минуточку, 4 штуки) знает, многие уже постоянные клиенты общаются со своим мастером как с другом, и я считаю, что это очень круто, ты приходишь как к себе домой/кафе/ресторан но еще и получаешь услугу ☺️☺️ @nabs\_nsk прощайте вам \_kristina\_alfonina\_ Так это твои ноготочки!!! отменный вкус!!! ☺️☺️

85 отметок «Нравится»  
10 ФЕВРАЛЯ



**owlera\_** NABS Подписаться

owlera\_ Простоять на пешеходном перекрёстке, чтоб загорелся красный? ☺️ Эта рука из @nabs\_nsk, детка ☺️ Вторая достойна не меньшего внимания ☺️ Спасибо мастеру Мариной! К ней попадаю второй раз, не намерено. И я очень довольна работой! Да, снова белый! Но стоит поменять немного тематику и смотреть совершенно по-другому ☺️ Да, снова пешеходные линии ☺️ #постояннаяя

#маник#маникотnabs#красотаспасетмир #мамасчастлива#мамакрасива#мамаскр омна#этоталогмамы#ухаживеньеруки#уходаногтями#маникюр#nabs#nks#новосибирск54#novosibirsk#nks#новоси

29 отметок «Нравится»  
5 ЧАСОВ НАЗАД



**gvindalin** Novosibirsk, ... Подписаться

gvindalin Кажется, спонсор некоторых из моих последних красивых фотографий – квартира @kseniyaavina и @broskyulnava! Это рай для девочек и лучшие домашняя фотостудия! ☺️ Что уж говорить, что и кольца все Ксюшина впереди! ☺️ sooleeva Обожжаю такие колечки, особенно на фаланги niy\_marina Это что за хорошие пальчики у нас тут gvindalin @niy\_marina moi! lizziesmirnova Даа, я приметила их стены ☺️ julia3477 Белье стены это Божественно mysterymystery Клевый маникюр! да, белые стены-мечта ☺️

320 отметок «Нравится»  
24 ИЮЛЯ



**airarina** NABS Подписаться

airarina Зашла сегодня в @nabs\_nsk привести ручки в порядок. Очень качественный сервис, работает 24 часа в сутки. Находится в нескольких точках города, что очень удобно, особенно с моим расписанием дня. Советую мастера Игит, выровняет каждый ноготочек! Кроме того милая и приятная на общение ☺️ В общении я осталась довольна. По всем критериям ставлю лайк! ☺️ oty\_sokay ☺️☺️ lma\_bakomastyle Klacsi 777yaroslav777 Красивые

505 отметок «Нравится»  
20 АПРЕЛЯ



## ТРЕНД-КОСЫ

Яркие цветные пряди искусственных волос, вплетенные в собственные волосы, стали настоящей бомбой среди модниц со всего Мира. Давайте разберемся по порядку: что такое тренд-косы и с чем их едят?

**«Боксерские» косы с использованием цветных искусственных материалов**, пожалуй, самая трендовая прическа этого года. Причем её обладательницей может стать даже девушка с короткими волосами. Никаких окрашиваний и наращиваний: 40 минут в кресле парикмахера, и ты готова обращать на себя внимание прохожих. Именно это, считают стилисты NABS, и сделало тренд-косы популярными. Не нужно решаться на смену цвета волос, да и вернуться к привычному образу можно будет уже через несколько дней. Идеальный вариант для кратковременной смены имиджа.

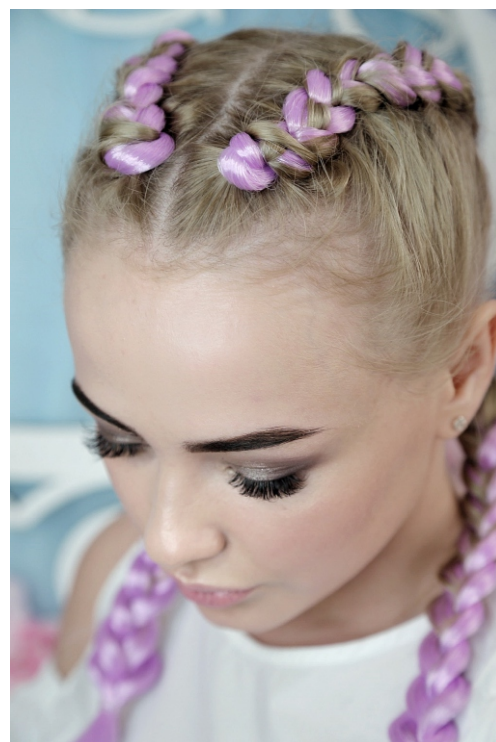
Запустили этот тренд ведущие модные дома: модницам пришлось по вкусу цветные дреды на показе Marc Jacobs S/S 2017, изобилие кос на показах Fendi, а также ленточки в волосах от Лесли Хэмптон. Модное течение сразу подхватили Instagram-дивы, сделав объемные, длинные и яркие косы еще более популярными. Если этот тренд по вкусу и вам, мастера NABS с удовольствием выполнят такую работу.





64

Самое популярное количество тренд-кос в одной причёске - 2 или 4 Тренд-косы держатся в среднем от 3 до 7 дней (в зависимости от структуры волос и ухода) Удобны в носке, легко снимаются в домашних условиях! Необходимая длина волос для такой причёски - 10-15 см Чем больше кос, тем лучше они будут держаться. Косы прослужат максимальный срок, если не трогать их руками, не надевать головные уборы и спать в платке.



Мастер **Дарья**  
NABS, г. Новосибирск

# NABS CITY.



## BEST PLACES

Куда сходить в Новосибирске?

Мы спросили об этом у [Instagram](#) - див Новосибирска.

Посмотрим, что же они ответили:



### Ева Шафран

[@evashafran](#), фотограф, дизайнер

Все больше люблю Академ, особенно [Sparks](#). За вкусную кухню, атмосферу и стихийный летник на газоне с пледами и подушками. В городе из нового это [Жан Хуан Лу](#). Тут вкусные коктейли и 100% гарантия, что встретишь хороших знакомых в пятницу вечером, даже если решил заглянуть один. Там же [Веранда Дениса Иванова](#), уже за один стильный летник можно полюбить это место с первого взгляда.



### Снежана Янченко

[@y.mind](#), блогер

Я обожаю коктейль-бар [Twiggy](#), их меню - это моя любовь! Я уверена, что таких сочетаний вы больше нигде не встретите. Всегда вкусно, красиво и как-то по-особенному. В моём [Instagram](#) очень много фото именно оттуда. Кофе и завтраки люблю в [Pitchii](#) и [Capital of Siberia](#), там очень уютно, светло и вкусно.



### Кира Долгова

[@kiraam](#), бьюти-маркетолог

Завтраки и кофе я люблю в [Coffee Collective](#). Обожаю там классический раф. Бургер крафтовый да посочнее, чтобы булочка злаковая была и котлета в рот не помещалась - [Moo crew](#). А ещё мы с мужем обожаем итальянскую трактирию [la Trenta](#), именно там балуем себя по выходным домашним вином и итальянской пастой.

# ПЕРЕДАЙ ДРУГОМУ!

Посоветуйте следующим читателям этого журнала Ваши любимые места Новосибирска, о которых стоит знать:

*Чтобы сделать красивые фото:*

---

---

---

---

*Чтобы удивить гостей из другого города:*

---

---

---

---

*Чтобы весело провести время:*

---

---

---

---



Иллюстрация:  
Мария Медведь  
[@paint\\_face\\_](#)

Когда в нашем расписании появляется свободное время, мы начинаем думать, чем бы таким интересным заняться. В городе представлено огромное разнообразие ресторанов, кинотеатров и торговых центров. Казалось бы, чего еще желать? Сейчас модно быть социально активной и всесторонне развитой. Как нельзя лучше для необычного досуга подходит формат Мастер-Классы.



## СЛАДКОЕ КОРОЛЕВСТВО «MERRY BERRY»

**Мария Щебланина**, владелица и шеф-кондитер бренда «MerryBerry», готова научить кондитерскому волшебству на своих мастер-классах, которые подходят даже для новичков. В ее арсенале порядка двенадцати пройденных обучений и мастер-классов, включая кондитерскую школу в Испании. Торты и десерты Марии пользуются огромным спросом, поэтому появилось много желающих научиться делать такие же вкусные шедевры. Программа делится на два направления - десерты и торты.

По каждому направлению есть три уровня сложности - эта модульная система позволяет студентам освоить азы на несложных изделиях (капкейки, десерт Павловой, зефир, птичье молоко, бисквитные торты), а дальше учиться готовить капризные макароны, шоколадные конфеты, эклеры и муссовые торты с различным сложным декором. Соответственно, весь курс состоит из шести уроков – три по тортам, три по десертам. Остановиться можно в любой момент, но начинать нужно обязательно с первого урока, чтобы понять базу! Кондитерское дело любит последовательность.

В начале урока студенты получают рецептурные карты и переходят к процессу приготовления, причём каждый вовлечен в процесс: сам отвешивает и смешивает ингредиенты, отсаживает, выпекает и покрывает свое изделие. Роль Марии в процессе не сделать работу за студента, а направить его, вовремя исправить ошибку, помочь поставить технику отсадки, глазировки. Главная ее задача именно научить, поэтому число участников строго ограничено – максимум 6-8, исключение составляют лишь корпоративные мастер-классы. Каждый участник получает максимум внимания и времени. Кстати, сотрудники NABS тоже были на мастер-классе Марии, где каждый приготовил вкусный торт с малиновым муссом.

Мария приглашает всех на свои мастер-классы и дарит скидку 10% при покупке полного курса всем, кто назовет кодовое слово «NABS».

Адрес проведения мастер-классов:  
Некрасова, 42, недалеко от ТРЦ «Галерея Новосибирск»  
В данный момент идёт предварительная запись,  
вся информация по телефону 8-913-009-09-01

## «Art Time School»

**Софья Журавлева** и **Анна Астафьева** – основатели и творческие феи школы **Art Time**. Софи, к тому же, является ведущим художником. Здесь не учат академическому искусству по общепринятым стандартам. Главная миссия проекта - раскрыть в каждом человеке творческий потенциал, чтобы он рисовал так, как ему хочется и нравится, получал удовольствие от процесса. Это будет его личный шедевр, исполненный в той технике, которая близка именно ему. «Живопись акрилом» - самое популярное направление в Art Time, так как акрил довольно универсальный материал и удобен в использовании. Раз в месяц можно записаться на более узкое направление «Fashion-иллюстрация» в технике скетчинг.

В Art Time часто обращаются для проведения корпоративов, дней рождений, девичников и просто дружеских встреч. Наша команда **NABS** тоже проводила день рождения салона на Орджоникидзе с прекрасными Art Time феями. Нам так понравилось, что теперь мы возвращаемся к ним снова и снова уже без повода, а главное, что на память нам остались наши шедевры.

**По словам Софи:** «Наши гости настолько окунаются в эту творческую атмосферу, расслабляются и пропитываются некой магией творчества, что даже забывают свои вещи и уходят в наших фартуках» (смеется). Вы только представьте: красивое лофт-пространство, бокал вина, приятная музыка... Вы творите, открывая в себе новый, еще такой неведомый для вас мир. Вам хорошо и спокойно, а главное, настолько интересно, что время летит незаметно. Вот уже у вас перед глазами изображена такая красота, и вы думаете: «Неужели все это моих рук дело? Я правда так умею? Да я раньше даже кисточку в руках не держала! Потрясающе!» Хотите испытать такие эмоции? В Art Time творится настоящее волшебство и нет ничего невозможного!



instagram: @arttime\_school



Журналист: Алина Фризен

# Архитекторы музыкальной радуги

**7 апреля** в новосибирском Дворце культуры Железнодорожников прошел юбилейный концерт ансамбля «Сюрприз».



Событие это совмещало в себе атмосферу высококлассного музыкального реву и теплую непринужденность именинного праздника. Что, в общем, отражает суть этого неординарного коллектива. Будучи по титульной концепции ансамблем народных инструментов, «Сюрприз» подаёт эту музыкальную материю стильно и изобретательно, с элегантностью. В исполнительской манере «Сюрприза» нет музейной герметичности, потому в юбилейном концерте также ярко и органично смотрелись партнерские номера, своеобразные подарки юбиляру – выступления народной артистки России Татьяны Ворожцовой, тенора Сергея Кузьмина, баритона Карена Мовсесяна, скрипача Алексея Кобринского.

70







Концерт ансамбля «Сюрприз» стал самым ярким культурным событием этой апрельской декады – неслучайно его посетили первые лица города и области. Стилистика этого коллектива – настоящий подарок меломанам. Артистам ансамбля удалось совместить в своем коллективном музыкальном почерке милую, безыскусную искренность народных инструментов, утонченность классической исполнительской манеры и импровизационную пылкость модернизма. Репертуар «Сюрприза» симпатичен и ценителям проверенных временем шедевров, и меломанам-искателям, обожающим редкий, «гурманский» музыкальный материал, подобный, к примеру, «Карело-финской самбе». Буквально перед юбилейным концертом «Сюрприз» вернулся с гастролей по Германии – по стране, генетически влюбленной в музыку, но очень вдумчивой и требовательной в этой любви. Там «Сюрпризу» в награду досталась вся страсть сдержанной немецкой природы – музыкантов радостно восприняли и «как своих» - в актуальном европейском арт-контексте, и как «удивительных русских». Потому что они и впрямь умеют красиво удивлять. Удивлять, непринужденно оправдывая имя ансамбля.

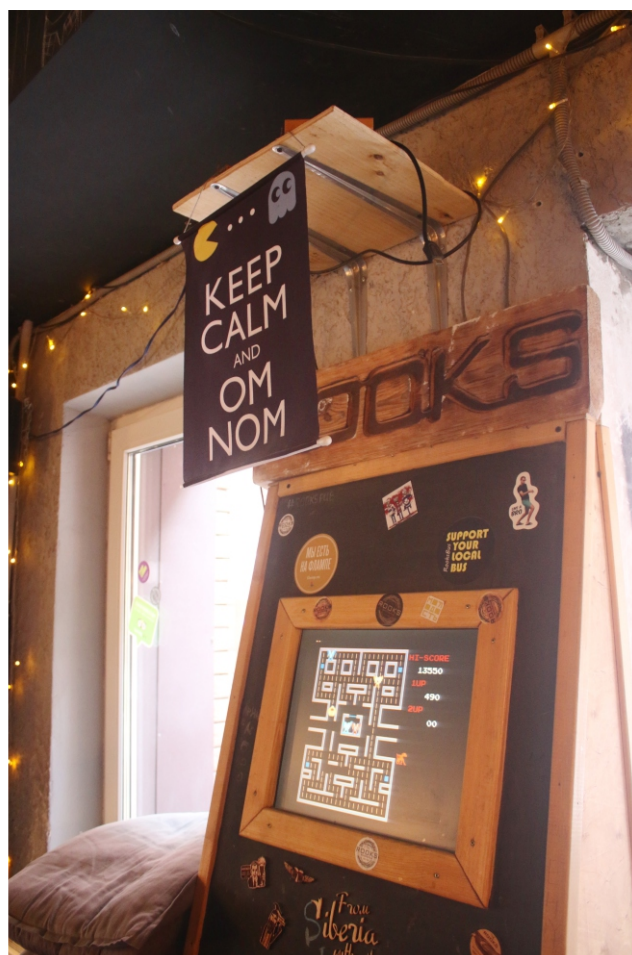
71



## Маленький Питер

УЛИЦЫ ДО БОЛИ ЗНАКОМОГО ГОРОДА МОГУТ СКРЫВАТЬ ЧТО-ТО НОВОЕ, НЕОБЫЧНОЕ, НЕИЗВЕДАННОЕ. КОРРЕСПОНДЕНТЫ ЖУРНАЛА NABS ОТПРАВИЛИСЬ НА ПОИСКИ ТАКОГО МЕСТА И НАШЛИ ЕГО, КАЗАЛОСЬ БЫ, В САМОЙ ИЗУЧЕННОЙ ЧАСТИ ГОРОДА, В ЦЕНТРЕ.

**ЧТО ЖЕ СКРЫВАЮТ УЛИЦЫ НОВОСИБИРСКА? ЧТО НАХОДИТСЯ ЗА ДВОРАМИ, МИМО КОТОРЫХ МЫ РЕГУЛЯРНО ПРОЕЗЖАЕМ, ОТПРАВЛЯЯСЬ ПО СВОИМ ДЕЛАМ?**





Мало кто знает, но в самом центре города Новосибирска есть свой маленький кирпичный мир. Небольшой дворик, который пропитан духом любимого многими города Санкт-Петербурга. Маленький Питер расположен на пересечении Красного Проспекта и улицы Коммунистической. Недавно отреставрированное кирпичное здание скрывает внутри себя два «коридора» с дверьми, ведущими в культовые event-места Новосибирска: бары с крафтовыми\* напитками и едой, шоурумы и другие модные пространства. В пятницу вечером Маленький Питер живет отдельной жизнью, а рой молодых тусовщиков, толпящихся у входа, раскрывает прохожим тайну этого места. Крафт (craft) - «мастерство» или «ремесло». Этим прилагательным называют изделия, еду и напитки, изготовленные маленькими партиями, по индивидуальным (часто именным/авторским) рецептам.



## Вот этно да!

**Этнопарк в Заельцовском парке города Новосибирска** - это презентация не городской, но традиционной Сибири. Той, которую можно увидеть лишь в самых отдаленных и труднодоступных уголках нашего края: как живут оленеводы тундры, кочевники степей, охотники и рыбаки тайги.

**Вячеслав Карманов**, любезно встретивший редакцию NABS в чайной юрте, рассказал об этом удивительном месте.

### **Кому пришло в голову создать этот удивительный парк?**

Автор идеи - я. Раньше занимался туристическими экспедициями, а теперь полностью занят развитием этнопарка.

### **Как вы придумали это?**

Идея создания Этнопарка пришла из путешествий. Мы возим туристов по Тыве, Хакасии, Алтаю, Монголии (в основном москвичей и питерцев). Видим интересную самобытную жизнь, абсолютно адекватно адаптированную к современным реалиям. А потом, возвращаясь в Новосибирск, узнаем, что большинство новосибирцев, гордо именующих себя "сибиряками", о

Сибири не знает практически ничего. Более того, бытует множество мифов, не имеющих отношения к реальности.

### **Приведите пример?**

Многие считают все эти юрты и чумы давно исчезнувшей древностью. Затем и выставка - показать, что мир большой, интересный. Все это есть, все это рядом.

### **Это и является главной целью вашей работы, верно?**

Да. Проект призван стать путеводителем по Сибири - самобытной и уникальной, со всеми культурами и народами её населяющими.

### **В парке большое количество удивительных объектов. Откуда они?**

Юрты, чумы, яранги, расположенные на территории этнопарка - все это или оригинальные жилища, или их полноразмерные копии. Артефакты чайной юрты в большинстве своем привозим из путешествий.

Вячеслав  
Карманов







# BAROCHE



## BOUTIQUE SHOES NSK



Назови при покупке кодовое слово NABS и получи скидку 5%

vk: maribarochemsk

instagram: @maribaroche\_nsk

WhatsApp: +7(913)725-16-34



# MITIREVA

[GROUP]

частные  
и коммерческие **ФОТОУСЛУГИ**

т. 89133737386



**TAITY**

280 46 48  
taitysushi.ru

Доставка суши в Новосибирске

*Закажи меня скорей!*



#taity\_sushi #I\_love\_sushi

 taity\_taity\_taity  
 vk.com/taitysushi



Астролог Анна Пушка  
Whats app +77052288194  
@astrolog\_anna\_pushka

## ГОРОСКОП КРАСОТЫ ДЛЯ ВСЕХ ЗНАКОВ ЗОДИАКА

Лунным календарем пользовались даже наши предки. Ими было зафиксировано, что одни дни месяца благоприятны для процедур ухода за внешностью, другие - нет. Данный лунный календарь красоты на второе полугодие 2017 года составлен на основании положения Луны в знаках Зодиака. С учётом этого выделены дни, в которые не рекомендуется ничем заниматься, и дни, в которые показаны определённые виды процедур.

78

### Август

Благоприятно подстригать волосы, если хотите их отрастить, 1-6, 22-26

Лучше ничего не предпринимать 7, 14, 15, 27, 28

Если хотите замедлить рост волос – можно подстригаться в это время и делать эпиляцию и депиляцию 8-13, 16-20

Дни, благоприятные для начала диеты или разгрузочных процедур, 3, 10, 21, 24, 31

Дни, гармоничные для похода на массаж, 8, 9, 11, 18, 30, 31

Дни, подходящие для маникюра и педикюра (сочетайте эти дни с теми, которые указаны для стрижки, если хотите ускорить или замедлить рост ногтей), 3, 5, 6, 8-11, 16-25, 30-31

### Сентябрь

Благоприятно подстригать волосы, если хотите их отрастить, 1-5, 24-30

Лучше ничего не предпринимать 11, 23

Если хотите замедлить рост волос – можно подстригаться в это время и делать эпиляцию и депиляцию 7-10, 12-19

Дни, благоприятные для начала диеты или разгрузочных процедур,

1-3, 6, 10, 16-18, 25, 22, 28-30

Дни, гармоничные для похода на массаж, 5, 8, 14, 20, 24, 27-30

Дни, подходящие для маникюра и педикюра (сочетайте эти дни с теми, которые указаны для стрижки, если хотите ускорить или замедлить рост ногтей), 3, 5, 6, 8-10, 16-22, 24, 25, 30-31



## Октябрь

Благоприятно подстригать волосы, если хотите их отрастить, 1-4, 20-23,25-31

Лучше ничего не предпринимать 7,8,14,15,18,24,26,27

Если хотите замедлить рост волос – можно подстригаться в это время и делать эпиляцию и депиляцию 5-6,9-13,16,17

Дни, благоприятные для начала диеты или разгрузочных процедур, 1-4,6,13,16,19-23

Дни, гармоничные для похода на массаж, 5-7,9,11,12

Дни, подходящие для маникюра и педикюра (сочетайте эти дни с теми, которые указаны для стрижки, если хотите ускорить или замедлить рост ногтей), 1-6,9-13,16-25,28-31

## Ноябрь

Благоприятно подстригать волосы, если хотите их отрастить, 1-3,20-21,23-30

Лучше ничего не предпринимать 4,6,8,10,14,15,17-19,22,

Если хотите замедлить рост волос – можно подстригаться в это время и делать эпиляцию и депиляцию 5,7,11,27

Дни, благоприятные для начала диеты или разгрузочных процедур, 5,7,11-13,16,

Дни, гармоничные для похода на массаж, 1,7,11,12,13,20,27

Дни, подходящие для маникюра и педикюра (сочетайте эти дни с теми, которые указаны для стрижки, если хотите ускорить или замедлить рост ногтей), 1-5,7,9-12,16,23-30

## Декабрь

Благоприятно подстригать волосы, если хотите их отрастить, 19-22,27-31

Лучше ничего не предпринимать 1-4,6,8,9,14,16,17,23-26,

Если хотите замедлить рост волос – можно подстригаться в это время и делать эпиляцию и депиляцию 13,18,21,22

Дни, благоприятные для начала диеты или разгрузочных процедур, 5,7,10,15,27-30,

Дни, гармоничные для похода на массаж, 13,15,18,21,22,27-30

Дни, подходящие для маникюра и педикюра (сочетайте эти дни с теми, которые указаны для стрижки, если хотите ускорить или замедлить рост ногтей), 1-5,7-12,14-23,25-30



Оксана  
администратор  
NABS на Орджоникидзе  
**ОВЕН**



Екатерина  
финансовый менеджер  
сети NABS  
**ТЕЛЕЦ**



Татьяна  
мастер маникюра  
NABS на Кошурникова  
**ЛЕВ**

## BEAUTY-СЛОВАРЬ

Каждый день в Мире появляются всё новые beauty-приёмы и средства. NABS рекомендует быть в теме и изучить слова, которые все чаще звучат из уст визажистов.

**ВВ-крем (blemish balm)** - это средство, обеспечивающее тонирование, защиту от солнца, маскировку недостатков, а также anti-age эффект. Текстура ВВ-крема более плотная, чем у СС, но пигмента в нем меньше, чем в обычном тональном креме.

**СС-крем (color correction)** - легкий крем, корректирующий цвет кожи. Задача такого продукта – улучшить цвет лица.

**Глиттер** - в переводе с английского (glitter) означает «блеск». Глиттер представляет собой набор пайеток или блестящих крупинок, которые используются в макияже или для дизайна ногтей.

**Кайал** - мягкий карандаш с высокопигментированной формулой, которым подводят веко и слизистую глаза. От обычного карандаша для глаз его отличает мягкость и антисептические ингредиенты в составе.

**Контуринг** - вид макияжа, в котором лицо «скульптурируется» с помощью светлых и темных оттенков бежевого.

**Кушон** - губка-подушка, наполненная легким тональным флюидом.

**Патчи** - маски-наклейки под глаза, которые приклеиваются к коже и увлажняют ее, устраняют отеки.

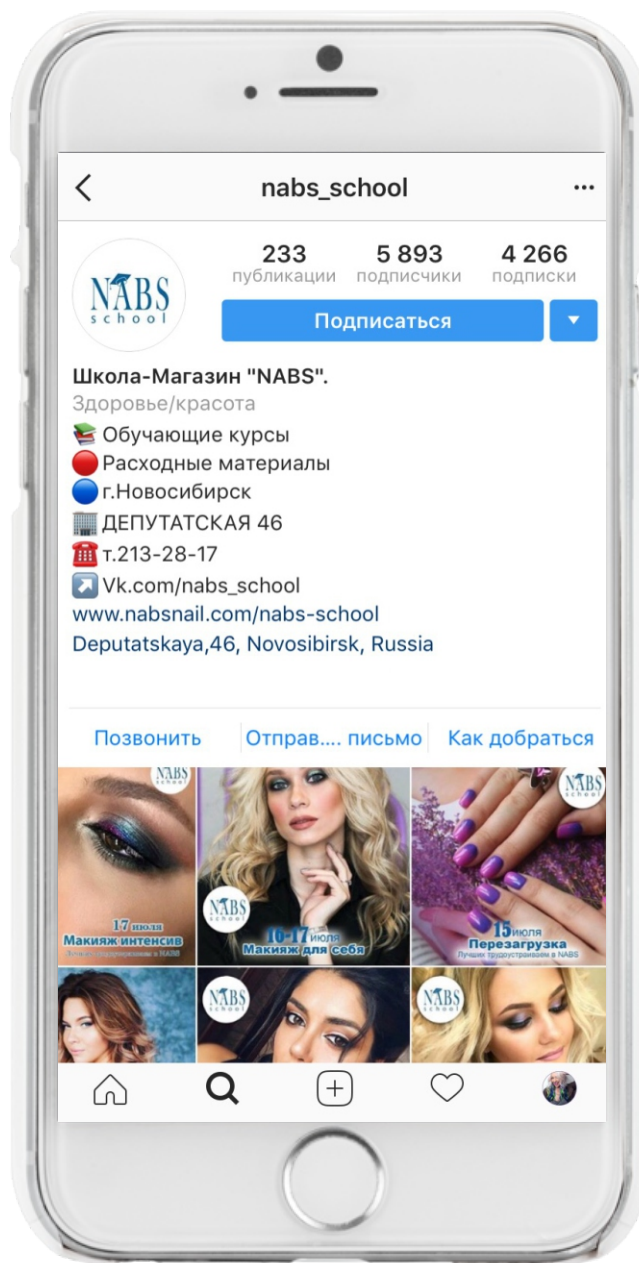
**Праймер** - это база под макияж, которая выравнивает кожу, скрывает расширенные поры, продлевает стойкость макияжа.

**Тинт** - жидкий пигмент для губ и щек, который впитывается в кожу, создавая эффект натурального румянца и «зацелованных» губ.

**Хайлайтер** - перламутровая пудра, с помощью которой можно создать красивое свечение кожи.

**Стробинг** - вид макияжа, в котором с помощью хайлайтера создается эффект «влажной» светящейся кожи.

# SCHOOL & SHOP

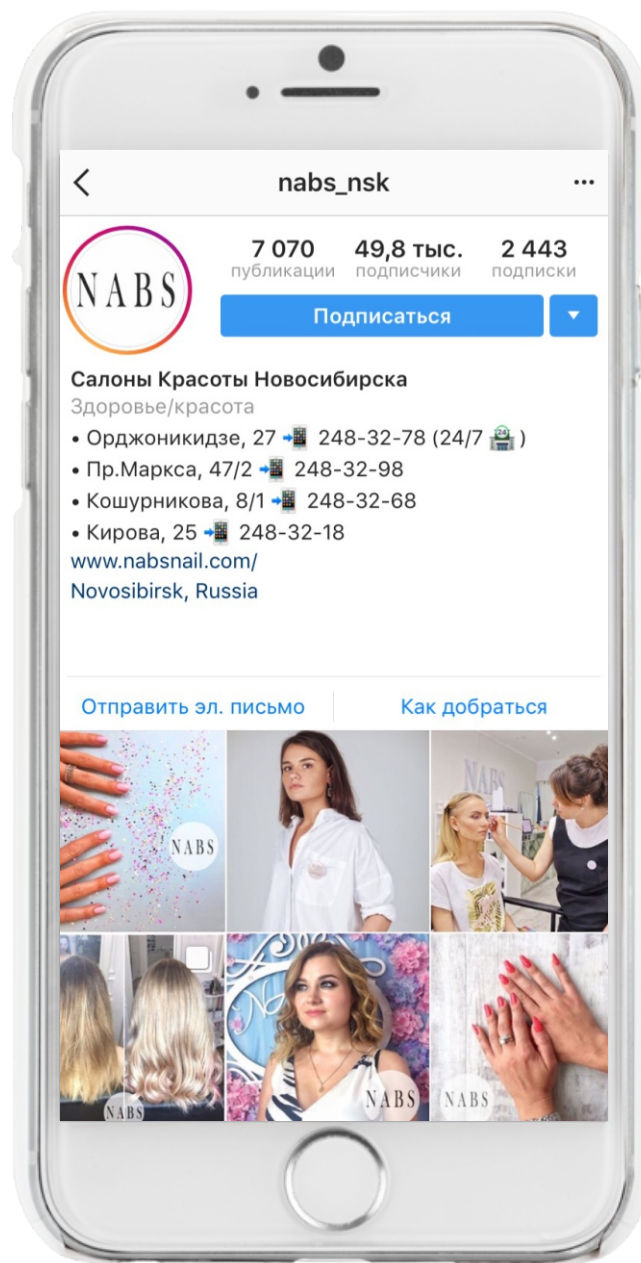


@nabs\_school

## Сеть салонов красоты NABS

- Новосибирск, Орджоникидзе, 27
  - Новосибирск, Кирова, 25
  - Новосибирск, проспект Карла Маркса, 47/2
  - Новосибирск, Кошурникова, 8/1
  
  - Томск, проспект Фрунзе, 25
  - Томск, Говорова, 46
  
  - Омск, Маршала Жукова, 76
  
  - Барнаул, проспект Ленина, 39
  
  - Красноярск, Карла Маркса, 123
  
  - Новокузнецк, проспект Metallургов, 38
- 
- Perfect Style, галерея итальянской одежды  
Красный проспект, 37
  - Второе дыхание, центр бодифлекса  
Щетинкина, 49
  - Abend, стоматологическая клиника  
Орджоникидзе, 43А
  - Лаванда, цветочная мастерская  
Фрунзе, 49
  - COMMODE trendshop  
Советская, 52/1
  - Eva Shafran Shop  
Фрунзе, 5

# INSTAGRAM



@nabs\_nsk