

Business DIALOG Media

RBC

Russian Business Guide

11/174 апрель 2022



With the
support of the
CCI of Russia

www.tpprf.ru •

12+

ENG + РУС

ТЕМЫ НОМЕРА:

ЭСТЕТИЧЕСКАЯ
ХИРУРГИЯ РОССИИ

ТРЕНДЫ В СФЕРЕ
БЛАГОУСТРОЙСТВА

РЕГИОН НОМЕРА:

КРАСНОЯРСКИЙ
КРАЙ

САБИТ АЛИЕВ:

«ЛИДЕР ДОЛЖЕН БЫТЬ
ПРИМЕРОМ, А НЕ СИЛОЙ»

R.O.C.S.[®]

REMINERALIZING ORAL CARE SYSTEMS

SMART ORAL CARE*

PRO

PRO-Clinical
Solutions



ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ РЕШЕНИЯ
ДЛЯ ПОЛНОГО СПЕКТРА КЛИНИЧЕСКИХ СИТУАЦИЙ

РАЗРАБОТАНО ДОКТОРАМИ



www.rocs.ru



* Умная гигиена полости рта. Товар сертифицирован. Реклама.

ООО «Диарси Центр» ОГРН 1067746306495, юр. адрес: 142800, Россия, Московская область, г. Ступино, село Старая Ситня, километр 5-й (Автодорога Ступино-Малино тер.), вл. 1, стр. 1.

Russian Business Guide

www.rbgmedia.ru

Деловое издание, рассказывающее о развитии, отраслях, перспективах, персоналиях бизнеса в России и за рубежом.

12+

Учредитель и издатель: **ООО «БИЗНЕС-ДИАЛОГ МЕДИА»** при поддержке ТПП РФ

Редакционный совет:

Максим Фатеев, Вадим Винокуров, Наталья Чернышова

Главный редактор:

Мария Суворовская

Заместитель директора по коммерческим вопросам:

Ирина Длугач

Редактор номера: **Елена Александрова**

Дизайн/вёрстка: **Александр Лобов**

Корреспонденты: **Елена Александрова,**

Александра Убоженко, Виктория Лукьянова

Перевод: **Мария Ключко, Лилиана Альтапова**

Дирекция развития и PR: **Наталья Фастова,**

Алёна Ремизова, Виолетта Скулкина,

Кира Кузмина

Фотограф: **Ольга Можияян**

Отпечатано в типографии ООО «ВИВА-СТАР»,

г. Москва, ул. Электрозаводская, д. 20, стр. 3.

Материалы, отмеченные значком R или «РЕКЛАМА», публикуются на правах рекламы. Мнение авторов не обязательно должно совпадать с мнением редакции.

Перепечатка материалов и их использование в

любой форме допускается только с разрешения

редакции издания «Бизнес-Диалог Медиа».

Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Адрес редакции: **143966, Московская область,**

г. Реутов, ул. Победы, д. 2, пом. 1, комн. 23.

E-mail: mail@b-d-m.ru

Тел.: +7 (495) 730 55 50 (доб. 5700).

Издатель: **ООО «Бизнес-Диалог Медиа».**

Зарегистрировано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-65967 от 6 июня 2016.

Russian Business Guide № 11/174 апрель 2022.

Дата выхода в свет: 18.04.2022.

Тираж: **30000. Цена свободная.**

Russian Business Guide

www.rbgmedia.ru

Business publication about development, industries, prospects, business personalities in Russia and abroad.

12+

Founder and publisher:

BUSINESS DIALOG MEDIA LLC

with the support of the CCI of Russia

Editing Group: **Maxim Fateev,**

Vadim Vinokurov, Natalia Chernyshova

The editor-in-chief:

Maria Sergeevna Suvorovskaya

Managing Editor: **Elena Aleksandrova**

Deputy Marketing Director:

Irina Vladimirovna Dlugach

Designer: **Alexandr Lobov**

Translation: **Maria Klyuchko**

Printed in the printing house of VIVASTAR LLC, Moscow,

ul. Elektroavodskaya, 20, building 3.

Materials marked R or "ADVERTISING" are published

as advertising. The opinion of the authors does

not necessarily coincide with the editorial opinion.

Reprinting of materials and their use in any form is

allowed only with the permission of the editorial office

of the publication Business-Dialog Media.

Materials are not reviewed and returned.

Address: **23-1-2 ul. Pobedi, Reutov,**

the Moscow region, 143966.

E-mail: mail@b-d-m.ru

Тел.: +7 (495) 730 55 50, доб. 5700.

Publisher: Business-Dialog Media LLC.

Registered by the Federal Service for Supervision of Communications, Information Technology, and Mass Media. The mass media registration certificate

PI # FS77-65967 from June 6, 2016.

Russian Business Guide № 11/174 April 2022.

Дата выпуска: 18.04.2022.

Издание: **30000 copies. Open price.**

2

САБИТ АЛИЕВ, КЛИНИКА «ЦЕНТР-ЭСТЕТ»:

«ЛИДЕР ДОЛЖЕН БЫТЬ ПРИМЕРОМ, А НЕ СИЛОЙ»

6

КЛИНИКА ДОКТОРА ГРУЗДЕВА:

«НИТЕВАЯ ИМПЛАНТОЛОГИЯ – НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ КОСМЕТОЛОГИИ!»

10

ДМИТРИЙ СОПОЦИНСКИЙ, АВТОРСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ SK DENT:

«ВИНИРЫ КАК ИСКУССТВО. ПРИМЕРИТЬ НОВУЮ УЛЫБКУ И НЕ ОШИБИТЬСЯ С ВЫБОРОМ»

14

КСЕНИЯ ПУСТОВАЯ, «ШКОЛА ДИЕТОЛОГОВ»:

«ВСЁ О ГОРМОНАХ СЧАСТЬЯ»

18

АЛЕКСАНДР РОМАНЦОВ, WEST DENTAL CLINIC:

«ЦИФРОВАЯ СТОМАТОЛОГИЯ – РЕАЛЬНОСТЬ УЖЕ СЕГОДНЯ!»

22

ШАХАНА МАГАРРАМОВА, СЕТЬ САЛОНОВ КРАСОТЫ «ДАЛИ»:

ПУСТЬ КАЖДАЯ ЖЕНЩИНА ПОЧУВСТВУЕТ СЕБЯ БОГИНЕЙ!

24

НАТАЛЬЯ КИТАЕВА:

«ИДЕОЛОГИЯ КОМАНДЫ ALGORI-M – ИДЕОЛОГИЯ СОВЕРШЕНСТВА!»

28

РОМАН ХРАМОВ, «НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ»:

«ИГРОВЫЕ ПРОСТРАНСТВА БУДУЩЕГО»

32

МАРИЯ КУЛЬКОВА, «ДРАФТ»:

«ДЕЛАЮ ДОРОГИ БЕЗОПАСНЫМИ И УДОБНЫМИ»

36

ИРИНА СИНГАЕВСКАЯ, «МАРУСИН САД»:

«СЕГОДНЯ В ТРЕНДЕ КРАСИВЫЙ САД, А НЕ ДОРОГИЕ ЧАСЫ ИЛИ АВТОМОБИЛЬ»

40

РАФАЭЛЬ ШАГЕЕВ:

«ЦЕНТРАЛЬНО-СИБИРСКАЯ ТОРГОВО-ПРОМЫШЛЕННАЯ ПАЛАТА ПОМОГАЕТ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯМ ДОСТИГАТЬ ГЛАВНЫХ ЦЕЛЕЙ»

42

ЯКОВ ЯЛАНСКИЙ, КОМБИНАТ «ВОЛНА»:

«БОГАТАЯ ИСТОРИЯ, УСТОЙЧИВОЕ НАСТОЯЩЕЕ, АМБИЦИОЗНЫЕ ПЛАНЫ»

46

ИЛЬЯ КРЕМЕР:

СОЛДАТ ПОБЕДЫ, ЯРКИЙ ПРОФЕССОР, ЧУТКИЙ ПЕДАГОГ



Business DIALOG Media

RBG
Russian Business Guide

Сабит Алиев:

«ЛИДЕР ДОЛЖЕН БЫТЬ ПРИМЕРОМ, А НЕ СИЛОЙ»

Начинать беседу с врачом-стоматологом с вопроса «Над чем вы сейчас работаете?», на первый взгляд, немного странно. Но это только в том случае, если не знать, что герой нашего интервью Сабит Алиев не только создатель и главный врач клиники «Центр-Эстет», но ещё и писатель, член Союза писателей России, автор нескольких книг, опубликованных в России и в Азербайджане...



«РОССИЯ, СПАСИБО!»

– Год назад, сначала в электронном виде, а затем и на бумаге, в издательстве «Ридеро» вышла книга «Мой дом Шуша», рассказывающая историю трагедии карабахской семьи, пережившей тяготы войны. Сейчас работаю над новой книгой, у которой будет совсем новый для меня стиль, новый сюжет, в котором будет повествоваться и про войну, и про первый Карабахский конфликт. Где война, там и драма... В 2021 году президентом Союза российских писателей я был награждён медалью имени Сергея Есенина в честь 125-летия со дня рождения поэта. Медалью награждаются номинанты национальной литературной премии «Русь моя». А уже в этом году был награждён за значительный вклад в развитие русской литературы медалью имени Ф. М. Достоевского. Торжественная церемония вручения медалей в честь 200-летия великого русского писателя Фёдора Достоевского состоялась в концертном зале правительства Москвы. Россия, спасибо!

БЕЗ УПОРСТВА НЕТ УСПЕХА

– **Драматизма в нашей жизни, увы, хватает. Свой «вклад» в «сюжет» внесла ещё и пандемия. Как отразилась она на другой стороне вашей жизни и работы: на стоматологической? Как повлияла и на число пациентов, и вообще на развитие клиники?**

– Я всё ещё хорошо помню день, когда вышел первый приказ о том, что мы, стоматологи, имеем право принимать пациентов только с острой болью. Честно говоря, я очень удивился, по той причине, что стоматология, как и вся медицина, – это всё-таки такая сфера, где СанПиН Российской Федерации действуют всегда, а не только в чрезвычайных обстоятельствах. К тому же Роспотребнадзор нас проверяет регулярно. И конечно же, все мы – врачи, медики – знаем и применяем

правила асептики и антисептики повсеместно. Мы у входа в клинику поставили антисептики, и мои администраторы, люди, встречающие пациентов, напоминали всем о необходимости обрабатывать руки. Наблюдая за людьми, я открыл для себя один факт и был очень удивлён этому: у многих практически не было элементарного понимания необходимости соблюдения гигиены, и только пандемия заставила их, наконец, мыть руки. Это, наверное, один из её плюсов, если, конечно, у смертельно опасного заболевания вообще могут быть какие-то плюсы... Действительно, пациентов было, наверное, процентов на 20-30 меньше. И дело не только в запретах. Многие люди сами боялись выходить из дома, особенно старшее поколение. Я их понимаю. Дороже, чем здоровье, в жизни нет ничего. Что же касается нас, нашей клиники – вы знаете, я абсолютно уверен, что успех требует упорства. В любой ситуации, в любом случае. Если бы мы решили, что из-за пандемии нам лучше закрыть одну из (на тот момент) двух наших клиник и отправлять её пациентов в другую, мы потеряли бы больше. Деньги, может быть, и сэкономили бы, но клинику потеряли. Но мы выстояли, мы упорно, как и всегда, на высшем уровне принимали всех наших пациентов. Победило упорство. Я всегда стараюсь быть примером для коллектива и абсолютно уверен, что лидер должен быть примером, а не силой. И сейчас непросто: хоть работаем в прежнем штатном режиме, но и готовим к открытию третью клинику в центре Москвы.

«ЕСЛИ ВАШ СТОМАТОЛОГ ДЕЛАЕТ ВАМ БОЛЬНО, ЗНАЧИТ, ВАМ БОЛЬШЕ НЕ СТОИТ К НЕМУ ХОДИТЬ!»

– **Давайте поговорим о знакомом всем чувстве, о страхе. Многие люди боятся зубных врачей. По старой памяти, ещё**

с советских времён, когда ужас навевал сам внешний вид оборудования стоматологического кабинета, когда не было нормальных обезболивающих. Сейчас изменилось многое, если не всё, но... Как этот страх преодолеть?

– Да, стоматолога бояться все, абсолютно все. Но люди, которые родились и выросли в Советском Союзе, действительно боятся больше. Потому что они другого в своё время не видели. Как этот страх убрать? Только доверием к врачу. По своему опыту могу сказать, что те, у кого такое доверие есть, те, кто уже бывал у нас, – они приходят и спокойно садятся в кресло. Хоть советский это человек, хоть постсоветский. Садятся, и мы работаем, и всё в порядке. А когда доверия ещё нет, когда человек пришёл в первый раз, не знает нашу клинику, наши руки, не уверен в наших знаниях, у него страха, конечно, больше. Убрать это невозможно, человек сам должен работать над собой. Что касается оборудования, то, знаете, я очень часто привожу такой пример: когда-то мы жили и знали, что самая хорошая машина – это «Волга», у моего отца такая была. Но потом всё изменилось и мы поняли, что «Волга» – это... Что есть «Мерседес» и другие автомобили, гораздо более комфортные. Точно также в советское время стоматология была одна, а сейчас совершенно другая. Сегодня стоматолог и боль – понятия несовместимые. Если ваш стоматолог делает вам больно, значит, вам больше не стоит к нему ходить!

ЧЕЛОВЕК, ОСОЗНАВШИЙ СВОЮ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПЕРЕД ДРУГИМИ, НИКОГДА НЕ ОТКАЖЕТСЯ ОТ ЖИЗНИ

– **Теперь практически тот же вопрос, но уже как к писателю. Ведь страшно людям бывает не только перед кабинетом зубного врача, но и перед будущим... Можно ли и как преодолеть этот страх?**

– Знаете, давать советы о будущем – дело неблагодарное. Я и сам... не то что боюсь, но всё время о будущем думаю. И пока не понимаю, как всё будет, но... Знаете, я читал книгу австрийского психолога Виктора Франкла – человека, пережившего холокост, концлагеря. Он пишет, что там очень многие думали о будущем, многие боялись его. Выжили только те, кто был занят. Занят своим делом: «Человек, осознавший свою ответственность перед другим человеком или перед делом, именно на него возложенным, никогда не откажется от жизни. Он знает, зачем существует, и поэтому найдёт в себе силы вытерпеть почти любое». Вот такие слова. То есть нужно просто заниматься своим делом, о страшном много не думать, потому что есть вещи, которые от нас не зависят. От себя – несколько слов: если мы ищем смысл в жизни, то мы должны понять и принять, что страдание, трудности – это часть смысла нашей жизни. Для полноценности жизни трудности должны быть.

ГЛУПО ПЫТАТЬСЯ ЧТО-ТО БРАТЬ ТАМ, ГДЕ ТЫ НИЧЕГО НЕ ПОЛОЖИЛ

– Помимо стоматологии и литературы, у вас появилось ещё одно дело. Я имею в виду детский центр «Восход». Что он собой представляет? Для кого создан?

– Это организация не медицинская, не лечебная. Это коррекционный центр для особенных детей, для аутистов. Создавал его я сам. Дело в том, что мой младший сын – аутист, а у таких детей свой мир. Мы с супругой, как и все, наверное, родители, были состоянием своего ребёнка обеспокоены и начали искать людей, которые могли бы помочь в его реабилитации. Поняли, что для того, чтобы «кухню» этого дела узнать лучше, изнутри, нужно создать что-то своё. Моя супруга – врач, она бросила работу, отучилась снова и теперь руководит этим центром. «Восход» – это не пансионат и не интернат, рабочий график у нас – с 9 утра до 6 вечера. В нём таких – особенных – детей учат, как писать, как считать, как общаться с людьми. У нас в центре очень сильная поведенческая аналитика.



– Много ли детей посещает «Восход»? И как в него попасть тем, у кого сложилась подобная ситуация?

– Сегодня их около сорока. Дело в том, что в последние годы таких детей становится всё больше и больше. И они все разные, двух одинаковых нет, даже близнецы-аутисты и то отличаются друг от друга. А находят нас родители через сайт, через социальные сети. Записываются, приходят сначала к специалисту, который, общаясь с ребёнком, понимает, с чего начать. И начинают посещать ежедневно.

– Легко ли было открыть такой центр? Вам кто-нибудь помогал? Государство, например...

– К государству я не обращался. Помощи не было, сами справлялись как могли. Да я и не жду никогда ничего и ни от кого. Я всегда верю в свои силы и всё делаю сам «с нуля». С другой стороны, я понимаю, что пытаться что-то брать там, где ты ничего не положил, – глупо. Если ты ничего не посеял, ничего и не вырастет.

«НАБЛЮДАЯ ЗА СОБОЙ, Я МЕНЯЮСЬ»

– Вернёмся к литературе: наверняка у героев ваших книг есть прототипы, в том числе среди ваших друзей-знакомых. Как они на это реагируют?

– Чаще всего они себя не узнают... Проблема в том, что мы не видим себя со стороны. А наблюдать за собой нужно. Но в современном мире времени для этого нет. Хотя на то, чтобы сидеть в интернете и прокручивать страницу за страницей, оно почему-то находится... Самая большая проблема – наблюдение за собой. Если ты умеешь со стороны наблюдать, как

ты выглядишь, как ты поступаешь с разными людьми, значит, ты можешь, опираясь на это, меняться и сам что-то улучшать в себе. Если нет, то ничего не будет. Вдобавок должна быть и самокритика. Если мы думаем, что идеальны, значит, и нет повода для изменений.

– А вы за собой наблюдаете? Какие черты своего характера вам не нравятся?

– Наверное, жёсткость. Я очень жёсткий человек: знаю, что некоторые принципы давно изъели себя, они уже не нужны, но, знаете, трудно расстаться с тем, с чем ты вырос. Но я меняюсь. По чуть-чуть, понемногу... Но самая, пожалуй, большая моя проблема – это эмоциональность.

– Следующий вопрос к вам не как к врачу, не как к стоматологу, а как к писателю: какие «болезни» человека, его характера вы считаете самыми ужасными?

– Я бы сказал, что это эгоизм. Непонимание другого человека. Нежелание его понять, войти в его положение. Люди почему-то думают, что все им должны. Мы почему-то склонны считать себя важнее всех других и всего другого. Я неверующий человек. Моя вера – это природа. Недавно у меня был разговор с одним знакомым, я спросил его: «Почему ты думаешь, что для природы ты важнее, чем, например... вот этот кузнечик? Ты на него хоть раз смотрел? Ты видел, насколько это изящное создание? Почему ты считаешь, что для природы ты важнее, чем он? Почему ты ведёшь себя как эгоист, как нарцисс?! – Не путать с цветком... – Ведёшь себя так, как будто ничто живое, кроме тебя, не достойно ни уважения, ни любви, ни понимания...»

– Можно ли человека от его недостатков излечить, как можно вылечить больные зубы? Или это не лечится...

– До конца, наверное, нельзя, но какие-то черты характера поправить можно. Как уже говорил, нужны самокритика, наблюдение за собой – это первое. А второе – литература. Знаете, я недавно узнал человека, которому уже больше 40 лет, но он не прочитал ни одной книги! Я был в шоке. Ночь не спал! Я такого не понимаю. Человек, который не читает... – он не может меняться. – Возражу вам словами другого человека: «Так много хороших книг, а люди продолжают воевать, обманывать, убивать...» Я не видел ни разу, чтобы читающий интеллигентный человек был вором...

– Когда бывает грустно, когда бывает плохо, что лично вам даёт силы, надежду на то, что всё будет хорошо?

– Наверное, мои дети...

Сайт клиники «Центр-Эстет»:

WWW.CENTR-ESTET.RU

Сайт Детского центра «Восход»:

https://abavoskhod.ru

Беседовал Алексей Сокольский





Sabit Aliev:

"A LEADER
MUST BE AN
EXAMPLE,
NOT A FORCE"

To start a conversation with a dentist with the question "What are you working on now?" But only if you don't know that the hero of our interview Sabit Aliev is not only the founder and chief doctor of the clinic "Center-Asthet", but also he is a writer, member of the Union of Russian Writers, author of several books published in Russia and Azerbaijan...

RUSSIA, THANK YOU!

– A year ago, first in electronic form and then in hard copy, my book "My Home is Shusha" was published by Ridero publishing house, telling the story of the tragedy of a Karabakh family who lived through the hardships of war. Now I am working on a new book, which will have a completely new style for me, a new story that will tell about the war, and about the first Karabakh conflict. Where there is war, there is drama... In 2021, the Presidium of the Union of Russian Writers awarded me the Sergei Yesenin Medal in honor of the 125th anniversary of the birth of the poet. The medal is awarded to nominees of the national literary prize "My Russia". And already this year he was awarded for his significant contribution to the development of Russian literature medal named after F. M. Dostoyevsky. The ceremony of awarding medals in honor of the 200th anniversary of the great Russian writer Fyodor Dostoevsky was held in the concert hall of the Moscow City Government. Russia, thank you!

WITHOUT PERSISTENCE THERE IS NO SUCCESS

– *Dramatism in our lives, alas, is plentiful. The pandemic also made its "contribution" to the "plot". How has it affected the other side of your life and work – the dental field? How did it affect the number of patients and the development of the clinic in general?*

– I still remember well the day when the first order came out that we – dentists, have the right to accept only patients with acute pain. To be honest, I was very surprised, because dentistry, like all medicine, is after all a field where the SanPiNs of the Russian Federation are always in force, not only in extraordinary circumstances. In addition, we are regularly inspected by Rospotrebnadzor. And, of course, all of us – doctors and physicians – know and

apply aseptic and antiseptic rules everywhere. We put antiseptics at the entrance to the clinic, and my administrators, the people who greet patients, reminded everyone to treat their hands. Watching people, I discovered one fact and was very surprised by it: many people had almost no basic understanding of the need for hygiene, and only the pandemic forced them to finally wash their hands. That must have been one of its pluses, if, of course, a deadly disease can have any pluses at all... Indeed, there were probably 20-30 percent fewer patients. And it wasn't just because of bans. Many people were themselves afraid to go out, especially the older generation. I understand them. Nothing in life is more expensive than health. As for us, our clinic – you know, I'm absolutely sure that success requires persistence. In any situation, in any case. If we had decided that because of the pandemic we had better close one of, at that time, our two clinics, and send her patients to the other clinic, we would have lost more. We might have saved money, but we would have lost the clinic. But we endured, we persevered, as we always have, at the highest level of care for all of our patients. Persistence won. I always try to be a role model for the team, and I am absolutely convinced that the leader must be an example, not a force. And now we are not just working as usual, but we are preparing to open our third clinic in the center of Moscow.

IF YOUR DENTIST IS HURTING YOU, YOU SHOULDN'T GO ANYMORE!

– *Let's talk about a familiar feeling, fear. Many people are afraid of dentists. From old memories, from Soviet times, when horror was inspired by the very appearance of the dental office equipment, when there were no normal anesthetics. Now a lot, if not everything, has changed, but... How do you overcome that fear?*

– Yes, everyone, absolutely everyone, is afraid of the dentist. But people who were born and raised in the Soviet Union are really more afraid. Because they have not seen anything else in their time. How do you take that fear away? Only by trusting the doctor. From my experience, I can say that those who have such trust, those who have been here before, they come and calmly sit in the chair. Whether they are Soviet or post-Soviet. They sit down, and we work, and everything is fine. And when you do not trust, when a person comes for the first time, does not know our clinic, our hands, not confident in our knowledge, he certainly has more fear. It is impossible to remove it, the person has to work on himself. As for equipment, you know, I often cite this example: once we lived and knew that the best car – this "Volga", my father had one. But then everything changed and we realized that the Volga was... That there are Mercedes and other cars that are much more comfortable. Similarly, in Soviet times dentistry was one thing, and now it's completely different. Today the dentist and pain are incompatible. If your dentist hurts you, then you shouldn't go to him anymore!

A PERSON WHO IS AWARE OF THEIR RESPONSIBILITY TO OTHERS WILL NEVER GIVE UP ON LIFE

– *Now basically the same question, but now as a writer. After all, people are afraid not only in front of the dentist's office, but also in front of the future ... Is it possible and how to overcome this fear?*

– You know, giving advice about the future – a thankless task. I'm... not that I'm afraid, but I think about the future all the time. And I don't know what it's going to be like yet, but... You know, I read a book by the Austrian psychologist Viktor Frankl,

a man who survived the Holocaust and concentration camps. He writes that there a lot of people thought about the future, a lot of people were afraid of it. Only those who were busy survived. Busy with their work: "A man who is aware of his responsibility to another person or to the work entrusted to him will never give up on life. He knows why he exists, and therefore will find the strength to endure almost anything." These are the words. That is, you just have to mind your own business, do not think much about terrible things, because there are things that do not depend on us. A few words of my own: if we are looking for meaning in our life, then we must understand and accept that suffering, hardship, is part of the meaning of our life. For life to be meaningful, hardship must be there.

IT IS FOOLISH TO TRY TO TAKE SOMETHING WHERE YOU PUT NOTHING

– Besides dentistry and literature, you've got another thing coming up. I'm referring to the Voskhod Children's Center. What is it? Who is it for?

– It's not a medical or therapeutic organization. It's a correctional center for special children, for autistic children. I created it myself. The fact is that my youngest son is autistic, and such children have their own world. My wife and I, like probably all parents, were concerned about our child's condition and started looking for people who could help with his rehabilitation. We realized that in order to know the "kitchen" of this business better, from the inside, we needed to create something of our own. My wife is a doctor; she quit her job, studied again and now runs this center. "Voskhod" is neither a boarding school nor a residential home, and our working hours are from 9 a.m. to 6 p.m. They teach these

special children how to write, how to count, and how to communicate with people. We have a very strong behavioral analysis at the center.

– How many kids go to Voskhod? And how do those who have a similar situation get into it?

– Today there are about forty. The fact is that in recent years there have been more and more such children. And they are all different, no two are alike, even autistic twins are different. And parents find us through the website, through social networks. They make an appointment, first they come to a specialist who, after talking to their child, understands where to start. And they start visiting daily.

– Was it easy to open such a center? Did anyone help you? The state, for example...

– I didn't turn to the government. There was no help, we managed on our own as best we could. And I never expect anything from anybody. I always believe in my own strength and do everything on my own, from the ground up. On the other hand, I understand that trying to take something where you have not put anything is stupid. If you don't sow anything, nothing will grow.

"OBSERVING MYSELF CHANGES ME"

– Let's go back to literature: surely the characters in your books have prototypes, including among your friends and acquaintances. How do they react to this?

– More often than not, they don't recognize themselves... The problem is that we don't see ourselves from the outside. And it is necessary to observe yourself. But in today's world, there is no time for that. Although to sit on the Internet and scroll page after page, somehow

there is time... The biggest problem is self-observation. If you know how to observe from the outside how you look, how you act with different people, then you can build on that, change and improve something in yourself. If not, nothing will happen. On top of that, there has to be self-criticism. If we think that we are perfect, then there is no reason to change.

– And you watch yourself? What traits of your character do you dislike?

– Probably the stiffness. I'm a very rigid person: I know that some principles have long ago eaten themselves away, they're no longer needed, but, you know – it's hard to part with what you've grown up with. But I'm changing. Little by little, little by little... But my biggest problem is probably my emotionalism.

– The next question for you, not as a doctor, not as a dentist, but as a writer: what do you consider to be the worst "illnesses" of a person, of his character?

– I would say it's selfishness. The lack of understanding of the other person. An unwillingness to understand them, to get into their position. People, for some reason, think that everyone owes them. For some reason we tend to think of ourselves as more important than everyone else and everything else. I am not a person of faith. My faith is nature. I recently had a conversation with an acquaintance and I asked him, "Why do you think you are more important to nature than, for example, this grasshopper, for example? Have you ever looked at it? Have you seen how graceful this creature is? Why do you think you're more important to nature than it is? Why do you act like an egotist, like a narcissist?! – Not to be confused with a flower... – You behave as if nothing living but you is worthy of respect, love, or understanding..."

– Can a man be cured of his faults, as you can cure sore teeth? Or is he not cured...

– Probably not to the end, but it is possible to correct some character traits. As I said before, you need self-criticism and self-observation, that's the first thing. And the second is literature. You know, I recently met a man who is over 40 years old, but he hasn't read a single book! I was shocked. I couldn't sleep at night! I don't understand that. A person who doesn't read – he can't change. – I'll tell you in the words of another person: "There are so many good books, and people still fight, cheat, kill..." I have never once seen an intelligent person who reads be a thief...

– When you feel sad, when you feel bad, what gives you personally the strength, the hope that everything will be okay?

– Probably my children...



WWW.CENTR-ESTET.RU
<https://abavoskhod.ru>

Interviewed by Alexey Sokolsky



«Нитевая имплантология — НАСТОЯЩЕЕ И БУДУЩЕЕ КОСМЕТОЛОГИИ!»

– Денис Анатольевич, почему медицинское сообщество довольно долго относилось с недоверием к нитевой имплантологии? Что представляет собой технология сегодня? Какие преимущества в ней скрыты?

– Действительно, только в конце прошлого столетия нитевая имплантология обрела популярность. Около двух десятков лет назад подобная процедура преподносилась как панацея от старения, однако золотая нить содержала минимальное количество, да и то не всегда. Чаще при производстве использовались сплавы. Эффект, как правило, держался недолго, гладкие нити не могли полноценно подтягивать ткани. По этой причине технологии довольно продолжительное время дорабатывались. В наши дни косметологические нити изготавливаются из высокотехнологичных материалов и бывают не только прозрачными, но и цветными. Хочу заметить, что на поверхности кожи цвет

никак не проявляется, так как нити устанавливаются достаточно глубоко в тканях.

Нитевая имплантология имеет массу преимуществ: после процедуры выравнивается кожа, подтягиваются ткани, устраняются эстетические недостатки, при этом исключается эффект изменения черт лица, отсутствуют следы вмешательства. Нити никак не ощущаются даже при прикосновении и не видны. Пациенты довольно быстро восстанавливаются, примерно за пять дней. Риска осложнений и проявления побочных эффектов практически нет, тогда как результат сравним с круговой подтяжкой лица.

– Какие нити используются в Клинике доктора Груздева? Каких результатов можно добиться с помощью современной нитевой имплантологии?

– В Клинике доктора Груздева применяются все сертифицированные виды нитей различных брендов. Врачи-косметологи

ДЕНИС АНАТОЛЬЕВИЧ ГРУЗДЕВ:

- УЧРЕДИТЕЛЬ И РУКОВОДИТЕЛЬ СЕТИ КЛИНИК «КЛИНИКА ДОКТОРА ГРУЗДЕВА»;
- ПРЕЗИДЕНТ АНИ (АССОЦИАЦИЯ НИТЕВЫХ ИМПЛАНТОЛОГОВ);
- ЭКСПЕРТ В ОБЛАСТИ БЕЗОПЕРАЦИОННОГО НИТЕВОГО ЛИФТИНГА ЛИЦА И ТЕЛА;
- АВТОР ЗАПАТЕНТОВАННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ НИТЕВОЙ ИМПЛАНТОЛОГИИ.

В марте 2022 года в Санкт-Петербурге состоялся второй Международный конгресс по нитевой имплантологии, инициатором мероприятия выступила Ассоциация нитевых имплантологов. Профессиональная организация является первой и единственной в России по нитевым технологиям омоложения в сфере эстетической медицины. Впервые более чем за 20 лет нитевые технологии стали главной научной темой и центром пристального внимания медицинского сообщества. Денис Груздев, хирург, дерматолог, косметолог, лидер в области нитевой имплантологии в России и за рубежом, рассказал нам о сути косметологического метода, деятельности АНИ, итогах двух прошедших конгрессов и планах на будущее.

успешно комбинируют нити, подбирая индивидуальные решения для конкретного пациента. Каждый вид нитей помогает решать определённые проблемы, и задача специалиста – грамотно выбрать один или несколько видов нитей с учётом состояния кожи пациента и желаемого результата. Благодаря этому нитевая имплантология подходит людям в возрасте от 25 до 75 лет и старше.

При помощи нитевой имплантологии можно улучшить качество кожи на лице и теле, подтянуть обвисшие с возрастом ткани, устранить морщины, брыли, складки, отсрочить процессы старения, поднять брови, создать чёткий овал лица, смоделировать форму носа.

– Денис Анатольевич, вы не только доктор-новатор, но и общественный деятель. Расскажите о созданной вами Ассоциации нитевых имплантологов.

– АНИ (ранее – ОСМНТ) – первая и единственная в России профессиональ-

ная организация по нитевым технологиям омоложения в сфере эстетической медицины. Её миссия – в осуществлении научно-исследовательской, просветительской, организационной и образовательной деятельности на всей территории РФ, а именно – в популяризации и развитии методов нитевого лифтинга. Нами движет общая цель: развитие отечественной системы здравоохранения и эстетической медицины. Главной задачей АНИ является создание единой профессиональной организации, обладающей развитой структурой саморегулирования, тесно взаимодействующей с обществом, государством и международными профессиональными объединениями в сфере эстетической медицины.

Данная профессиональная организация объединяет специалистов и клиники, использующие технологии нитевого омоложения, учебные центры, ведущих сертифицированных специалистов по обучению нитевым методам, а также самых известных международных торговых представителей предприятий-производителей косметологических и хирургических нитей.

– За два года работы вам удалось провести уже второй Международный конгресс по нитевой имплантологии. Какие темы поднимались на прошедших мероприятиях? Какое мнение/впечатление оставили о конгрессах ваши коллеги?

– Наш конгресс – единственное в мире мероприятие, научная программа которого сфокусирована на применении нитевых технологий и эффективном сочетании их с другими методиками эстетической медицины. Нитевая имплантология активно развивается уже на протяжении трёх десятилетий, но своё достойное место между косметологией и пластической хирургией она заняла не сразу. Первопроходцам этого направления потребовались годы напряжённого труда и упорства, чтобы доказать медицинскому сообществу эффективность и феноменальные возможности нитевой имплантологии. Мы решили объединить опыт и талант, науку и вдохновение, медицину и искусство!

Первый «Международный конгресс по нитевой имплантологии: новая веха в развитии эстетической медицины» состоялся в мае 2021 года в Санкт-Петербурге. Организатором мероприятия выступил Северо-Западный медицинский учебный центр последипломного образования (СЗМУЦПО) при поддержке Ассоциации нитевых имплантологов. Событие такого масштаба впервые проходило не только в России, но и в мире. За 20 лет существования нитевые технологии стали главной научной темой.

Научная программа первого конгресса объединила три секции: «Авторские методики нитевой имплантологии», «Сочетанные методики эстетической коррекции», «Профилактика и лечение осложнений в нитевой имплантологии». Доклады были

СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР ПОСЛЕДИПЛОМНОГО ОБРАЗОВАНИЯ (СЗМУЦПО):

АДРЕС: САНКТ-ПЕТЕРБУРГ,
УЛ. БОЛЬШАЯ РАЗНОЧИННАЯ,
ДОМ 27, 1 ЭТАЖ.

ТЕЛ: +7 950 226-70-70

E-MAIL: MAIL@SZMUCPO.RU

САЙТ: WWW.SZMUCPO.RU

АССОЦИАЦИЯ НИТЕВЫХ ИМПАНТОЛОГОВ (АНИ):

АДРЕС: САНКТ-ПЕТЕРБУРГ,
УЛ. БОЛЬШАЯ РАЗНОЧИННАЯ,
ДОМ 27, 1 ЭТАЖ.

ТЕЛ: +7 950 226-70-70

E-MAIL: CONGRESS@OSMNT.RU

САЙТ: WWW.OSMNT.RU



подобраны таким образом, что программа представляла интерес и была полезна как начинающим врачам-имплантологам, так и опытным специалистам.

В рамках мероприятия были рассмотрены разные грани нитевой имплантологии, включая азы любой медицинской специализации – анатомию, а также более углублённые темы, такие как авторские нитевые методики, сочетанные процедуры, осложнения нитевой имплантологии, правовые аспекты в работе врача-косметолога.

Участниками первого Международного конгресса по нитевой имплантологии стали порядка 150 человек. Среди них присутствовали врачи-косметологи, пластические хирурги из разных городов России, а также дистрибьюторы и производители аппаратов и препаратов для эстетической медицины из Франции, Южной Кореи, Израиля.

Второй «Международный конгресс по нитевой имплантологии: уверенный курс на развитие» прошёл совсем недавно, 4-5 марта 2022 года, также в Санкт-Петербурге. В рамках второго мероприятия продолжилась работа над развитием этой

авторитетной площадки для конструктивного многостороннего диалога. Приоритетом был выбран комплексный подход, основанный на межведомственном взаимодействии. Основным направлением совместной работы участников на протяжении двух дней стали обмен мнениями и обсуждение теоретических и практических аспектов нитевой имплантологии.

Научная программа конгресса объединила девять секций – в три раза больше, чем в прошлом году. Все участники отметили широкий спектр обсуждаемых вопросов. Тема осложнений после нитевого лифтинга заняла одно из центральных мест в научной программе конгресса. Были рассмотрены классификация осложнений, причины их возникновения, способы лечения и профилактики.

Впервые в рамках конгресса прошла программа для руководителей клиник и медицинских центров «Драйверы эффективной работы клиники эстетической медицины в современных реалиях». Ещё одним новшеством на втором МКНИ стало проведение трансляций видеопроцедур в режиме реального времени. И прямые эфиры, и доклады спикеров завершались бурными дискуссиями, так что участникам зачастую не хватало времени на обсуждение из-за строгого регламента.

– Что ещё нового было на втором МКНИ?

– Мы совместили даты конгресса с кадавер-курсом для нитевых имплантологов: сразу после него прошёл мой двухдневный обучающий курс. Таким образом, состоялось масштабное 5-дневное обучение – с 4 по 8 марта. Это очень удобно для коллег из других регионов: получить концентрат знаний и навыков за одну поездку. В следующем году мы продолжим это начинание.

Огромная ценность мероприятий такого масштаба в возможности общения специалистов в сфере эстетической медицины, обмена опытом, обсуждения насущных вопросов, подведения промежуточных итогов, формирования планов дальнейшего развития нитевых технологий. Благодаря таким мероприятиям нитевая имплантология вырастает в отдельный пласт, который находится между косметологией и пластической хирургией.

Мы приглашаем всех, кто практикует нитевые методики уже много лет или только начинает постигать тонкости мастерства, стать участниками нашего будущего конгресса и бронировать места заранее.

– Поделитесь профессиональными планами на будущее.

– Я стремлюсь к расширению: открытию филиалов Ассоциации нитевых имплантологов в других городах и регионах нашей страны.

Подготовила Дарья Бакарина

"THREAD IMPLANTOLOGY – THE PRESENT AND FUTURE OF COSMETOLOGY!"

In March 2022, St. Petersburg hosted the Second International Congress on Thread Implantology, initiated by the Association of Thread Implantologists. The professional organization is the first and only one in Russia for thread rejuvenation technologies in the field of aesthetic medicine. For the first time in over 20 years, the thread technologies became the main scientific topic and the center of attention of the medical community. Denis Gruzdev, surgeon, dermatologist, cosmetologist, leader in the field of thread implantology in Russia and abroad, told us about the essence of the cosmetic method, the activity of the ANI, the results of the last two congresses and the plans for the future.



– Denis Anatolievich, why has the medical community treated thread implantology with distrust for quite a long time? What is the technology today? What advantages are hidden in it?

– Indeed, only at the end of the last century thread implantology became popular. About two decades ago this procedure was presented as a panacea for aging, but the gold in the threads contained a minimal amount, and not always. More often alloys were used in the production. The effect, as a rule, lasted not for a long time, smooth threads could not tighten fully the tissues. For this reason, the technology is quite a long time to be finalized. Nowadays, cosmetic threads are made of high-tech materials and are not only transparent, but also colored. I want to note that on the surface of the skin color is not manifested, as the threads are installed deep enough in the tissues.

Thread implantology has many advantages: after the procedure, the skin is smoothed, the tissues are tightened, aesthetic flaws are eliminated, and the effect of facial features changes is excluded, there are no traces of intervention. The threads do not feel at all,

DENIS ANATOLIEVICH GRUZDEV:

- FOUNDER AND HEAD OF DR. GRUZDEV CLINIC NETWORK OF CLINICS;
- PRESIDENT OF ANI (ASSOCIATION OF THREAD IMPLANTOLOGISTS);
- EXPERT IN NON-SURGICAL THREAD ELEVATOR FOR FACE AND BODY; AUTHOR OF PATENTED TECHNOLOGIES OF THREAD IMPLANTOLOGY.

even when touched, and are not visible. Patients recover rather quickly, in about five days. There is practically no risk of complications and side effects, while the result is comparable to a circular face lift.

– What threads are used at Doctor Gruzdev Clinic? What results can be achieved with the help of modern thread implantology?

– All certified types of threads of different brands are used in Dr. Gruzdev Clinic. Cosmetic surgeons successfully combine the threads, selecting individual solutions for a particular patient. Each type of thread helps to solve specific problems and the task of the specialist – to intelligently choose one or more types of threads, taking into account the patient's skin condition and the desired result. Because of this, thread implantology is suitable for people aged 25 to 75 years and older.

With the help of thread implantology you can: improve the quality of the skin on the face and body, tighten sagging tissues with age, eliminate wrinkles, eyebrows, folds, delay the aging process, raise eyebrows, create a clear facial oval, model the shape of the nose.

– *Denis Anatolievich, you are not only an innovative doctor, but also a public figure. Tell us about the Association of Thread Implantologists you founded.*

– The ANI (formerly OSMNT) is the first and only professional organization in Russia working with thread rejuvenation technologies in the field of aesthetic medicine. Its mission is to carry out research, education, organizational and educational activities throughout the Russian Federation, namely, the popularization and development of thread lifting techniques. We are driven by a common goal: the development of the national health care system and aesthetic medicine. The main objective of the ANI is the creation of a single professional organization, which has a developed structure of self-regulation, working closely with society, the state and international professional associations in the field of aesthetic medicine.

This professional organization unites specialists and clinics using the technology of thread rejuvenation, training centers, leading certified specialists in training of thread methods, as well as the most famous international sales representatives of companies-manufacturers of cosmetic and surgical threads.

– *In two years you have already managed to hold the second International Congress on Thread Implantology. What topics were raised at these events? What were your colleagues' opinions/impressions about the congresses?*

– Our congress is the only event in the world, the scientific program of which is focused on the application of thread technologies and their effective combination with other methods of aesthetic medicine. Thread implantology has been actively developing for three decades, but it has not taken its rightful place between cosmetology and plastic surgery. The pioneers of this field required years of hard work and persistence to prove to the medical community the effectiveness and phenomenal capabilities of thread implantology. We decided to combine experience and talent, science and inspiration, medicine and art!

The first International Congress of thread implantology “New Milestone in the Development of Aesthetic Medicine” took place in May 2021 in St. Petersburg. The event was organized by the North-West Medical Training Center of Post-Graduate Education (NWMTCE) and supported by the Association of Thread Implantologists. The event of such a scale was held for the first time not only in Russia but also in the world. For 20 years of its existence, the thread technologies became the main scientific theme.

The scientific program of the first congress united three sections: “Author’s methods of thread implantology”, “Combined methods of aesthetic correction”, “Prevention and treatment of complications in thread implantology”. The reports were compiled in such a way that the program was interesting



and useful for both beginners and experienced implantologists.

The event covered various facets of the thread implantology, including the basics of any medical specialty – anatomy, as well as more in-depth topics, such as author’s thread techniques, combined procedures, complications of thread implantology, legal aspects in the work of a cosmetologist.

About 150 people became participants of the I International Congress of thread implantology. Among them were: doctors-cosmetologists, plastic surgeons from different Russian cities as well as distributors and manufacturers of devices and preparations for aesthetic medicine from France, South Korea and Israel.

The II International Congress of Thread Implantology “Sure course for development” took place quite recently, also in St. Petersburg on March 4–5, 2022. The second event continued the development of this authoritative platform for constructive multilateral dialogue. A comprehensive approach based on interdepartmental interaction was chosen as a priority. The main direction of the participants’ joint work during two days was the exchange of opinions and discussion of theoretical and practical aspects of thread implantology.

The scientific program of the congress united nine sections, three times more than last year. All participants noted the wide range of issues discussed. The topic of complications after thread elevator took one of the central places in the scientific program of the congress. Classification of complications, their causes, treatment and prevention methods were considered.

For the first time at the congress a program for the heads of clinics and medical centers “The Drivers of effective work of the clinic of aesthetic medicine in the modern realities” was held. Another innovation at the II ICTR



NORTH-WEST MEDICAL TRAINING CENTER OF POSTGRADUATE EDUCATION (NWMTCE):

ADDRESS: ST. PETERSBURG, 27
BOLSHAYA
RAZNOCHINNAYA ST.,
1ST FLOOR.
TEL.: +7 950 226-70-70
E-MAIL: MAIL@SZMUCPO.RU
WEBSITE: WWW.SZMUCPO.RU

ASSOCIATION OF THREAD IMPLANTOLOGISTS (ANI):

ADDRESS: ST. PETERSBURG,
27 BOLSHAYA
RAZNOCHINNAYA ST.,
1ST FLOOR.
TEL.: +7 950 226-70-70
E-MAIL: CONGRESS@OSMNT.RU
WEBSITE: WWW.OSMNT.RU

was video broadcasting of procedures in real time. Both live broadcasts, and reports of speakers ended with heated debate, so that participants often did not have time to discuss – because of the strict schedule.

– *What else was new at the Second ICTR?*

– We combined the dates of the Congress with the cadaver course for thread implantologists: it was immediately followed by my two-day training course. Thus, a large-scale 5-day training took place from March 4 to 8. This is very convenient for colleagues from other regions: to get a concentration of knowledge and skills in one trip. Next year we will continue this initiative.

The great value of events of this scale in the possibility of communication between professionals in the field of aesthetic medicine, sharing experiences, discussing pressing issues, summing up the interim results, the formation of plans for further development of thread technologies. Thanks to such events thread implantology is growing into a separate layer that lies between cosmetology and plastic surgery.

We invite all those who have been practicing thread techniques for many years or are just starting to comprehend the subtleties of the skill to become participants of our future Congress and to book seats in advance.

– *Share your professional plans for the future.*

– I am looking forward to expanding: opening branches of the Association of Thread Implantologists in other cities and regions of our country.

Prepared by Daria Bakarina



ВИНИРЫ КАК ИСКУССТВО ПРИМЕРИТЬ НОВУЮ УЛЫБКУ И НЕ ОШИБИТЬСЯ С ВЫБОРОМ



Точный план-расчёт и цифровой дизайн улыбки, разработанный с помощью искусственного интеллекта.

Примерить виниры без вреда для зубов, прежде чем инвестировать в голливудскую улыбку.

Омоложение через протезирование.

О возможностях развития современной эстетической стоматологии – Дмитрий Сопоцинский, стоматолог-ортопед авторской стоматологии SK DENT, которая специализируется на интегративном подходе и применяет методики омоложения через решение стоматологических проблем.

ОТ НЕЙРОСЕТЕВОЙ ДИАГНОСТИКИ ДО ВИРТУАЛЬНОЙ КОПИИ ПАЦИЕНТА

– **Дмитрий Вячеславович, с чего начинается подготовка к созданию голливудской улыбки?**

– Любое лечение должно начинаться с подготовки – качественной, углублённой и многосторонней диагностики. Это золотой стандарт современной стоматологии. Вы не можете прийти к врачу, сказать: «Хочу виниры» – и получить их уже завтра. Иначе результат будет не тем, на который вы рассчитываете.

Мы всегда начинаем с компьютерной томографии – трёхмерного снимка зубочелюстной системы. Причём наш томограф оснащён специальной программой – это нейросеть или, по сути, искусственный интеллект. Врач рассматривает снимки, исходя из собственного опыта и знаний. А программа – путём анализа и сравнения миллионов клинических случаев, собранных по всему миру, – помогает врачу увидеть ещё больше, подсказывает скрытые проблемы. То есть уже после первых нескольких минут обследования мы выявляем все стоматологические проблемы, имеющиеся у пациента.

Второй этап – это функциональная диагностика, она же – динамическая. С помощью аксиографа, миографа, цифровой дуги мы проводим оценку движения нижней челюсти, снимаем параметры прикуса, а значит, понимаем, как человек говорит, как смыкаются зубы между собой во время разговора и жевания – если говорить медицинскими терминами, это называется «окклюзия». Мы сканируем лицо: анализируем, как формируется улыбка, есть ли асимметрия, как работает и в каком состоянии нижнечелюстной сустав, мышечный корсет лица.

– **Диагностика даёт действительно уникальные данные о человеке. А что врач делает с ними дальше?**

– Дальше мы создаём полную виртуальную копию человека. И уже в программе прорабатываем модель будущей улыбки, причём речь идёт не только о винирах. При правильном подходе так должно планироваться любое лечение. Да, небольшой кариес на одном зубе можно вылечить без углублённой диагностики. Но если речь идёт о восстановлении зубов, имплантации, ортодонтическом лечении, когда изменяется положение зубов, корректируются размер и форма челюстей, нужно тщательно продумать, как зубы будут смыкаться и как это повлияет на весь организм, тут очень важна детальная проработка каждого шага.

С ТОЧНОСТЬЮ ДО МИКРОНА: НОВАЯ УЛЫБКА В 3D-ФОРМАТЕ

– **Сколько виниров нужно поставить, чтобы получить максимально ослепительную улыбку?**

– Для того чтобы получить действительно красивую улыбку, нужно проводить тотальную работу, то есть ставить 12-14 виниров на одну челюсть. Конечно, можно отреставрировать только 4-6 передних зубов верхней челюсти, но это неправильно и зачастую даже опасно, так как можно нарушить прикус. А с точки зрения эстетики при открытой улыбке будет заметна разница между фронтальной зоной и боковыми зубами. Кроме того, винирами мы часто корректируем форму зубов, а не только цвет, поэтому разница будет ещё ощутимее.

Для того чтобы была полная гармония, важно ставить виниры на полный ряд – на те зубы, которые формируют улыбку. Для кого-то это 10 зубов, но чаще всего – 12 или даже 14. Многие считают, что нижние зубы не видно, но это не так. Если провести восстановление только верхнего ряда, подсознательно будет некомфортно: и во время открытого, заливистого смеха, и при разговоре придётся себя контролировать, сдерживать эмоции, чтобы окружающим не была заметна разница.

– Такая тотальная работа обойдётся достаточно дорого. Хочется быть уверенным в результате...

– Да, вы абсолютно правы. Поэтому у нас есть очень интересная услуга: можно «примерить» будущую улыбку. Причём не только на компьютере, но и буквально на себе.



**Убедитесь в результате,
прежде чем инвестировать
в лечение: вам доступна
уникальная услуга примерки
виниров в авторской
стоматологии SK DENT.**



После углублённой диагностики мы проводим 3D-планирование. И на передовой опять же цифровые технологии и помощь искусственного интеллекта. Программы для дизайна позволяют провести оценку сотен тысяч точек лица пациента. При моделировании новой улыбки учитываются разрез и цвет глаз, форма и симметрия лица, оттенок кожи, как располагаются уголки губ, как губы прикрывают зубы. И в этом помогают данные, которые мы получили на этапе диагностики. В результате мы понимаем, как можно скорректировать форму зубов, улыбку и даже внешность человека. При этом программы используют данные «золотого сечения» и «маски красоты», так что внешность изменит-

ся после протезирования достаточно сильно. И только в лучшую сторону.

– Но картинка и реальность – это могут быть две совершенно разные вещи?

– Только в непрофессиональных руках! После 3D-моделирования мы создаём дизайн-проект, то есть пошаговый план реализации. В нём учитываются все нюансы, а значит, пациент получит тот результат, который увидел на картинке.

Но мы пошли ещё дальше: из специально-го лёгкого композита мы изготовим временные виниры согласно дизайн-проекту. Они фиксируются без обточки эмали, надёжно держатся в течение 7-10 дней и легко снимаются также без повреждения зубов. Выглядят очень естественно и максимально приближены к итоговому результату. Так можно понять, подойдут ли вам виниры, комфортно ли будет с ними, то есть в буквальном смысле примерить новую улыбку.

А можно, например, сделать это перед каким-то событием: свадьбой, юбилеем, деловым ужином, подписанием важного контракта. Конечно, при условии бережной эксплуатации.

**ОМОЛОЖЕНИЕ ЧЕРЕЗ
ПРОТЕЗИРОВАНИЕ: УБРАТЬ МОРЩИНЫ
БЕЗ ФИЛЛЕРОВ И ПОДТЯЖКИ**

– Современная эстетическая стоматология развивается на стыке с косметологией и даже пластической хирургией.



**Углублённая диагностика,
3D-планирование, установка
под цифровым контролем,
расширенные гарантии и
ежегодная забота после
лечения. Ваша новая
улыбка – это уверенность
и высокий статус.**

И преображения многих пациентов показывают, что можно стать моложе лет на десять, всего лишь исправив проблемы с зубами... Как такое возможно?

– Красивая улыбка, которой доволен сам человек, – это уверенность в себе. А значит, внутренний комфорт, прямая осанка, огонёк во взгляде. Это уже минус 5-7 лет. Ещё столько же – восстановление утраченных зубов, нормализация прикуса, правильное положение нижней челюсти. Это позволяет избавиться от двойного подбородка, подтянуть овал лица, разгладить носогубные складки без филлеров и подтяжки. После установки виниров становятся чуть более объёмными губы, что опять же влияет на профиль, состояние кожи вокруг рта.

Но всё это возможно только в комплексе. К примеру, после диагностики в нашей клинике для обсуждения каждого случая собирается команда врачей разных специальностей, создаётся консилиум: мы анализируем ситуацию со всех сторон, подбираем самые оптимальные варианты решения конкретных проблем каждого пациента. Особенно это касается сложных задач.

– Стоимость одного винира – порядка 30-50 тыс. рублей. Цена достаточно высокая: какие есть гарантии того, что накладки проработают долго?

– Виниры успешно и очень надёжно держатся не меньше 10-12 лет, после может потребоваться немного поработать с десной, провести шлифовку поверхности, но только если это будет нужно. Залог успеха – в качественной диагностике, проработке каждого шага лечения, бережной подготовке поверхности зубов, выборе передовых наноматериалов, изготовлении виниров и, разумеется, в мастерстве врача. Каждый человек индивидуален, и при проработке плана нужно учитывать не только исходное состояние полости рта и зубочелюстной системы, но также особенности питания, специфику работы, качество гигиены.

Изготовление виниров – сложная, кропотливая работа, но она того стоит. В результате наши пациенты получают не просто красивую улыбку. Они меняют внешность и даже качество жизни.



**Авторская стоматология
SK DENT
г. Москва, ул. Николоямская, 36/1
8 (800) 500-56-42,
8 (495) 445-56-42
www.skdent.ru**

VENEERS AS ART TRY ON A NEW SMILE AND DON'T GO WRONG

Accurate plan-calculating and digitally designing your smile with Artificial Intelligence. Try on veneers without harming your teeth before investing in a Hollywood smile. Rejuvenation through dentures. About the possibilities of modern aesthetic dentistry – Dmitry Sopotsinsky, orthopedic dentist at SK DENT Dentistry, which specializes in the integrative approach and uses methods to rejuvenate through dentistry.



SK DENT Art Dentistry
Moscow,
Nikoloyamskaya St., 36/1

**8 (800) 500-56-42,
8 (495) 445-56-42**

www.skdent.ru

FROM NEURAL NETWORK DIAGNOSTICS TO A VIRTUAL COPY OF THE PATIENT

- Dmitry Vyacheslavovich, how does preparation for a Hollywood smile begin?

– Any treatment has to start with preparation – quality, in-depth, versatile diagnostics. This is the gold standard of modern dentistry. You can't go to the doctor, say "I want veneers" and get them tomorrow. Otherwise, the result will not be what you expect.

We always start with a CT scan – a three-dimensional picture of the maxillofacial system. And our scanner is equipped with a special program – it's a neural network, or, in fact, artificial intelligence. The doctor considers the images based on his own experience and knowledge. And the program – by analyzing and comparing millions of clinical cases collected all over the world – helps the doctor to see even more, suggests hidden problems. That is, after the first few minutes of examination, we identify all the dental problems the patient has.

The second stage is functional diagnostics, also known as dynamic diagnostics. Using an axiograph, myograph, and digital arch, we evaluate the movement of the lower jaw, take bite parameters, which means we understand how a person speaks and how the teeth close together during speaking and chewing – in medical terms, this is called occlusion. We scan the face – we analyze how the smile is formed, if there is asymmetry, how the mandibular joint and the facial muscular corset work and are in good condition.

– Diagnostics gives really unique data about a person. And what does the doctor do with them next?

– Then we create a full virtual copy of the person. And we work out the model of the future smile, and we are not just talking about veneers. With the right approach, any treatment should be planned this way. Yes, a small decay on one tooth can be treated without in-depth diagnosis. But if we are talking about the restoration of teeth, implants, orthodontic treatment, when the position of teeth is changed, size and shape of jaws is corrected, it is necessary to think thoroughly about how teeth will fit together and how it will affect the whole body – detailed elaboration of every step is very important here.

PRECISE TO THE MICRON: A NEW SMILE IN 3D

– *How many veneers does it take to get the most dazzling smile?*

- In order to get a really beautiful smile, it is necessary to do a total work, i.e. to put 12-14 veneers on 1 jaw. Of course, it is possible to restore only 4-6 front teeth of the upper jaw, but it is wrong and often even dangerous, because it can disrupt the bite. And in terms of aesthetics, with an open smile, the difference between the front and the side teeth will be noticeable. Also, with veneers, we often correct the shape of the teeth, not just the color, so the difference will be even more noticeable.

In order for there to be complete harmony, it is important to place veneers on the full row – on those teeth that form the smile. For some, it is 10 teeth, but more often it is 12 or even 14. Many people think that the lower teeth are not visible – but they are not. If you spend only the restoration of the upper row, subconsciously it will be uncomfortable – and during an open, pouring laughter or when speaking you will have to control yourself, restrain your emotions – so that others around you will not notice the difference.

- *Such a total work would be quite expensive. You want to be sure of the result...*

– Yes, you're absolutely right. That's why we have a very interesting service – you can “try on” your future smile. And not only on the computer, but literally, on yourself.

**Convince offers result
before investing in your
treatment: SK DENT offers
a unique veneer fitting
service at SK DENT.**

After detailed diagnostics, we carry out a 3D planning. Once again, digital technology and the help of artificial



In-depth diagnosis, 3D planning, digitally controlled fitting, extended warranties and annual aftercare. Your new smile is confidence and high status.

intelligence are at the forefront. Design programs allow us to evaluate hundreds of thousands of points on the patient's face. When modeling a new smile, the cut and color of the eyes, the shape and symmetry of the face, the shade of the skin, how the corners of the lips are positioned, and how the lips cover the teeth are taken into account. And this is aided by the data we obtained during the diagnostic phase. As a result, we understand how we can correct the shape of teeth, the smile and even a person's appearance. The programs use data from the "golden section" and "beauty masks", so that the appearance will change quite a lot after prosthetics. And only for the better.

– But picture and reality can be two completely different things?

– Only in non-professional hands! After 3D modeling, we create a design project, i.e. a step-by-step implementation plan. It takes into account all the nuances, so the patient gets the result that he saw in the picture.

We go one step further – using a special lightweight composite, we make temporary veneers according to the design project. They are fixed without grind marks, hold securely for 7-10 days and are easily removable without damaging the teeth. They look very natural and are as close as possible to the final result. In this way, you can see if the veneers fit and feel comfortable with them – in other words, you can literally try on your new smile.

Or you can, for example, do it before an important event – a wedding, an anniversary, a business dinner or the signing of an important contract. Subject to gentle use, of course.

REJUVENATION THROUGH DENTURES: REMOVE WRINKLES WITHOUT FILLERS AND FACIAL LIFT

– Modern dentistry goes hand in hand with cosmetology and even plastic surgery. The transformations show that it is possible to become 10 years younger just by correcting dental problems... How is it possible?

– A beautiful smile, which a person is happy with, is self-confidence. It means inner comfort, straight posture, a light in the eyes. That's already minus five or seven years. The same amount of time is restoration of lost teeth, normalization of bite and correct position of the lower jaw. This allows getting

rid of double chins, tightening the facial oval, smoothing nasolabial folds without fillers and lifts. After the placement of veneers the lips become a little more voluminous, which again affects the profile, the condition of the skin around the mouth.

But all this is only possible in combination. For example, after the diagnosis in our clinic a team of doctors of different specialties is gathered to discuss each case, a consilium is created – we analyze the situation from all sides and select the best solutions for the specific problems of each patient. This is especially true for complicated problems.

– The cost of a single veneer is about 30-50 thousand rubles. The price is quite high – what guarantee is there that the veneers will last for a long time?

– Veneers successfully and very reliably last at least 10-12 years, after that you may need to do some work on the gums, to grind the surface – but only if it is needed. The key to success is in quality diagnosis, working through each step of the treatment, careful preparation of the tooth surface, the choice of advanced nanomaterials, the fabrication of veneers and, of course, the skill of the doctor. Each person is different, and when working out a plan, not only the initial condition of the mouth and dentition, but also the characteristics of the diet, the specifics of work, the quality of hygiene should be taken into account.

Making veneers is difficult, painstaking work, but it's worth it. As a result, our patients don't just get a beautiful smile. They change their appearance and even their quality of life.



ГОРМОНЫ СЧАСТЬЯ

А вы знали, что нами управляют гормоны? Они заставляют нас веселиться, злиться, хотеть есть, голодать, заниматься любовью и радоваться жизни!

Весной особенно хочется быть счастливым, правда? О гормонах счастья нам рассказала Ксения Пустовая – нутрициолог, основатель центра дистанционного образования «Школа Диетологов» и «Университета персонализированной диетологии и нутрициологии», социального проекта «Здоровое поколение».

– Ксения, расскажите, как работают гормоны?

– Работа нашего организма (отдельных органов и целых систем) подвержена нейрогуморальной регуляции. Это означает, что все процессы контролируют нервная и гормональная системы. Нейрогуморальную регуляцию осуществляет гипоталамо-гипофизарная система (состоит из гипоталамуса и гипофиза), контролирующая качественное и количественное содержание гормонов в крови.

Гормоны – химические вещества, вырабатываемые эндокринными железами и выделяемые в кровь. Кровью гормоны адресно разносятся по организму, где они стимулируют или снижают активность клеточ-мишеней. Через клетки-мишени гормоны оказывают действие на все жизненно важные функции организма.

– А как гормоны управляют нами?

– Гормоны управляют ростом и работой клеток, органов и систем, а также служат нейромедиаторами. В организме человека гормоны используются для того, чтобы поддерживать гомеостаз и регулировать функции: рост, обмен веществ, развитие. Большое влияние гормоны оказывают на поведение человека. Во многом такие нежные чувства, как любовь, привязанность, самопожертвование, альтруизм, желание близости, романтика, зависят от гормонов.

– Какие гормоны отвечают за чувство счастья и радости?

– К основным гормонам, вызывающим положительные эмоции счастья и радости, относятся серотонин, окситоцин, дофамин и эндорфин. Расскажу вам о каждом из них.

Серотонин – внутренний антидепрессант. Считается гормоном тщеславия, удовольствия и юмора. Помогает регулировать циркадные ритмы, настроение, сон, аппетит, пищеварение, способность к обучению и память. Способен влиять на ощущение благополучия, повышение самооценки, помогать концентрироваться и расслабляться. Отвечает за реализацию, построение планов.

Эндорфин – гормон-борец против боли. Вырабатывается чаще всего в экстремальных ситуациях. Выполняет функцию нейротрансмиттера, перенося сигнал от центральной нервной системы по нейронной цепи. Является естественным обезболивающим, которое организм вырабатывает в ответ на стресс или дискомфорт. Эндорфины минимизируют дискомфорт и боль, увеличивая удовольствие и чувство радости, улучшают настроение и дают ощущение счастья. Это помогает нашему организму продолжать функционировать, несмотря на травму или боль.

Дофамин – гормон хорошего самочувствия. Связан с чувством удовольствия и с мотивацией в поиске этого удовольствия. Его выработка связана с приятными ощу-

щениями, обучением, памятью, двигательными функциями. Помогает запоминать информацию, является ключевым фактором в процессе ассоциативного обучения. Любопытство, импульсивность и склонность к рискованному поведению в значительной степени зависят от выработки дофамина. При недостатке этого гормона человек может испытывать отсутствие мотивации, скуку, плохое настроение, тревожность, депрессивные состояния.

Окситоцин – гормон любви и привязанности. Долгое время окситоцин считали только женским гормоном, который помогает матке сокращаться после родов, влияет на выработку молока, помогает устанавливать и укреплять психологическую связь между матерью и младенцем. Но исследования последних лет показали, что окситоцин является общим гормоном для мужчин и женщин, так как отвечает за социальное взаимодействие и способствует укреплению доверия и эмпатии. С его помощью устанавливаются крепкие связи между родителями и детьми. Телесные объятия и дружелюбное общение усиливают ощущение счастья и позволяют лучше выстраивать социальные связи.

– О нехватке каких гормонов может сигнализировать организм, если нет энергии и наблюдается состояние, близкое к депрессии?

– Состояние подавленности и упадка сил могут вызывать дефицитные состояния нескольких гормонов. Например, при нехватке в организме серотонина и дофамина возникают симптомы хронической усталости и отсутствия мотивации, подавленное настроение, состояние депрессии.

Усталость, снижение работоспособности и нехватка жизненной энергии могут говорить о высоком уровне кортизола (гормон стресса). Но при наличии данных симптомов особое внимание стоит уделить состоянию гормонального баланса щитовидной железы. Недостаток выработки гормонов щитовидной железы называется гипотиреозом. В этом состоянии человек чувствует постоянную усталость, сонливость, снижается работоспособность, ухудшается память. Обратите внимание на дополнительную симптоматику гипотиреоза: сухость кожи, ломкость ногтей, отеки, запоры. Также проявлению таких симптомов у мужчин способствует низкая выработка тестостерона.

– Анализы на какие гормоны стоит сдать в первую очередь?

– Для проверки состояния щитовидной железы нужно сдать следующие анализы на гормоны:

- тиреотропный гормон (ТТГ);
- трийодтиронин свободный (Т3);
- тироксин свободный (Т4);
- антитела к тиреопероксидазе;
- онкомаркер кальцитонин.

Для определения уровня кортизола в крови сдают анализ венозной крови на кортизол (гидрокортизон). Минимум за 10-12 часов до теста нужно исключить приём лекарств, крепкого чая и кофе. Перед утренним забором крови следует хорошо выспаться и не курить минимум три часа. Для определения уровня тестостерона в крови необходимо сдать анализ венозной крови при наличии депрессии, повышенной утомляемости, сниженной концентрации внимания, подавленного состояния.

– А как восполнить дефицитное состояние гормонов?

– Это возможно с помощью нутрицевтиков, рационального питания, здорового образа жизни. Но при высокой степени недостатка выработки гормонов необходимы консультация специалиста и проведение комплексного обследования.

– Мы можем повлиять на выработку гормонов счастья?

– Можем: например, физическая активность помогает производству дофамина (достигнув желаемой формы, человек получает удовольствие), серотонина (с физической нагрузкой уходит депрессия), эндорфинов (они уменьшают боль в мышцах после силовых тренировок). Посещение новых мест, интересных мероприятий, расслабляющий массаж – всё, что способно вызвать улыбку, стимулирует производство серотонина и эндорфинов. Это умеренный солнечный свет: под воздействием ультрафиолетовых лучей организм человека производит витамин D, от наличия которого напрямую зависит выработка серотонина; продукты, повышающие выработку гормонов счастья, игра с домашними животными, объятия и поцелуи с любимыми людьми, медитации.

– А какие продукты необходимо включить в свой рацион?

– Продукты, повышающие выработку серотонина в кишечнике: яблоки, ячмень, свёкла, бобовые, цитрусовые, грибы, лук, чеснок. Продукты, содержащие триптофан (аминокислота, предшественник серотонина): говядина, курица, индейка, яйца, треска, лосось, сыр, спирулина. Выработке дофамина помогут продукты, содержащие аминокислоту тирозин: красное мясо, жирная рыба, бананы, орехи, морские водоросли, авокадо, соя, молоко, сыр, творог, петрушка. В некоторых растениях содержится вещество, по своему действию на организм схожее с окситоцином: это тысячелистник, крапива двудомная, спорыш птичий, листья и побеги земляники, хлопчатник, финики, гранат, красная свёкла. Среди продуктов, увеличивающих выработку эндорфинов, следует выделить горький шоколад и жгучий перец чили.

Подготовил Сергей Миронов



**HAPPINESS
HORMONES**

Did you know that we are ruled by hormones? They make us happy, angry, hungry, hungry to eat, hungry to make love, and happy to be alive!

In the springtime, you especially want to be happy, don't you? Kseniya Pustovaya – nutritionist, founder of the Distance Education Center “School of Dietitians” and “University of Personalized Dietetics and Nutrition”, the social project “Healthy Generation” told us about hormones of happiness.

– **Ksenia, tell us: how do hormones work?**

– The work of our body (individual organs and whole systems) is subject to neurohumoral regulation. This means that all processes are controlled by nervous and hormonal systems. Neurohumoral regulation is performed by hypothalamic-pituitary system (consisting of hypothalamus and pituitary gland), which controls qualitative and quantitative content of hormones in blood.

Hormones are chemical substances produced by endocrine glands and secreted into the blood. Through the blood, hormones are distributed throughout the body where they stimulate or decrease the activity of target cells. Through the target cells, hormones affect all vital body functions.

– **How do hormones control us?**

– Hormones control the growth and function of cells, organs, and systems, as well as serving as neurotransmitters. In the human body, hormones are used to maintain homeostasis and regulate functions: growth, metabolism, and development. Hormones have a great influence on human behavior. In many ways, tender feelings such as love, affection, self-sacrifice, altruism, desire for intimacy, and romance depend on hormones.

– **What hormones are responsible for feelings of happiness and joy?**

– The main hormones responsible for the positive emotions of happiness and joy are serotonin, oxytocin, dopamine and endorphin. Let me tell you about each of them.

Serotonin is an internal antidepressant. It is considered a hormone of vanity, pleasure and humor. Helps regulate circadian rhythms, mood, sleep, appetite, digestion, learning ability and memory. Can influence feelings of well-being, increase self-esteem, and help you concentrate and relax. Responsible for realization, making plans.

Endorphin is a hormone that fights against pain. Produced most often in extreme situations. Acts as a neurotransmitter, carrying the signal from the central nervous system along the neural circuit. Is a natural pain reliever that the body produces in response to stress or discomfort. Endorphins minimize discomfort and pain, increasing pleasure and feelings of joy, improving mood and giving a feeling of happiness. It helps our bodies continue to function despite injury or pain.

Dopamine is the feel-good hormone. It is associated with feelings of pleasure and motivation to seek that pleasure. Its production is related to pleasurable feelings,

learning, memory, and motor functions. Helps to remember information, is a key factor in associative learning. Curiosity, impulsivity and the tendency to risky behavior is largely dependent on the production of dopamine. If this hormone is deficient, a person may experience lack of motivation, boredom, bad moods, anxiety, and depressive states.

Oxytocin is the hormone of love and affection. For a long time, oxytocin was considered only a female hormone that helps the uterus contract after childbirth, affects milk production, and helps establish and strengthen the psychological bond between mother and baby. But research in recent years has shown that oxytocin is a common hormone for men and women, as it is responsible for social interaction and promotes trust and empathy. It helps build strong bonds between parents and children. Body hugs and friendly communication increase feelings of happiness and allow for better social bonding.

– **What hormone deficiencies can the body signal when there is a lack of energy and a condition close to depression?**

– Several hormone deficiencies can cause feelings of depression and lack of energy. For example, when the body lacks the hormones serotonin and dopamine, it leads to symptoms of chronic fatigue, lack of motivation, depressed mood and depression.

Fatigue, decreased performance and lack of vitality can indicate high levels of cortisol (stress hormone). But in the presence of these symptoms, special attention should be paid to the state of the hormonal balance of the thyroid gland. Insufficient production of thyroid hormones is called hypothyroidism. In this condition, a person feels constant fatigue, drowsiness, decreased efficiency, memory. Pay attention to additional symptoms of hypothyroidism: dry skin, brittle nails, swelling, constipation. Low testosterone production also contributes to the manifestation of such symptoms in men.

– **Which hormone tests should I get first?**

– The following hormone tests should be taken to check the condition of your thyroid gland:

- thyrotropic hormone (TSH);
- free T3 triiodothyronine;
- free thyroxine T4;
- thyroperoxidase antibodies;
- calcitonin oncomarker.

A venous cortisol (hydrocortisone) blood test is taken to determine cortisol levels. At least 10 to 12 hours before the test, you

must eliminate medications, strong tea and coffee. Before the morning blood draw, you should get a good night's sleep and not smoke for at least 3 hours. To determine the level of testosterone in the blood you need to take a venous blood test in the presence of depression, increased fatigue, decreased concentration, depressed state.

– **How do you make up for a hormone deficiency state?**

– Hormone deficiency can be compensated with nutraceuticals, a rational diet, a healthy lifestyle. But with a high degree of insufficient hormone production it is necessary to consult a specialist and conduct a comprehensive examination.

– **Can we influence the production of happiness hormones?**

– We can, for example, physical activity helps to produce dopamine (achieving the desired form, a person gets pleasure), serotonin (with physical activity goes depression), endorphins (reduce pain in the muscles after strength training). Visiting new places, interesting events, relaxing massages. Anything that can induce a smile, stimulates the production of serotonin and endorphins. Moderate sunlight. Under the influence of ultraviolet rays, the human body produces vitamin D, on the presence of which the production of serotonin directly depends. Products that increase the production of happiness hormones, playing with pets, hugging and kissing loved ones, meditation.

– **And what foods should you include in your diet?**

– Foods that increase the production of serotonin in the gut: apples, barley, beets, legumes, citrus fruits, mushrooms, onions, garlic. Products containing tryptophan (serotonin precursor amino acid): beef, chicken, turkey, eggs, cod, salmon, cheese, spirulina. Foods containing the amino acid tyrosine will help in the production of dopamine: red meat, oily fish, bananas, nuts, seaweed, avocados, soybeans, milk, cheese, cottage cheese, parsley. Some plants contain a substance that is similar to oxytocin in its effect on the body: yarrow, two-reed nettle, panther, strawberry leaves and shoots, cottonseed, dates, pomegranate, red beets. Among the products that increase the production of endorphins, we should mention bitter chocolate and any hot chili pepper.

Prepared by Sergey Mironov

Александр Романцов, West Dental Clinic:

«Цифровая стоматология — реальность уже сегодня!»

На наши вопросы о современной стоматологии отвечает врач с 20-летним опытом в эстетической стоматологии Александр Романцов, главный врач и руководитель центра стоматологии и имплантологии West Dental Clinic.



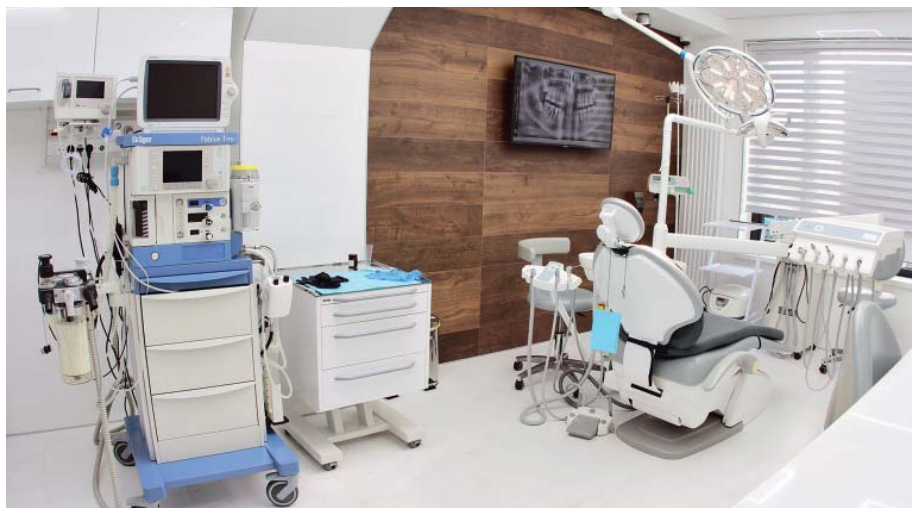
– Александр Валентинович, изменились ли за последнее время представления пациентов об идеальной улыбке и стоматологии в целом?

– Изменилось отношение к стоматологии в целом. Раньше любая хирургическая операция, будь то удаление зуба, или установка имплантата, или в части протезирования зубов установка коронок, виниров, рассматривалась как что-то страшное, долгое, болезненное, неприятное, а иногда и недоступное по финансам. Сейчас же пациенты в своём большинстве понимают, что в современной стоматологии любые хирургические операции или протезирование, например установка имплантатов или виниров, выполняются абсолютно безболезненно, в короткий срок

и с использованием самого современного оборудования и технологий. Люди в курсе, что стоматология стала современной, но не до конца знают все её сегодняшние возможности, но эту проблему с нашими пациентами мы легко устраняем. Каждому нашему пациенту, вне зависимости от того, с какой проблемой он обратился, мы объясняем, как и каким способом можно помочь эту проблему решить, какой метод лечения лучше предложить.

Одним из таких методов является «лечение во сне», и это меня очень радует. Сегодняшнему пациенту с точки зрения максимального уменьшения сроков лечения, болезненности и психологического дискомфорта предлагаются различные варианты

проведения лечебных процедур, таких как компьютерная томография на самом современном томографе, что снижает максимально, практически до нуля лучевую нагрузку, ведь некоторые пациенты из-за этого сильно переживают. А также – лечение кариеса и других заболеваний с использованием операционного микроскопа, в тысячекратном размере увеличивающего область, с которой работает доктор, что повышает качество лечения в десятки раз, и пациент может быть спокоен за его качество. Мы используем электронную анестезию, которая практически безболезненна (а ведь больше 50% пациентов у стоматолога боится именно уколов анестезии). Ну и конечно, такое направление стоматологии, как «лечение во сне» с различными вариантами его ведения: полный наркоз, когда пациент спит и просыпается после окончания всех манипуляций; седация, когда он находится в полусонном состоянии, но при этом видит доктора, слышит его просьбы, например, пошире открыть рот и т. д., а по окончании ничего не вспомнит и его ничего не будет беспокоить. Применяем также закись азота, вариант так называемого веселящего газа, это больше расслабляющая манипуляция: пациент находится в состоянии покоя и лёгкости, без психологического стресса, и его ничего не беспокоит. Раньше к наркозу в основном прибегали в экстренных случаях и, как правило, лишь в стационарах. В современной же стоматологии это уже является нормой и используется не только в сложных случаях, но и когда па-



циент просит сократить сроки лечения, не желает переживать, нервничать, ощущать различные врачебные манипуляции, хочет просто лечь поспать и проснуться после окончания лечения. И это только часть услуг, которые предлагает современная стоматология, наша клиника в частности. Многие пациенты знают, что существуют такие технологии, и их отношение и настрой при посещении нашей клиники уже абсолютно другие. И конечно, они охотно нас рекомендуют своим знакомым и друзьям.

– Каков ваш прогноз изменений стандартов в стоматологии в перспективе? Что будет популярно?

– Стандартом, конечно же, будет цифровая стоматология, она уже сейчас стремительно развивается. Многие популярные услуги, такие как имплантация зубов, ортодонтия (исправление прикуса, установка коронок и виниров и др.), – всё это пойдёт максимально через цифровые протоколы. Это будет сокращать сроки, улучшать качество и практически исключать ошибки. Сканеры, принтеры, фрезерные станки и многое другое – вот что сегодня является стандартом. Например, уже сейчас в области компьютерной томографии существует искусственный интеллект, способный, анализируя снимок, выявлять проблемные участки зубов, костных структур, определять участки воспаления. Он в автоматическом режиме составляет отчёт по всей зубочелюстной системе каждого пациента. Данный искусственный интеллект мы внедрили у себя в клинике и активно им пользуемся. Все наши врачи работают с каждым пациентом, используя данную программу. Цифровая стоматология становится стандартом для многих клиник во всём мире, это норма и для нашей клиники. Это и есть будущее.

– У вас огромный опыт в стоматологии. Анализируя прошлое и настоящее в этой области, что вы можете сказать об этом?

– Основное, что можно здесь сказать: за последние 15-20 лет стоматология, наверное, как и большинство других отраслей, сильно продвинулась в цифровом плане, за цифровизацией – будущее. Поэтому в этом направлении надо развиваться, постоянно обучаться и внедрять в практику все эти технологии. Летом 2021 года я был на конгрессе в Дубае и общался с профессором Пауло Кано, очень известным в Бразилии доктором. Я спросил его: «Сколько, в процентном соотношении, в вашей практике занимает работа с цифровыми и аналоговыми технологиями?» И он мне ответил: «Около 70%». Цифровая стоматология – реальность уже сегодня, и это неизбежно.

– Ваше видение настоящего профессионала в стоматологии: кто он? На

что нужно ориентироваться при выборе «своего» врача?

– Это, конечно, субъективный вопрос, однозначно ответить здесь затруднительно. Для кого-то профессионал – тот, кого посоветовали знакомые или родственники и кому он безоговорочно верит. Кто-то увидел красивые картинки в интернете и решил, что врач профессионал. В моём понимании, профессионал – конечно, тот врач, который чётко знает своё дело, своё направление, врач-практик. Тот, кто постоянно обучается, развивается вне зависимости от опыта работы и других факторов. Как только врач останавливается, говорит, что он уже всё знает, – это провал! В стоматологии у каждого врача, будь он хирургом, ортопедом, терапевтом, есть направление, на котором он специализируется. Врач может быть профессионалом в узком направлении и чётко знать именно это дело. Здесь всё зависит от ситуации и проблемы, с которой сталкивается пациент и которую ему надо решить. Но однозначно могу сказать, что при выборе врача надо ориентироваться на его специализацию, опыт, реальные результаты работы. И лучше при этом проконсультироваться с несколькими врачами, послушать разные мнения.



– Стоматология – достаточно дорогое направление, а может ли стоимость услуг снижаться?

– Ценовые сегменты в стоматологии разные, и каждая клиника определяет для себя самостоятельно, какую определять цену за услуги. Ценовой сегмент, в котором работает та или иная клиника, зависит от квалификации и опыта врачей, используемых технологий, оборудования, материалов, уровня зуботехнической лаборатории, с которой работает клиника, и многих других факторов. Все мы понимаем, что если клиника использует более дорогие материалы и оборудование, если доктор, который оказывает услуги, имеет большой опыт, хорошие результаты и хорошо себя зарекомендовал, то и

стоимость услуги будет дороже. В этом случае качество лечения, результаты и гарантии вырастают во много раз. Поэтому услуга не может стоить дешево. Клиники, в которых работают врачи с небольшим опытом или где используют более простые технологии, недорогие материалы и т. д., предлагают совсем другие цены, и они тоже находят своих пациентов, это нормально.

– Каково будущее стоматологии в России? Каким вы его видите?

– Будущее стоматологии я вижу в развитии и использовании менее инвазивных способов лечения, сокращения его сроков, использовании цифровых технологий и стандартизации многих процессов. Этому способствуют новые технологии и методики. Всё новое, появляющееся и используемое в мировой практике, наши врачи стараются использовать, и это здорово! В отрасли стоматологии очень развита конкуренция, это способствует развитию как отрасли в целом, так и клиник, врачей, заставляя их двигаться, обучаться, постигать что-то новое и использовать новые технологии и оборудование.

– Как вы оцениваете шансы России стать одним из лидеров стоматологии, как, например, Германия или Швейцария? Что этому мешает, что нужно сделать для достижения цели?

– Мы сейчас являемся лидером. Возможно, вы удивитесь, но уровень наших врачей и качество нашей стоматологии в целом в разы обгоняют многие страны. Мы постоянно развиваемся, обучаемся, используем новые технологии. Многие пациенты из других стран прилетают лечиться именно к нам, так как качество нашей стоматологии намного выше. Иностранные коллеги боятся нашей конкуренции, и это сегодняшние реалии. Поэтому здесь больше нужна господдержка финансового сектора, чтобы бизнес в сфере медицины мог развиваться и внедрять новые технологии.

Alexander Romantsov, West Dental Clinic:

“Digital dentistry is a reality today!”

Today our questions about modern dentistry are answered by Alexander Romantsov, a dentist with 20 years of experience in aesthetic dentistry, the head doctor and the head of the Dental and Implant Center “West Dental Clinic”.



– *Aleksandr Valentinovich, have the patients' ideas about an ideal smile and dentistry in general changed recently?*

– The attitude to dentistry as a whole has changed. Previously, any surgery, whether it is tooth extraction or placement of implants, or dentures, crowns, veneers were seen as something terrible, long, painful, unpleasant, and sometimes not affordable. Now the majority of patients are aware that in modern dentistry any surgery or prosthetics, such as the placement of implants or veneers, is carried out absolutely painlessly and in a short time using the most modern equipment and technology. People are aware of the fact that dentistry has become modern, but are not fully aware of all its possibilities today, but this problem with our patients we easily eliminate. To each our patient, no matter what problem he applied, we explain, how and in what way we can help to solve this problem, what method of treatment to offer.

One of these methods is “treatment in dreams”. And that makes me very happy. Today's patient is offered different treatment procedures for maximum reduction of treatment period, pain and psychological discomfort.

Namely, such as computer tomography on the most modern scanner, which reduces the maximum, almost to zero, the radiation exposure, but some patients because of it strongly worry. And also – treatment of dental caries and other diseases using an operating microscope, which enlarges the doctor's

working area by thousands of times, thus increasing the quality of treatment tenfold, and the patient can be calm about its quality. We use electronic anesthesia, which is almost painless (and after all, more than 50% of patients at the dentist is afraid of anesthesia shots). And of course, there is such area of dentistry as “treatment in your sleep” with different variants of its management: full anesthesia, when the patient is asleep and wakes up after all the procedures, sedation, when the patient is in a half-sleep state, but still sees the doctor, hears his requests, such as to open the mouth wider etc., but at the end nothing will remember, and nothing will disturb him. We also use nitrous oxide, a variant of the so-called “laughing gas”, it is more of a relaxing manipulation, the patient is simply at rest and light, without psychological stress and nothing bothers him. Previously, anesthesia was mainly used in emergency cases and usually only in hospitals. In modern dentistry, however, this is already the norm and is used not only in complicated cases, but also when the patient asks for a shorter treatment period, does not want to worry, get nervous, feel the various medical manipulations, and just wants to lie down and wake up after the treatment. And this is only a part of the services offered by modern dentistry, and our clinic in particular. And of course, many patients know that such technology exists, and their attitude and mindset when they visit our clinic is completely different. And of course, they

willingly recommend us to their friends and acquaintances.

– *What is your prognosis for changes in standards in dentistry in the future? What will be popular?*

– The standard, of course, will be digital dentistry, it is already developing rapidly. Many popular services, such as dental implants, orthodontics (correction of bite, installation of crowns and veneers, etc.), all this will go as much as possible through digital protocols. This will shorten timelines, improve quality, and virtually eliminate errors. Scanners, printers, milling machines, and more are already standard today. For example, there is already an artificial intelligence in the field of computed tomography that can analyze the image to identify problem areas of teeth, bone structures, and determine areas of inflammation. It automatically reports on the entire dental and maxillary system of each patient. We implemented this artificial intelligence in our clinic and actively use it. All of our doctors work with each patient using this program. Digital dentistry is becoming the standard for many clinics around the world, and this is the norm for our clinic. This is the future.

– *You have a lot of experience in dentistry, and analyzing the past and present in this field, what can you say about it?*

– The main thing to say here is that over the last fifteen to twenty years, dentistry, probably

like most other industries, has progressed a lot in terms of digitalization, and the future lies in digitalization. Therefore, we have to develop in this direction, constantly learn and implement all of these technologies. In the summer of 2021, I was at a congress in Dubai, and I talked to Professor Paulo Cano, a very famous doctor in Brazil. I asked him, "How much, as a percentage of your practice, is working with digital and analog technologies?" And he answered me, "About 70%." Digital dentistry is a reality today, and it's inevitable.

– ***Your vision of a true professional in dentistry: who is he? What should you focus on when choosing "your" doctor?***

– This is, of course, a subjective question, it's difficult to answer unequivocally. For some people, the professional is someone who was advised by friends or relatives, and whom they trust unconditionally. Someone saw beautiful pictures on the Internet and decided that the doctor is a professional. In my understanding, a professional is, of course, a doctor who clearly knows his job, his field, a practitioner. Someone who is constantly learning, developing, regardless of experience and other factors. As soon as a doctor stops and says that he already knows everything – it's a failure! In dentistry, every doctor, whether he or she is a surgeon, an orthopedist, a therapist, has a field in which he or she specializes. A doctor can be a professional in a narrow area and clearly know that particular case. It all depends on the situation and the problem that the patient is facing and needs to solve. But I can say unequivocally that when choosing a doctor, one should be guided by his specialization, experience, and the actual results of his work. It is better to consult with several doctors and listen to different opinions.

– ***Dentistry is a fairly expensive field, but can the cost of services go down?***

– Price segments in dentistry are different, and each clinic determines for itself what to



set the price of services. The price segment, in which the clinic operates, depends on the qualifications and experience of doctors, technologies used, equipment, materials, the level of dental laboratories, with which the clinic works, and many other factors. We all understand that if the clinic uses more expensive materials and equipment, if the doctor who provides services has extensive experience, good results, and well proven himself, then the cost of services will be more expensive. In this case the quality of treatment, results and guarantees grow many times over. Therefore the service cannot be cheap. Clinics with doctors with little experience or where they use simpler technologies, inexpensive materials, etc., and offer very different prices, also find their patients, and that's normal.

– ***What is the future of dentistry in Russia? How do you see it?***

– I see the future of dentistry in the development and use of less invasive treatment methods, reducing its duration, the use of digital technology and standardization of many processes. This is facilitated by emerging new

technologies and techniques. Our doctors try to use everything new that appears and is used in the world practice, and that's great! There is a lot of competition in the field of dentistry, and this contributes to the development of the industry as a whole, as well as clinics and doctors, forcing them to move, learn something new and use new technologies and equipment.

– ***How would you assess chances for Russia to become one of the leaders in dentistry like Germany or Switzerland? What prevents this, what needs to be done to achieve the goal?***

– We are a leader right now. You may be surprised, but the level of our doctors and the quality of our dentistry in general is many times ahead of many countries. We are constantly developing, learning and using new technologies. Many patients from other countries come to us for treatment, because the quality of our dentistry is much better. Our foreign colleagues are afraid of our competition, and this is today's reality. That is why the state support of the financial sector is needed more here, so that the medical business could develop and introduce new technologies.





Сеть салонов красоты «Дали»: «ПУСТЬ КАЖДАЯ ЖЕНЩИНА ПОЧУВСТВУЕТ СЕБЯ БОГИНЕЙ!»

Индустрия красоты активно развивается и продолжает наращивать обороты. Парикмахерские, салоны красоты – конкурентное давление ощущает каждое подобное заведение любого города. Перед выбором встают и представительницы прекрасного пола: «Куда именно пойти? Существует ли вообще такой салон красоты, где качество работы было бы на высшем уровне, а цены на услуги соизмеримы с экономсегментом?» И конечно, они рады будут услышать ответ: «Да! Это сеть салонов красоты «Дали», расположенная в городе Мытищи Московской области». Мы пообщались с основательницей сети «Дали» Шаханой Магаррамовой и узнали, как построить успешную бизнес-историю салона красоты.

– *Шахана, здравствуйте! Мы с вами уже беседовали год назад для нашего издания, тогда у вас было четыре салона красоты. Какие изменения произошли в структуре сети за столь короткий срок?*

– Буквально месяц назад я смогла открыть ещё один! Проект был долгим, ремонт длился пять месяцев. В отличие от других четырёх салонов красоты, в этом расположился и коворкинг.

– *Многие женщины убеждены, что пойдут в салон красоты с дорогим средним чеком и там их обязательно подстригут намного лучше...*

– Согласитесь, что и «дорого» – не всегда «хорошо», и «дешево» не значит «плохо». Я с самого начала своего предпринимательского пути считала, что высокий ценник – не показатель. Люди приходят и убеждаются, что наши услуги ничем не хуже, а даже лучше, чем в других салонах красоты. Притом чек за услуги идентичен чеку в экономпарикмахерской. В конце концов, ошибки бывают и у элитных мастеров, только за них всегда будет расплачиваться клиент: и стрижкой, и кошельком. Хочется подшутить: «Зачем же тогда платить больше?» Тем более что не все могут позволить себе дорого заплатить за стрижку.

– *И как же быть тем, кто не может себе позволить дорогие салонные услуги? Красивыми хотят быть все...*

– Прийти к нам! Наша идеология заключается в том, что все женщины достойны чувствовать себя королевами, независимо от своего возраста, финансового положения, карьерных высот, статуса в обществе. Мы не делаем разницы между клиентами по этим признакам и всегда выполняем услуги на высоком уровне. Если бы вы знали, как приятно видеть улыбки на лицах довольных клиентов! Пусть каждая женщина почувствует себя богиней!

– *Если у вас низкие цены на услуги, то в чём заключается предпринимательская выгода? Ведь салон должен быть рентабельным.*

– Да, безусловно. И логика на самом деле абсолютно простая: мы качественно работаем на поток. У нас высокая проходимость, почти все клиенты возвращаются. Там, где за стрижку придётся отдать несколько тысяч рублей, такого нет. А если ещё и результат не понравился, то второй раз клиент, скорее всего, не придёт.

– *Разброс цен на услуги мастеров иногда впечатляет. Даже если говорить о мастерах, принимающих на дому. И тут возникает сразу несколько вопросов... Почему у многих из них высокие цены на услуги и почему они решили работать дома?*

– Отвечая на ваш первый вопрос, обратимся к предыдущему ответу. Домашние мастера на поток не работают. Придёт к

ним, допустим, человека три за день. А в конце дня хочется получить выручку, откуда и цена. С окрашиванием примерно так же. Да и другие услуги, помимо стрижки, оказываются гораздо реже.

Мастера работают дома по разным причинам: декрет, уход за больными родственниками и, к сожалению, убеждение, что этот вариант прибыльнее, чем работа по найму или аренда рабочего места. Только вот салон красоты не заменишь. Клиент приходит в атмосферу, где может расслабиться, выпить чашечку вкусного кофе, где есть комфортные условия как для него, так и для мастера. Те, кто хоть раз посещал мастера, работающего на дому, чувствуют эту разницу.

Бывает так, что клиенты сами уговаривают мастера уйти из салона или парикмахерской. И каждый из них преследует свою цель. Клиент думает, что сможет платить меньше, а мастер думает, что станет больше зарабатывать, переставая платить процент или аренду. Но

ШАХАНУ МАГАРРАМОВУ ЗНАЮТ МНОГИЕ. СЕТЬ САЛОНОВ КРАСОТЫ «ДАЛИ» НА БЕЗВОЗМЕЗДНОЙ ОСНОВЕ ОКАЗЫВАЕТ ПАРИКМАХЕРСКИЕ УСЛУГИ ПОДОПЕЧНЫМ ДЕТСКОГО ДОМА, ДОМА ПРЕСТАРЕЛЫХ, А ТАКЖЕ ДЕТЯМ-ИНВАЛИДАМ.

эти ожидания в основном не оправдываются. Ведь надо учитывать и суммы издержек, и работу администратора, и заказы расходных материалов. Кстати, если говорить об окрашивании, то не учитывается и расход краски. Как правило, она остаётся, а найти клиента, которому ещё подойдёт именно этот цвет, – задача, прямо скажем, недостижимая.

– *Вы сказали, что открыли коворкинг. Как его оценивают сами мастера?*

– На аренду переходят мастера, которые уже наработали себе клиентскую базу. У нас можно арендовать места абсолютно разных сфер деятельности. И парикмахерское место, и ногтевой сервис, и косметологический кабинет. А так же имеются удобные места для Лешмейкеров. Всё это оснащено удобными креслами, кушетками, мокрой точкой и современными аппаратами (для косметологии).

Мы так же занимаемся добрым делом. И каждый клиент, который к нам приходит, также вносит свой вклад и делает добро. Так как с каждой оказанной процедуры, независимо на какую сумму обслужился человек, идёт рубль на помощь детям.

– *Будете ли вы развиваться в этом направлении и дальше?*

– Могу только сказать, что в дальнейшем я не исключаю развитие в направлении франчайзинга. Это очень интересный вектор для меня и для развития сети салонов «Дали».

Беседовала Виктория Лукьянова



The beauty industry is actively developing and continues to gain momentum. Hairdressing, beauty salons – the competitive pressure is felt by each such establishment of any city. Before the choice stand and the fair sex: “Where exactly to go? Is there a beauty salon where the quality of work would be at the highest level, and the prices for services are commensurate with the economy segment?” And of course, they will be happy to hear the answer: “Yes! This is the Dali beauty salon chain, located in Mytishchi, Moscow Region.”

We talked to the founder of the chain Dali Shakhana Magarramova, and learned how to build a successful business history of a beauty salon.

Dali beauty salon chain: “LET EVERY WOMAN FEEL LIKE A GODDESS!”

– We talked to you a year ago for our publication, then you had four beauty salons. What changes in the structure of the network for such a short period?

– Full month ago I was able to open another one! The project was a long one, the renovation lasted 5 months. Unlike the other four beauty salons, this one is also a co-working space.

– Many women are convinced that they will go to a beauty salon with an expensive average check, and there they will surely get a much better haircut.

– Agree that “expensive” – is not always “good”, and “cheap” – does not mean “bad”. From the very beginning of my entrepreneurial journey, I believed that a high price tag was no indicator. People come and find out that our services are not worse, but even better than in other beauty salons. Moreover, the check for services is identical to the check in the economy barbershop. After all, even elite masters can make mistakes, but the client will always pay for them: both the haircut and the purse. I want to make a joke: “Then why pay more?” Especially since not everyone can afford to pay dearly for a haircut.

– And what about those who can't afford expensive salon services? Everyone wants to be beautiful.

– Come to us! Our ideology is that all women deserve to feel like a queen, regardless of their age, financial situation, career heights, status in society. We do not discriminate between clients on these grounds and always perform our services to the highest standard. If you knew how nice it is to see smiles on the faces of satisfied customers! Let every woman feel like a goddess!

– If you have low prices for services, what is the entrepreneurial benefit? The salon has to be profitable, right?

– Yes, absolutely. And the logic, in fact, is absolutely simple: we work on a flow of quality. We have a high turnover, and almost all customers come back again. There is no such thing where you have to pay a few thousand rubles for a haircut. And if you don't like the result, the client is unlikely to come back a second time.

– The range of prices for masters' services is sometimes impressive. Even if we are talking about at-home masters. And then there are several questions. Why many of them have high prices for services, and why they chose to work at home?

– To answer your first question, let's turn to the previous answer. Home masters don't work on a flow. Will come to them, say, three people a day. And at the end of the day want to get the proceeds, hence the price. With the coloring is about the same. And other services, in addition to haircuts, are much rarer.

Masters work at home for different reasons: maternity leave, care for sick relatives, and, unfortunately, the belief that this option is more profitable than hiring or renting a workplace. Except that there is no substitute for a beauty salon. The client comes into an atmosphere where he can relax, drink a cup of delicious coffee, where there are comfortable conditions both for him and for the master. Those who have at least once visited a home-based craftsman can feel the difference.

There are times when clients themselves persuade the master to leave the salon or hairdresser's. And each of them has a different goal. The client thinks he will be able to pay less, and the master thinks he will make more money by stopping to pay interest or rent. But these expectations, for the most part, are not met. After all, you have to take into account the amount of costs, and the work of the administrator, and orders consumables. By the way, if we talk about coloring, it does not take into account the consumption of paint. As a rule, it stays, and to find a client who still fits that color is a task, to put it bluntly, unattainable.

– You said that you opened a co-working space. How do the craftsmen themselves evaluate it?

– It is the craftsmen who have already built up a client base. Co-working just relieves the hairdresser of phone calls, ordering materials and their accounting. We take on these responsibilities. Of course, this is very convenient and profitable for the tenants.

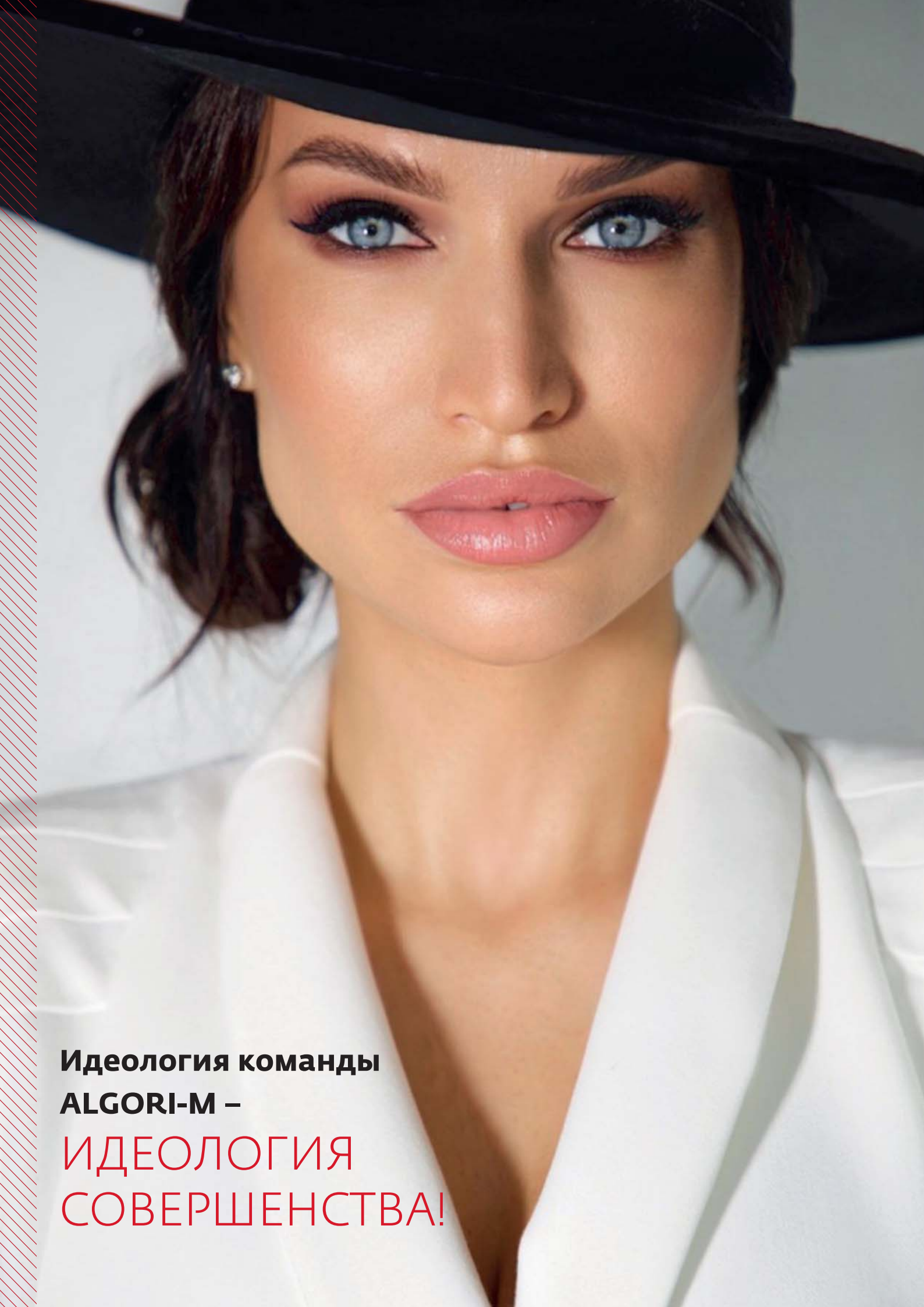
– Will you develop in this direction further?

– I can only say that in the future I do not exclude the development towards franchising. It's a very interesting vector for me and for the development of the Dali chain.

Interviewed by Victoria Lukyanova

SHAHANA MAGARRAMOVA IS KNOWN TO MANY PEOPLE. DALI BEAUTY SALON CHAIN PROVIDES HAIRDRESSING SERVICES FREE OF CHARGE TO THE WARDS OF ORPHANAGES, NURSING HOMES, AND CHILDREN WITH DISABILITIES.





Идеология команды
ALGORI-M –
ИДЕОЛОГИЯ
СОВЕРШЕНСТВА!

ALGORI-M – завод по изготовлению металлических конструкций для «чистых помещений». Мощная производственная база завода и стремление к совершенству позволяют разрабатывать и производить изделия с учётом современных требований к материалам и технологиям производства. Решения для «чистых помещений» применимы не только для операционных блоков, но и для диагностических, процедурных кабинетов, а также стационаров клиник. Клиентами ALGORI-M, входящей в состав ALGORI Group, выступают узкопрофильные и многопрофильные медицинские центры, а также клиники, в том числе и эстетической медицины. О достоинствах и возможностях инновационного предприятия нам рассказала идейный вдохновитель, основатель и владелец ALGORI Group Наталья Китаева.



– Наталья, ознакомьте, пожалуйста, наших читателей с деятельностью и услугами ALGORI-M.

– Компания имеет 10-летний опыт работы в области строительства «чистых помещений». За последний год нами реализовано более 90 проектов по всей России и ближнему зарубежью, построено более 50 тыс. квадратных метров операционных. Ежегодно ALGORI-M с успехом демонстрирует свою продукцию на московской выставке «Здравоохранение». Последние два года мы были удостоены звания «Лучшее предприятие отрасли». Весной текущего года ALGORI-M была номинирована и стала победителем в премии «Люди года – 2022» по версии журнала Russian Business Guide. Ежегодное участие в выставках нас очень вдохновляет и подстёгивает работать лучше, демонстрировать новые супертехнологичные решения!

В декабре 2021 года на выставке «Здравоохранение-2021» мы произвели фурор! Впервые нами была продемонстрирована «космическая» операционная.

Невероятно стильное и красивое решение имеет в своей конфигурации новейшие 2D-панели с «умной подсветкой» и датчиком движения, который реагирует на перемещения человека и меняет интенсивность освещения и спектр цвета! Взаимодействие 2D-панелей со стеклом, интеграция медицинской мебели, передаточных окон, фальш-окон, дверной автоматики – будущее медицинского оборудования! При виде

таких технологий гости выставки мгновенно захотели приобрести подобное оснащение для операционных своих клиник. Данное решение уже успешно реализовано на четырёх объектах.

В январе 2022 года ALGORI-M представляла Россию в Дубае на всемирной медицинской выставке ARAB HEALTH 2022, где с гордостью продемонстрировала свою высокотехнологичную продукцию. Стоит отметить, что её оценили по достоинству, это послужило поводом для открытия объединённого производства в ОАЭ! Надеюсь, что всё задуманное нам удастся.

ALGORI-M – российский производитель, который доказывает уверенное лидерство не только в России, но и на внешнем мировом рынке. Нам есть чем гордиться!

– Расскажите подробнее о разработках и продукции ALGORI-M.

– Мы предоставляем продукцию и решения для «чистых помещений». А именно:

- медицинские двери (всех типов, включая противопожарные и рентгенозащиту);
- металлический потолок;
- ГМЛ-панели;
- стеклянные панели;
- 2D-панели;
- скругляющие профили;
- подсистему;
- оконечные устройства вентиляции: воздухораспределители и ламинаты;
- медицинские шкафы;

- фальш-окна;
- передаточные окна и шлюзы.

И это только часть нашей линейной продукции!

Производство металлоконструкций является приоритетной отраслью во многих странах мира. В современных условиях развития без металлоконструкций невозможно представить ни одну отрасль современной экономики. Данный вид продукции используется в несущих каркасных сооружениях и ограждающих конструкциях. Конструкции из металла считаются самыми надёжными и позволяют реализовать безграничные возможности современных инженерных идей.

В ALGORI-M постоянно следят за качеством металлообработки и грамотно учитывают все тенденции и потребности рынка. Выпускаемая нами продукция всегда была и остаётся лучшего качества! Благодаря инновационным подходам в данной отрасли, мы интенсивно наращиваем объёмы производимой продукции и заслуженно являемся лидером! Идеология команды ALGORI-M – ИДЕОЛОГИЯ СОВЕРШЕНСТВА! Именно так и никак иначе.

– Это ваше профессиональное кредо?

– Да, команда профессионалов ALGORI-M ведёт работу от проектирования до реализации объекта на высшем уровне. Я считаю, что наш заказчик достоин лучшего, именно поэтому сотни клиник выбирают ALGORI-M!

Беседовала Дарья Бакарина

A woman with dark hair, wearing a wide-brimmed black hat, a white double-breasted blazer with a shawl collar, and a white skirt with a high slit, is sitting on a dark wooden chair. She is wearing white pointed-toe pumps and has her legs crossed. She is smiling and looking towards the camera, with one hand resting on her hat and the other on her lap. The background is a solid grey color.

**The ideology
of the ALGORI-M team**
**THE IDEOLOGY
OF PERFECTION!**

ALGORI-M is a factory for the manufacture of metal structures for “clean rooms”. The plant’s strong production base and commitment to excellence allow for the development and production of products that take into account the modern requirements for materials and production technologies. Solutions for “clean rooms” are applicable not only to operating rooms, but also to diagnostic and treatment rooms, as well as clinics. Customers of ALGORI-M, part of ALGORI Group, are narrow and multidisciplinary medical centers, as well as clinics, including aesthetic medicine. About advantages and opportunities of innovative enterprise we told the ideological inspirer, founder and owner of ALGORI Group – Natalia Kitaeva.

– **Natalia, please introduce our readers to the activities and merits of ALGORI-M.**

– The company has 10 years of experience in the construction of “clean rooms”. During the last year we implemented more than 90 projects all over Russia and neighboring countries, and built more than 50 thousand square meters of operational facilities. Every year ALGORI-M successfully demonstrates its products at the Moscow exhibition “Public Health”. For the last two years we have been awarded the title “The Best Industry Enterprise”. In the spring of this year ALGORI-M was nominated and won “People of the Year-2022” award by Russian Business Guide. Our annual participation in exhibitions is very inspiring and encourages us to work better, demonstrate new super-technological solutions!

In December 2021 we made a furore at the exhibition “Zdravookhraneniye 2021”! For the first time we demonstrated a “Space” operating room.

Incredibly stylish and beautiful solution has in its configuration the latest 2D panels with “smart backlighting” and a motion sensor that responds to human movements and changes the intensity of light and color spectrum! Interaction of 2D panels with glass, integration of medical furniture, transfer windows, false windows and door automatics – the future of medical equipment! At the sight of such technology, the guests of the exhibition

instantly wanted to buy such equipment for their surgeries. This solution has already been successfully implemented at 4 sites.

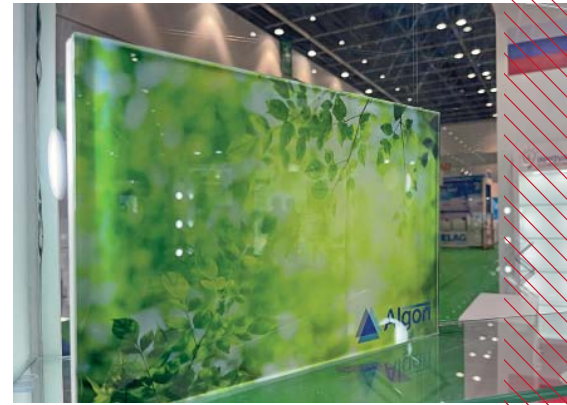
In January 2022 ALGORI-M represented Russia in Dubai at the ARAB HEALTH 2022 World Medical Exhibition, where they proudly demonstrated their high-tech products. It should be noted that it was appreciated at its true value, which was the reason to open the joint production in the UAE! I hope that all our plans will be successful.

ALGORI-M is a Russian manufacturer, which proves its confident leadership not only in Russia, but also in the foreign world market. We have something to be proud of!

– **Tell us more about ALGORI-M developments and products.**

– We provide products and solutions for clean rooms. Namely:

- medical doors (all types, including fireproof and x-ray protection);
- metal ceiling;
- gypsum metal panels (GML);
- glass panels;
- 2D-panels;
- rounding profiles;
- subsystem;
- ventilation terminals: air diffusers and laminars;
- medical cabinets;
- false windows;



– transfer windows and airlocks.

And this is only a part of our linear products!

Production of steel structures is a priority industry in many countries around the world. In modern conditions of development it is impossible to imagine any branch of modern economy without metal structures. This type of products is used in supporting frame structures and fencing constructions. Structures made of metal are considered the most reliable and allow implementing limitless possibilities of modern engineering ideas.

ALGORI-M constantly monitors the quality of metalworking and competently consider all the trends and needs of the market. Our products have always been and remain of the best quality! Thanks to innovative approaches in this industry, we are intensively increasing the volume of products manufactured and are deservedly the leaders! The ideology of the ALGORI-M team is the IDEOLOGY of perfection! Exactly like that and nothing else.

– **Is this your professional credo?**

– Yes, a team of professionals ALGORI-M conducts work from design to implementation of the object at the highest level. I believe that our clients deserve the best, which is why hundreds of hospitals choose ALGORI-M!

Interviewed by Daria Bakarina



Отрываясь от гаджетов:

ИГРОВЫЕ ПРОСТРАНСТВА БУДУЩЕГО!

Компания «Новые горизонты» вот уже более 20 лет остаётся одним из лидеров российского рынка уличного игрового оборудования. Она успешно проектирует и строит собственные дизайнерские детские площадки мирового уровня, а также запатентованные серийные площадки «Лазалия» и «Стройка». Вторым, но не менее успешным направлением деятельности компании являются проектирование и производство развлекательного оборудования для помещений: активити-парков, лабиринтов, батутных арен, скалодромов и многого другого. С 1999 года компания реализовала более 3000 успешных проектов по всей России. О новых трендах в индустрии игровых пространств мы беседуем с её исполнительным директором Романом Храмовым.



– Какими особенностями обладают современные игровые пространства, в отличие от своих предшественников?



– Сегодня игровые пространства заметно отличаются от тех, что появились, например, 10 лет назад, не говоря уже о тех, что были в нашем детстве. Эти отличия касаются буквально всего: концепции, архитектуры, материалов, размеров.

Во-первых, есть учесть тенденцию к урбанизации и уплотнению жилых пространств, детские игровые площадки должны вписываться в урбанистический или парковый ландшафт по дизайну и желателно занимать не очень много места.

Во-вторых, современные детские площадки должны быть интересными для современных детей – это так называемая playability, т. е. играбельность.

Ну и в-третьих, кардинальным образом поменялись требования к безопасности: они многократно возросли и предъявляются не только к форме, но и к материалам, из которых изготовлены площадки.

С одной стороны, определённые ценности и принципы детской игры остаются неизменными: социальная, образовательная и коммуникативная функции. С другой стороны, современные игровые пространства должны

успешно конкурировать с планшетами и смартфонами, т. к. именно они в последние годы занимают умы нынешней молодёжи.

– Какие детские игровые пространства сегодня в тренде?

– В тренде дизайнерские детские площадки – это новое требование современной урбанистики. По сути, фантазия здесь ограничивается только местоположением, выделяемой площадью и бюджетом заказчика. Наша компания обладает мощными конструкторским и дизайнерским отделами с собственным производством, поэтому уже более 20 лет мы создаём как классическое игровое оборудование, так и уникальные эксклюзивные проекты международного

уровня. Например, впечатляющая площадка – арт-объект «Атомы» в Семеновском парке Москвы, огромная детская площадка «Башни», выполненная по заказу «МЕГА Химки», дизайнерская площадка «Сиреневый сад» в одноимённом парке, «Оливки» в парке «Филатов луг» и множество других, не менее примечательных объектов!

Ряд перспективных дизайн-проектов пока ещё ждёт своего воплощения: невероятный «Дракон», многометровая башня «Огурец», «Стройка-кран» – всё это будущее детских игровых комплексов! Важно, что наши игровые площадки быстро становятся достопримечательностью и местом притяжения не только для детворы, но и для взрослых, которые ещё недавно и представить себе не могли, что для детских игр можно возводить такие масштабные и нестандартные комплексы.

– Расскажите подробнее об урбанистических тенденциях в ваших комплексах.

– Большое распространение во дворах и парках по всей России получили наши запатентованные серийные разработки – детские игровые комплексы «Лазалия» и «Стройка». Это, на наш взгляд, игровые площадки будущего, т. к. в их основе лежит принцип оптимального использования вертикального пространства. «Лазалия», по сути, представляет собой многоярусный уличный игровой лабиринт, выполненный из металла. Он занимает на земле относительно малую площадь, но за счёт высотной конструкции обеспечивает детям огромное игровое пространство.

На каждом ярусе располагается множество игровых элементов: лабиринты из лазов, закрытых горок, переходов и верёвочных препятствий, карабкаясь по которым дети остаются в полной безопасности и покоряют новые высоты. По желанию заказчика «Лазалия» может быть модифицирована и иметь различные раз-

**ПРОБРАЗОМ
СОВРЕМЕННЫХ УЛИЧНЫХ
ИГРОВЫХ ПЛОЩАДОК МОЖНО
СЧИТАТЬ ТАК НАЗЫВАЕМЫЕ
«ПЕСОЧНЫЕ САДЫ», КОТОРЫЕ
БЫЛИ ОРГАНИЗОВАНЫ В
ГЕРМАНИИ В СЕРЕДИНЕ XIX ВЕКА.
ОНИ ПРЕДСТАВЛЯЛИ СОБОЙ
НЕБОЛЬШИЕ ЗОНЫ В ГОРОДСКИХ
ПАРКАХ, ГДЕ ПЕСОЧНИЦЫ
ВОЗВЫШАЛИСЬ НА СТОЛАХ,
ЧТОБЫ ДЕТЯМ БЫЛО УДОБНЕЕ
СОЗДАВАТЬ ФИГУРКИ ИЗ ПЕСКА.
А ПЕРВЫЕ ДЕТСКИЕ ПЛОЩАДКИ
СОВРЕМЕННОГО ТИПА ПОЯВИЛИСЬ
К КОНЦУ XIX ВЕКА В АМЕРИКЕ
И НАПОМИНАЛИ СПОРТИВНЫЕ
ЗАЛЫ ПОД ОТКРЫТЫМ
НЕБОМ: ТАМ РАСПОЛАГАЛИСЬ
ГИМНАСТИЧЕСКИЕ СНАРЯДЫ,
БЕГОВЫЕ ДОРОЖКИ И КАЧЕЛИ.**

меры и формы: 7, 9 и даже 12 секций, а также любые цветовые и дизайнерские решения. Всего мы предлагаем более 10 серийных моделей «Лазалии», но с учётом модификаций – несколько десятков! Любая «Лазалия» великолепно подходит для современного двора, парка и даже крупных торговых центров в качестве игрового лабиринта!

Другим серийным игровым комплексом, запатентованным нашей компанией, является «Стройка». Это всепогодные модульные детские площадки для современного города, которые представляют собой стилизованные строительные контейнеры, поставленные друг на друга и соединённые горками, переходами и лазами. Модульная конструкция «Стройки» предполагает от двух до четырёх игровых модулей-контейнеров в различной конфигурации, а её основной принцип – это также предоставление детям максимального игрового пространства при малой занимаемой площади.

Ещё одним немаловажным преимуществом «Стройки» является её «всепогодность» – игровые модули защищены от непогоды крышей и прозрачными стенками из прочного поликарбоната, который предоставляет детям широкий обзор на всё, что происходит вокруг. Кстати, играть на этой детской площадке можно хоть круглые сутки благодаря светодиодной подсветке! Количество и конфигурацию модулей-контейнеров, их цвет и игровое наполнение также выбирает заказчик: всего мы предлагаем более десятка серийных моделей «Стройки».

– А как может детская площадка конкурировать со смартфоном и другими гаджетами?

– Мы также представляем в России продукцию голландской компании Yalp – производителя уникальных интерактивных площадок для всех возрастов. Суть таких комплексов в том, что играющий взаимодействует с оборудованием детской пло-



**В ПОРТФОЛИО КОМПАНИИ
«НОВЫЕ ГОРИЗОНТЫ» –
МНОЖЕСТВО РЕАЛИЗОВАННЫХ
ЗНАКОВЫХ ПРОЕКТОВ УЛИЧНОГО
БЛАГОУСТРОЙСТВА: ДЕТСКИЕ
И СПОРТИВНЫЕ ПЛОЩАДКИ
ДЛЯ САДА «ЭРМИТАЖ»,
ПАРКА ГОРЬКОГО, ПАРКА
ЯУЗА, «КРАСНАЯ ПРЕСНЯ»,
ИЗМАЙЛОВСКОГО ПАРКА И Т. Д.
НЕ МЕНЕЕ ИЗВЕСТНЫ И ИГРОВЫЕ
ПРОЕКТЫ ДЛЯ ПОМЕЩЕНИЙ:
ПОСТОЯННЫМИ ЗАКАЗЧИКАМИ
КОМПАНИИ ЯВЛЯЮТСЯ
ИЗВЕСТНЫЕ СЕТЕВЫЕ ОПЕРАТОРЫ
JOKIJOYA, TEIKABOOM,
FUNKYTOWN И БОЛЬШОЕ
КОЛИЧЕСТВО УНИКАЛЬНЫХ
ИГРОВЫХ ЦЕНТРОВ
И АКТИВИТИ-ПАРКОВ.**

щадки посредством единственной кнопки, выбирая одну из множества запрограммированных игр, встроенные датчики отслеживают ход игры, а электронный судья при помощи голоса комментирует её ход и объявляет победителя. При этом всё оборудование Yalp оптимизировано для установки на улице, не воспримчиво к самым суровым погодным условиям и выполнено из антивандальных материалов.

Самой популярной является интерактивная арка SONA, которая позволяет детям и взрослым соревноваться в скорости и ловкости: мы установили более 30 таких комплексов по всей России, включая центр для одарённых детей «Сириус» в Сочи. Мы также установили большое количество интерактивных комплексов SUTU – футбольных ворот с десятком запрограммированных игр на точность и скорость удара.

Ещё одна не имеющая аналогов детская площадка – MEMO, невероятно динамичная интерактивная игра для всех возрастов, где на первое место выходят память, аналитические способности и скорость выполнения заданий.

Однако самая инновационная разработка Yalp – это уличный диджей-пулт FONO, который позволяет любому желающему проигрывать музыку прямо со своего мобильного телефона через встроенные колонки и устраивать дискотеку для друзей прямо на улице!

– Как вы представляете игровые площадки будущего?

– Для того чтобы успешно развивать это направление, необходимо смотреть вперёд

и чётко понимать, что новое поколение, которое выросло за последние 10-15 лет, привыкло к игровым пространствам в торговых центрах и смартфонам, поэтому очень важно предлагать увлекательные спортивно-игровые пространства для тинейджеров. Подросткам уже неинтересно на детских площадках, и им нужно что-то своё.

Отдельная проблема – правильно организовать досуг для старшего поколения, ведь именно бабушки и дедушки ежедневно гуляют со многими детьми, но для них предусмотрены максимум скамейки! Поэтому я считаю, что необходимо создавать на территориях современных жилых комплексов большие общественные пространства, продуманные со всех сторон и для всех возрастов и категорий жителей: мало-мобильных и немолодых, активных и юных, любознательных и тех, кто любит созерцать. То есть такие зоны должны стать центром притяжения для всех. Мы уже неоднократно реализовали масштабные межквартальные спортивно-игровые пространства, в основе которых обычно располагается большой дизайнерский игровой комплекс, а вокруг – игровое и спортивное оборудование для всех возрастных категорий пользователей.

– А какие решения вы посоветуете для операторов развлекательных центров в торговых комплексах?

– Компания «Новые горизонты» – компетентный эксперт в области игрового оборудования не только для улицы, но и для помещений: с 1999 года мы входим в тройку лидеров рынка по проектированию и постройке детских развлекательных центров, активити-парков, игровых лабиринтов, батутных арен, скалодромов, ниндзя-парков и многого другого.

Опыт реализации более 1000 таких проектов по всей России позволяет мне с уверенностью говорить о том, что и для операторов детских парков развлечений наступают новые времена: можно и нужно активно привлекать аудиторию старше семи лет.

Не секрет, что стандартные проекты детских парков рассчитаны на детей в возрасте 3-7 лет, но сегодня мы можем предложить интерактивное электронное оборудование и для более взрослой аудитории – подростков, а также родителей, которые приводят детей в детские игровые центры! Это адаптированные для помещений мини-спортивные и интерактивные игры, продвинутые игровые автоматы, лучшие аэрохоккеи и многое другое! На мой взгляд, именно мы, как разработчик и поставщик игрового оборудования, должны двигать вперёд эту довольно консервативную отрасль, предлагая для неё свои инновационные решения.

Moving away from gadgets:

PLAYGROUNDS OF THE FUTURE!

New Horizons (Noviye Gorizonty) has been one of the market leaders in the Russian outdoor play equipment industry for more than twenty years. It successfully designs and builds its own world-class playgrounds, such as its patented series of playgrounds Lazalia and Stroyka.

The company's second, but no less successful, line of business is the design and manufacture of indoor entertainment equipment: activity parks, labyrinths, trampoline arenas, climbing walls and much more.

Since 1999, the company has implemented more than 3,000 successful projects throughout Russia. We talk to the company's executive director, Roman Khramov, about new trends in the playground industry.

– What features do modern playgrounds have in contrast to their predecessors?

– Today's play spaces are markedly different from those of, say, 10 years ago, not to mention those of our childhood. These differences concern literally everything: the concept, the architecture, the materials, the dimensions.

To begin with, given the trend towards urbanization and densification of residential spaces, children's playgrounds should match the urban or park landscape in design and, preferably, not take up too much space.

Secondly, modern playgrounds should be interesting for modern children – this is the so-called "playability".

And thirdly, safety requirements have changed dramatically – they have increased manifold and apply not only to the form, but also to the materials that are used to build playgrounds.

On the one hand, certain values and principles of children's games remain unchanged: social, educational and communicative functions. On the other hand, modern play spaces must successfully compete with tablets and smartphones, as they have occupied the minds of today's youth in recent years.

– What playgrounds for children are on trend as of today?

– Design playgrounds are on trend – this is a new requirement of modern urbanism. In fact, the imagination here is limited only

by the location, the space available and the customer's budget. Our company has strong engineering and design departments with in-house production, so for more than 20 years we have been creating both classic playground equipment and unique, exclusive projects on an international level. For example, an impressive playground – art object "Atoms" in the Semenovskiy park in Moscow, a huge playground "Towers" made by order of MEGA-Khimki, design playground "Lilac Garden" in the park of the same name, "Olives" in the park of Filatov Meadow and many other no less remarkable objects!

A number of promising design projects are still waiting to be completed: the incredible "Dragon", the multi-meter tall "Cucumber Tower", the "Crane Construction" – all of them are the future for children's playgrounds! It is important that our playgrounds rapidly become a magnet and attraction not only for kids, but also for adults who just recently could not imagine that it was possible to build such large-scale and non-standard complexes for children's games.

– Tell us more about the urbanistic trends in your complexes.

– Our patented series of designs – Lazalia and Stroyka play complexes – have become widespread in yards and parks throughout Russia. In our opinion, these are playgrounds of the future, as they are based on

the principle of optimal use of vertical space. Lazalia is essentially a multi-storey outdoor play labyrinth made of metal. It occupies a relatively small area on the ground, but provides children with a huge space for play thanks to its height.

Each level contains many play elements: labyrinths of climbing tubes, closed slides, crossings and rope obstacles, which keep children safe and allow them to climb to new heights. Upon request, the climbing maze can be customized with different sizes and shapes: 7, 9 and even 12 sections, as well as any colour and design solutions. In total, we offer more than 10 standard models of "Lasalia", but taking into account the modifications – a few dozen! Any "Lazalia" is perfectly suitable for a modern yard, park and even large shopping malls as a play labyrinth!

Another mass-produced play complex patented by our company is "Stroyka". This is an all-weather modular playground for the modern city, which consists of stylized construction containers stacked on top of each



THE PROTOTYPE OF TODAY'S OUTDOOR PLAYGROUNDS CAN BE CONSIDERED THE SO-CALLED "SAND GARDENS", WHICH WERE DEVELOPED IN GERMANY IN THE MID-NINETEENTH CENTURY. THEY WERE SMALL AREAS IN CITY PARKS WHERE SANDPITS WERE ERECTED ON TABLES TO MAKE IT EASIER FOR CHILDREN TO CREATE SAND FIGURES. AND THE FIRST PLAYGROUNDS OF THE MODERN TYPE APPEARED BY THE END OF THE XIX CENTURY IN AMERICA AND RESEMBLED OUTDOOR EXERCISE ROOMS WITH GYMNASIUM EQUIPMENT, JOGGING TRACKS AND SWINGS.



other and connected by slides, walkways and climbing trails.

The Stroyka modular construction offers from two to four play modules in various configurations, and its basic principle is also to provide children with maximum play space while occupying small area.

Another important advantage of Stroyka is its all-weather aspect – the play modules are protected from the weather by the roof and transparent walls made of durable polycarbonate, which gives the children a wide view of everything going on around them. By the way, you can play on this playground all day long, thanks to the LED lighting! The number and configuration of modules-containers, their colour and playful content is also chosen by the customer – we offer more than a dozen standard models of Stroyka.

– *And how can a playground compete with a smartphone and other gadgets?*

– We also represent in Russia the Dutch company Yalp, a manufacturer of unique interactive playgrounds for all ages. The essence of these complexes is that the player interacts with the playground equipment through a single button, choosing one of the many programmed games, built-in sensors monitor the play, and an electronic judge comments on the game and announces the winner. All the Yalp equipment is optimized for outdoor use, is immune to the harshest weather conditions and is made of vandal-proof materials.

The most popular is the SONA interactive arch, which allows children and adults to compete in speed and agility – we have installed more than 30 such complexes across Russia, including the Sirius centre for gifted children in Sochi. We have also installed a large number of SUTU interactive complexes – football gates with dozens of pre-programmed games for accuracy and speed of kicking.

Another unique playground is MEMO, an incredibly dynamic interactive game for all ages, where memory, analytical skills and speed of tasks come first.

The most innovative development from Yalp, however, is the FONO outdoor DJ set, which allows anyone to play music directly from their mobile phone through built-in speakers and have a disco party for friends right on the street!

– *How do you envisage playgrounds of the future?*

– In order to successfully develop this trend, you have to look ahead and clearly understand that the new generation that has grown over the last 10-15 years is used to mall play spaces and smartphones, so it is very important to offer exciting sports and play spaces for teenagers. Teenagers are no longer interested in playgrounds and they need something of their own.

A separate challenge is how to properly organize leisure activities for the older generation – after all, grandparents walk with lots of children every day, but they are provided

NEW HORIZONS' PORTFOLIO INCLUDES MANY ICONIC STREET IMPROVEMENT PROJECTS: CHILDREN'S AND SPORTS GROUNDS FOR HERMITAGE GARDEN, GORKY PARK, YAUZA PARK, KRASNAYA PRESNYA, IZMAYLOVSKY PARK, ETC. INDOOR PLAY PROJECTS ARE EQUALLY WELL-KNOWN: THE COMPANY'S REGULAR CUSTOMERS INCLUDE PROMINENT NETWORK OPERATORS JOKIJOYA, TEIKABOOM, FUNKYTOWN AND A LARGE NUMBER OF UNIQUE PLAY CENTRES AND ACTIVITY PARKS.

for at most with benches! That is why I believe it is necessary to create large public spaces on the territories of modern residential complexes, thought-out in every aspect and for all ages and categories of residents: the less mobile and the not so young, the active and the young, the curious and those who like to contemplate. In other words, such areas should become a centre of attraction for everyone. We have already commissioned such large-scale inter-district play and sports facilities, which are usually based around massive design play complexes and play and sports equipment for all age categories of users.

– *And what solutions would you advise for the operators of entertainment centres in malls?*

– New Horizons is a competent expert in the sphere of play equipment not only for the street but for the premises as well: since 1999 we have been among three market leaders in design and construction of children entertainment centres, activity parks, play mazes, trampoline arenas, climbing walls, ninja parks and many other projects.

The experience of implementing more than 1,000 such sites across Russia allows me to say with confidence that these are changing times for children's amusement park operators as well: they can and should actively attract audiences over the age of 7.

It's no secret that standard children's park projects are designed for children aged 3-7, but today we can offer interactive electronic equipment for the more adult audience – teenagers as well as parents who bring children to children's play centres! These are indoor-adapted mini-sports and interactive games, advanced slot machines, the best air hockey games and much more! In my opinion, it is up to us as developers and suppliers of play equipment to drive this rather conservative industry forward with our innovative solutions for it.



Мария Кулькова:

«ДЕЛАЮ ДОРОГИ БЕЗОПАСНЫМИ И УДОБНЫМИ»



Давно доказано, что информация лучше запоминается, когда она имеет практическое применение, вызывает эмоции и ассоциируется с чем-то, что мы уже знаем.

А сопутствующее веселье – способ сделать процесс более эффективным, привлекательным и органичным. Поэтому всё большую популярность в наше время набирает концепция «обучение через развлечение», или, как её ещё называют, эдьютейнмент (от англ. edutainment: education + entertainment).

Именно таким принципом руководствовалась и Мария Кулькова, генеральный директор ООО «Драфт», когда приняла решение создать в Красногорске детский автогородок.

«Помню, как мне позвонили из областного управления ГИБДД и предложили спроектировать этот необычный автогородок, – рассказывает Мария Кулькова. – Все мои предыдущие автогородки создавались только при школах и детских садах. Но так, чтобы это была отдельная площадка в парке, ещё и с таким количеством элементов организации дорожного движения, – подобного не было».

Автогородок в парке «Сказочный» на северо-востоке Красногорска действительно не похож на большинство своих собратьев: площадь огромная – около 1,5 тыс. кв. метров. Он не имеет аналогов в России и является крупнейшим в Подмосковье. Дети здесь катаются на электромобилях по дорогам с настоящими знаками, разметкой и светофорами. Все дорожные знаки, кстати, установлены по действующим нормативам ПДД. Есть здесь автобусная остановка, заправка, парковки, перекрёстки, переходы и даже своя железнодорожная станция – всё это настолько реалистично выглядит, что просто невозможно не поверить, что ты в настоящем городе, хоть и уменьшенном в размере.



По словам Марии Кульковой, основная идея проекта и была в том, чтобы создать город в миниатюре. А применение таких объектов улично-дорожной сети, как теплотрассы над железнодорожными путями и надземный пешеходный переход, уникально для детских городков.

И всё получилось, воплощение оказалось достойным идеи: современный дизайн, безопасные материалы, 50 дорожных знаков, 860 погонных метров разметки, семь пешеходных переходов (включая два надземных) и даже настоящее круговое движение вокруг дерева.

Сегодня это единое всепогодное функциональное пространство используется

как в развлекательных, так и в обучающих целях: здесь с детьми проводят практические занятия сотрудники ГИБДД.

Тому, что автогородок получился уникальным и пользуется сверхпопулярностью не только у детей, но и у подростков и родителей, есть понятное объяснение. Ведь ведущей деятельностью компании ООО «Драфт» являются услуги по проектированию самых настоящих, реальных автомобильных дорог и организации дорожного движения. Разработка предпроектного решения, получение технических условий, подготовка проектной документации, установка знаков, нанесение разметки, монтаж ИДН и светофорных объектов – вот основные виды работ организации.

«Меня всегда очень интересовала тема пространств, привлекающих людей и приносящих экономическую прибыль. Осознавала я и то, что к этим объектам ведут дороги, что, каким бы продуманным ни был проект, без дорог он несостоятелен: клиенты не узнают о нём, не смогут туда попасть. Потом пришло понимание, что главное в этом деле – безопасность, – говорит Мария Кулькова. – Как экономист и управленец, я задумывалась о написании миссии своей компании. В архитектуре существует триединство: прочность, польза и красота. Я спроецировала эту концепцию на дороги, и получилось правило триединства для дорог: безопасность, красота и удобство. От этого мы отталкиваемся в нашей работе».



ПРОЕКТНАЯ КОМПАНИЯ «ДРАФТ»:

- 9 ЛЕТ НА РЫНКЕ;
- 300 РЕАЛИЗОВАННЫХ ПРОЕКТОВ;
- СОГЛАСОВАНИЕ ПРОЕКТОВ ЛЮБОЙ СЛОЖНОСТИ:
 - организация дорожного движения (примыкания, движение на территории);
 - проектирование автомобильных дорог (согласование стадий ПД, РД, прохождение экспертизы);
- ПОБЕДИТЕЛЬ В НОМИНАЦИИ «ЛУЧШЕЕ ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ – 2020».



Maria Kulkova:

**“MAKING ROADS SAFE
AND COMFORTABLE”**

It has long been proven that information is better remembered when it has practical application, evokes emotions and is associated with something we already know. And the fun that goes with it is a way of making the process more efficient, attractive and organic. That is why the concept of “learning through fun”, or edutainment (education + entertainment) is becoming increasingly popular today.

Maria Kulkova, CEO of Draft, was guided exactly by this principle when she decided to create a children’s car park in Krasnogorsk.

DRAFT DESIGN COMPANY:

- 9 YEARS ON THE MARKET;
- 300 COMPLETED PROJECTS;
- COORDINATION OF PROJECTS OF ANY COMPLEXITY:
- ORGANIZATION OF ROAD TRAFFIC (JUNCTIONS, TRAFFIC ON THE TERRITORY);
- DESIGN OF MOTOR ROADS (COORDINATION OF PD, WD STAGES, PASSING EXPERTISE);
- WINNER OF THE BEST MANUFACTURING ENTERPRISE OF THE MOSCOW REGION – 2020 NOMINATION.

“I remember getting a call from the regional department of the traffic police and being asked to design this unusual motor village,” says Maria Kulkova. “All my previous motor village were created only at schools and kindergartens. But there has never been such a thing as a separate playground in a park, and with so many elements of traffic management.”

The car park in the park “Skazochny” in the north-east of Krasnogorsk is really unlike most of its predecessors: its area is huge – it is about 1.5 thousand square meters. It has no rivals in Russia and is the biggest in the Moscow region. Children here drive electric cars along the roads with real signs, markings and traffic lights. All road signs, by the way, are set according to the current norms of traffic regulations. There is a bus stop, a gas station, car parkings, crossroads, pedestrian crossings and even a local railway station – it all looks so realistic, that you cannot help but believe that you are in a real town, although scaled down in size.

According to Ms. Kulkova’s words, the main idea of the project is to create a city in miniature. The use of such objects of the street and road network as a pipeline over the

railway tracks and above-ground crossings is unique for children’s towns.

As a result, the implementation was worthy of the idea: modern design, hazard-free materials, 50 road signs, 860 linear meters of markings, seven pedestrian crossings (including two above-ground crossings) and even a real circular movement around a tree.

Nowadays, this single multifunctional all-weather space is used both for entertainment and training purposes: the traffic police conduct practical classes with children here.

There is a clear explanation to the fact that the car park is unique and extremely popular not only with children, but also with teenagers and parents. It is because the main activity of the Draft company is design of real roads and traffic management. Development of preliminary design solutions, obtaining technical specifications, preparation of project

documentation, installation of signs, marking, and traffic light objects – these are the main activities of the company.

“I have always been very interested in spaces that attract people and generate economic revenue. I was also aware of the fact that these sites are accessed by roads and that, whatever well-designed a project may be, it is not viable without roads: customers will not know about it and will not be able to get there. Then came the understanding that the main thing in this business is safety,” says Maria Kulkova. “As an economist and manager, I thought about writing my company’s mission statement. There is a trinity in architecture: durability, usability and beauty. I applied this concept to roads, and the rule of trinity for roads is: safety, beauty and convenience. We base our work on this.”





ИРИНА СИНГАЕВСКАЯ: «СЕГОДНЯ В ТРЕНДЕ КРАСИВЫЙ САД, А НЕ ДОРОГИЕ ЧАСЫ ИЛИ АВТОМОБИЛЬ»

Садовый центр «Марусин Сад» предоставляет полный спектр услуг по ландшафтному дизайну, озеленению городских и частных объектов как в Москве и Подмосковье, так и в других регионах России. На пяти гектарах в 17 км от МКАД, на территории Новой Москвы всегда в наличии более 3 млн растений: от многолетних цветов до крупномерных лиственных и хвойных деревьев. О перспективах отечественного рынка озеленения и амбициозных планах компании мы беседуем с Ириной Сингаевской, руководителем «Марусино Сада».

– Как давно существует ваша компания и какое место она занимает в структуре российского рынка?

– «Марусин Сад» был создан в 2015 году. Мы работаем в направлении как B2C, так и B2B (как поставщики растений, так и исполнители ландшафтных работ): озеленение частных садов, парков, скверов, жилых комплексов, социальных объектов и других общественных территорий. В том числе участвуем в гостендерах.

Что касается нашего ассортимента и подхода, то мы полностью соответствуем сегменту «бизнес». Не всегда дешево, но очень качественно. Диапазон стоимости наших растений варьируется в среднем от 300 рублей до 1,5 млн за единицу (это цены на эксклюзивные бонсай, другие специально сформированные и редкие растения).

Если в целом говорить о нашем месте в структуре отечественного рынка, нужно понимать, что он сегодня собой представляет.

За последние 20 лет рынок озеленения в России претерпел серьезные изменения. Все государственные питомники советских времен по тем или иным причинам ушли с рынка, но появились новые игроки. Поэтому сам рынок довольно молодой, но уже достаточно сформированный.

В первую очередь это крупные питомники, непосредственно производящие растения. Не так давно среди них началось разделение по специализации, как и в Европе. То есть один выращивает многолетние растения, другой специализируется на однолетних. Кто-то – кусты, кто-то – деревья и так далее.

Второй крупный блок участников – это ландшафтные дизайнеры, которые занимаются частными проектами: озеленением загородных домов, коттеджей, дач и пр.

Затем – проектные организации, специализирующиеся на озеленении общественных пространств. Это довольно крупные компании, которые имеют соответствующие сертификаты, обладают опытом и профессиональным штатом: дендрологи, геодезисты, проектировщики, архитекторы и так далее. У них мы можем видеть очень интересные, даже уникальные проекты. Среди таких компаний есть и известные, как, например, «КБ Стрелка», а есть и те, кого знают только специалисты этого рынка.

Также на рынке присутствуют неспециализированные организации, проектирующие, скажем, дороги, жилые комплексы, другие крупные объекты. В их проектах

благоустройство и озеленение входят в общий перечень работ и не являются профильными, поэтому обычно они реализуют стандартные, типовые схемы – аккуратно, скромно и без фантазии.

Далее: компании, реализующие ландшафтные проекты. Такие компании, как правило, не имеют свои площадки или логистические центры, они приобретают товар непосредственно под реализацию проектов.

Ещё один сегмент – это единые садовые оптово-розничные центры, к ним относятся и «Марусин Сад», которые занимаются как выращиванием, так и оптовой и розничной продажей растений. Таких центров площадь от 4 га и больше в стране немного – не более 10 единиц. В основном они сосредоточены в Москве и Московской области и занимают достаточно крупные территории.

Сегодня садовые центры растут и реализуют растения практически круглогодично, так как практика зимних посадок становится нормой, потому что определённые типы растений лучше сажать только зимой.

Ну и наконец, есть десятки тысяч маленьких садовых центров и рынков площадью от 30 квадратных метров до одного гектара. Обычно в них выращиваются растения на один сезон с товаром эконом- или комфорт-класса.

– Ваша компания изначально задумывалась как крупный садовый центр?

– «Марусин Сад» начинал свою деятельность как небольшая классическая розничная точка. Но за семь лет нам удалось вырасти в крупный оптовый центр со штатом более 200 человек.

Сегодня среди наших поставщиков практически вся Европа: Германия, Голландия, Бельгия, Польша, Чехия, Италия, Венгрия и пр. Работаем и с большим количеством

питомников в России. Выбираем не самых дешёвых и притом очень качественных поставщиков.

Мы ведём персональный отбор растений, внимательно следим за качеством посадочного материала и, если что-то не так, возвращаем некондиционную продукцию.

Нас знают как ответственного, добросовестного партнёра, и мы очень дорожим своей репутацией. Вообще, рынок озеленения довольно специфичен в этом плане, здесь многое зависит от личных отношений и доверия. На этом делается основной акцент при предоставлении различных предпочтений. Поэтому репутация является определяющим фактором партнёрства.

Работа в этом бизнесе, конечно, интересная и творческая, но при этом и очень тяжёлая физически. Представьте только – до 12 часов в день в любую погоду: в дождь, снег, ветер, жару. Мы, безусловно, делаем всё возможное для комфорта и безопасности наших рабочих (спецодежда, специальные средства защиты, мобильные городки и пр.), но останавливаться нельзя, иначе мы не выдержим сроков, установленных заказчиком. А как я уже говорила: у нас репутация ответственного исполнителя. Может быть, за это нас особенно ценят. Кстати, в последнее время мы практически перестали размещать рекламу: большой поток клиентов приходит к нам по рекомендациям, что называется, по сарафанному радио. Сейчас, к сожалению, на рынке (и не только в нашем сегменте) появилось много недобросовестных, необязательных поставщиков/подрядчиков, стало падать качество. Бывали ситуации, когда нас приглашали после уже проведённого озеленения, нам приходилось всё полностью переделывать, выкапывать и сажать заново.

Поэтому мы здесь придерживаемся консервативной позиции: никакого демпинга, наоборот – чуть дороже, но зато качественно и красиво.

– Вы упоминали, что занимаетесь также проектами по благоустройству.

– Да, в 2019 году мы существенно расширились, переехали на большую площадку в Новой Москве – пять гектаров на первой линии федеральной трассы. Это позволило нам сделать серьёзный шаг вперёд.

В том числе с 2017 года мы начали реализовывать крупные проекты по озеленению: это жилые комплексы (многоэтажные и коттеджные посёлки), территории социальных объектов, парки и скверы. Работаем не только в Москве и Подмосковье, но и в других регионах: в Краснодарском крае, Смоленской области. Если проект интересный и заказчик готов оплатить московского подрядчика (т. к. это чуть дороже, но опыт и качество значительно выше региональных), то мы не ограничиваем себя локацией. Сейчас, например, мы на стадии обсуждения крупного контракта в Дагестане. Надеемся, что всё получится.

В последнее время мы фиксируем очень интересный тренд: раньше обеспеченные люди предпочитали хвастаться одеждой, часами, красивой женой или спутницей, а сегодня модно – красивыми садами, участками. Теперь клиенты не жалеют денег на частное озеленение, могут тратить десятки миллионов рублей. Аналогичная ситуация, кстати, и с жилыми домами в городе: благоустройство и озеленение сегодня – визитная карточка жилых комплексов. Критерий «среда обитания» занимает прочные позиции в десятке основных при выборе жилья покупателями (наряду с такими традиционными, как близость к метро, наличие инфраструктуры и т. п.).

Ещё одна тенденция, которая нас очень радует, – то, что большинство застройщиков начали разделять понятия «благоустройство» и «озеленение». Раньше контракты заключались комплексно – сюда входило всё подряд: дорожки, ливнёвка, малые формы, покрытие и по остаточному принципу озеленение. В то время как это совершенно разные специализации, другие подходы, другие навыки. Мы должны приходить последними: мы как ковёр, который кладут в квартире. После нас уже ничего не должно делаться в плане благоустройства. Иначе всё будет испорчено, ведь растения требуют внимания и аккуратности.

– Что в планах компании на ближайшее время?

– Учитывая, что в последние полтора-два года европейский рынок существенно обеднел по целому ряду причин, мы приняли решение, что в этом году запускаем своё полноформатное производство: питомник растений. Сейчас работаем над освоением земельного участка в

500 гектаров, прорабатываем проект и условия финансирования. Нам понадобятся серьёзные инвестиции – более полумиллиарда рублей.

Планируем, что участок будет содержать широкий набор производственных линий: тепличное хозяйство, контейнерные площадки, грунтовое производство, деревья, лиственные и хвойные, кустарники, многолетники. Сюда же перебазировать огромный склад растений, чтобы не занимать площади на территории шоурума садового центра.

Имея собственное производство, мы сможем фиксировать цены на один-три года вперёд, потому что все бюджеты согласовываются заранее, а цены растут очень быстро: только за последний год произошёл колоссальный рост сразу на 30%.

Будем также развивать направление работы с общественными пространствами, увеличиваем и блок работ с розничными клиентами.

В перспективе на 5-10 лет мы ставим себе очень высокую планку: наладить экспорт растений за пределы страны, в том числе в Европу. Чтобы был понятен масштаб наших планов, надо понимать, что сегодня львиная доля растений в России, наоборот, импортируется из Европы. Помимо логистических трудностей, участники рынка сталкиваются со сложностями в реализации долгосрочных проектов – неизвестно, сможешь ли ты привезти из Европы через год-два то, что тебе нужно или согласовано с заказчиком. А имея партнёров с крупным производством в России, можно уверенно планировать, закладывая решения под реальные объёмы и ассортимент.

Поэтому впереди у нас тяжёлый труд, но будем работать. Пожелайте нам удачи!





IRINA SINGAYEVSKAYA:

"TODAY, IT IS A BEAUTIFUL GARDEN THAT IS IN TREND, NOT EXPENSIVE WATCHES OR CARS"

The Marusin Sad garden centre provides a full range of landscape design services, greening urban and private properties both in Moscow and the Moscow region, as well as in other regions of Russia. There are always more than 3 million plants available on five hectares, 17 km from the Moscow Ring Road: from perennial flowers to large-leaved and coniferous trees. We talk to Irina Singayevskaya, Head of Marusin Sad, about the prospects of the domestic landscaping market and the company's ambitious plans.

– How long has your company existed and what place does it occupy on the Russian market?

– Marusin Sad was established in 2015. We work in both B2C and B2B directions (both suppliers of plants and landscapers): greening of private gardens, parks, squares, residential complexes, social facilities and other public areas. We also take part in public tenders.

In terms of our assortment and approach, we are fully compliant with the "business" segment – not always cheap, but always of high quality. The cost range of our plants varies on average from 300 rubles to 1.5 million rubles, depending on the type of plant (the prices of exclusive bonsai, and other specially formed and rare plants).

If we talk in general about our place in the structure of the domestic market, it is necessary to understand what it is today.

Over the last 20 years, the Russian gardening market has undergone serious changes. All the state plant nurseries from the Soviet era, for one reason or another, have left the market, but there have emerged new players. Therefore, the market is quite young, but already quite mature.

First of all, these are the large nurseries that produce plants. Not so long ago they started to subdivide according to specialization, just like in Europe. One specializes in perennials and the other in annuals. Some grow shrubs, some grow trees, and so on.

The second large block of participants is landscape designers, who are engaged in private projects: landscaping of country houses, cottages, dachas, etc.

Then there are the design organizations specializing in the greening of public areas. These are quite large companies that have appropriate certificates, experience and professional staff: dendrologists, surveyors, designers, architects, and so on. They have very interesting, even unique, projects. There are some very famous companies, such as Strelka, but there are also companies that are known only to the specialists of this market.

There are also non-specialized organizations which design, for example, roads, residential complexes, and other large facilities. These projects include landscaping and greening as part of a general list of works, therefore they usually implemented in a standardised way – precisely, modestly, and without much imagination.

Then there are companies which carry out landscaping projects. These companies do not usually have their own sites or logistics centres, but purchase directly for their projects.

Another segment is integrated garden wholesale and retail centres, including Marusin Sad, which are involved in both cultivation and wholesale and retail sale of plants. There are not many such centres in the country – not more than 10 in total –

covering an area of 4 hectares and more. They are mainly concentrated in Moscow and the Moscow region and occupy fairly large areas.

Today, garden centres grow and sell plants almost all year round, as the practice of winter planting is becoming the norm, because certain types of plants are better to plant only in winter.

And finally, there are dozens of thousands of small garden centres and markets covering areas from 30 square meters to a hectare. They usually grow one-season plants as either economy or comfort-class products.

– Was your company originally conceived as a large garden centre?

– Marusin Sad started out as a small, classic retail outlet. In seven years, however, we have managed to grow into a large wholesale centre with over 200 employees.

Today our suppliers include almost all the Europe: Germany, the Netherlands, Belgium, Poland, the Czech Republic, Italy, Hungary, etc. We work with a large number of nurseries in Russia. We choose suppliers who are not cheap, but of the highest quality.

We select our plants personally, we control the quality of planting-material and, if something is wrong, we return substandard production.

We are known as a responsible and reliable partner, and we value our reputation.

Generally speaking, the landscaping market is rather specific in this respect; much depends on personal relationships and trust. This is the main focus when granting various preferences. Therefore, reputation is the decisive factor in creating a partnership.

The work in this business is interesting and creative, of course, but it is also very demanding physically. Just imagine – 12 hours a day in any weather: rain, snow, wind, heat. We certainly do everything possible to make our workers comfortable and safe (we provide overalls, special protective equipment, mobile construction sites and so on), but it is impossible to stop, otherwise we will not meet the deadlines set by the client. And as I have already said: we have a reputation of a responsible contractor. Maybe that's why we are especially appreciated. By the way, recently we have practically stopped advertising: a large flow of clients comes to us by recommendation, as they say, by word of mouth. Now, unfortunately, the market (and not only in our segment) has become full of unscrupulous, untrustworthy suppliers/contractors and the quality has dropped. There have been situations when we were invited after the landscaping was already performed and we had to redo everything completely, dig it out and plant everything from scratch.

That is why we are conservative here: no price dumping, on the contrary – we choose to be a bit more expensive, but with high quality and excellent performance.

– You mentioned that you are also involved in landscaping projects.

– Yes, in 2019 we have expanded significantly, we moved to a large site in Novaya Moskva – five hectares on the first line of the federal highway. This allowed us to take a serious step forward.

In 2017, in particular, we started to implement large-scale greening projects:

residential complexes (high-rise and cottage estates), areas of social facilities, parks and squares. We work not only in Moscow and the Moscow region, but also in other areas: in Krasnodar Krai and the Smolensk Region. If the project is interesting and the client is ready to pay for the Moscow contractor (it is a little bit more expensive, but the experience and quality is much higher than in the regions), we do not limit ourselves to the location. Now, for example, we are at the stage of discussing a large contract in Dagestan.

Recently, we have been noticing a very interesting trend: previously, wealthy people preferred to show off their clothes, watches, a beautiful wife or companion, but today it is fashionable to have beautiful gardens and plots. Now, customers do not skimp on private landscaping, they can spend dozens of millions of roubles. A similar situation, by the way, with residential buildings in the city: landscaping today is the hallmark of residential complexes. The “living environment” criterion is firmly in the top ten of the main criteria for customers to choose housing (along with such traditional ones as proximity to the underground, infrastructure, etc.).

Another trend that makes us very happy is that most developers have started to separate the concepts of “landscaping” and “greening”. Previously, contracts were signed comprehensively – they included everything: paths, paving, small forms, pavement and greening on the residual principle. But these are completely different specializations, different approaches, different skills. We should come when everything is finished: we are like a carpet that is laid in a flat. Nothing should be done after us in terms of landscaping. Otherwise everything will be ruined, because plants require attention and care.

– What are the company's plans for the near future?

– Having considered the fact that the European market has become significantly poorer over the last year or two for a variety of reasons, we have decided that this year we will launch our own full-scale production: a plant nursery. We are currently working on the development of a plot of 500 hectares, designing a project and working out the conditions for obtaining finance. We need serious investments – more than half a billion roubles.

We plan that the site will contain a wide range of production lines: greenhouse facilities, container sites, soil production, trees, deciduous and coniferous trees, shrubs, and perennials. We also relocate a huge warehouse of plants here so as not to take up space in the showroom of the garden centre.

With our own production, we will be able to fix prices for one to three years in advance, because all budgets are agreed in advance, while prices rise very quickly: last year alone there was a huge increase of 30%.

We will also develop our work with public areas and increase our work with retail clients.

Our long-term goal for the next 5-10 years is to start exporting plants outside Russia, including Europe. If you want to understand the scale of our plans, you have to realize that today the lion's share of plants in Russia is on the contrary imported from Europe. In addition to logistical difficulties, market participants face difficulties in implementing long-term projects – they do not really know whether they will be able to bring from Europe in a year or two something that they need or have agreed with the customer. But having partners with large production facilities in Russia, they will be able to plan with confidence, making solutions for realistic volumes and assortments.

So we have a lot of hard work to be done, but we will do our best. Wish us luck!





Центрально-Сибирская торгово-промышленная палата во главе с президентом Рафаэлем Шагеевым объединяет руководителей бизнеса Красноярского края в эффективное сообщество, защищает и продвигает интересы предпринимателей. Организация предоставляет бизнесу масштабный комплекс услуг на всех этапах предпринимательской деятельности: от бизнес-планирования и нетворкинга до выхода на международные рынки и привлечения крупных инвестиций.

ЦЕНТРАЛЬНО-СИБИРСКАЯ ТОРГОВО-ПРОМЫШЛЕННАЯ ПАЛАТА ПОМОГАЕТ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯМ ДОСТИГАТЬ ГЛАВНЫХ ЦЕЛЕЙ

На сегодняшний день Центрально-Сибирская ТПП производит под ключ всю документацию, связанную с регистрацией предприятий в реестре Минпромторга России. В первую очередь это кораблестроительные компании на территории Красноярского края, которые в ближайшей перспективе станут основой для других сборочных и машиностроительных производств. Кроме того, палата ориентируется на реку Енисей, отмечая огромную перспективу для развития судоходства через Северный морской путь.

Одной из главных задач Центрально-Сибирской ТПП в период пандемии было сохранение действующих бизнесов, и палате удалось уберечь ряд предприятий от банкротства. Во многом это стало возможным благодаря созданию кооперационных цепочек, которые Центрально-Сибирская ТПП формирует за счёт своих внешних ресурсов, а также за счёт предложений на внутреннем рынке. Продолжается начатая в период распространения коронавируса работа над выдачей свидетельств, подтверждающих форс-мажорные обстоятельства.

Центрально-Сибирская ТПП ведёт активную деятельность по сертификации гостиниц с целью развития инфраструктуры туризма в регионе. По этому направлению палата взаимодействует с Министерством туризма Красноярского края, а предприятия Центрально-Сибирской ТПП выступают с коммерческими предложениями по новым маршрутам и экспорту туризма, выездному туризму. В 2021 году стартовало новое направление – экспорт медицинских и туристических услуг.

С 2022 года Центрально-Сибирская ТПП предоставляет услуги по экспертизе проведения торгов как для заказчиков, так и для подрядчиков. В рамках этой деятельности налажено тесное сотрудничество с прокуратурой и Федеральной антимонопольной службой.

Центрально-Сибирская ТПП имеет ряд соглашений с традиционными конфессиями: православной, мусульманской и буддистской. Это сотрудничество служит



увеличению открытости в вопросах, связанных с различными религиозными предпочтениями предпринимателей.

На базе Центрально-Сибирской ТПП действует региональное отделение все-российского спортивного общества «Трудовые резервы», которое сегодня добилось лидерских позиций на уровне страны. «Трудовые резервы» Красноярского края создали наибольшее количество спортивных клубов при предприятиях, провели множество мероприятий и вошли в первую тройку региональных организаций, которые продвигают здоровый образ жизни.

Одним из ключевых недавних достижений палаты является проведение форума «Арктика – могущество России», на котором были намечены и поддержаны органами власти новые мероприятия и изменения в законодательстве, необходимые для развития бизнеса северных территорий.

Победа первого вице-президента ЦС ТПП, председателя Совета по развитию женского предпринимательства Дарьи Ковалевой в конкурсе Win-win Women – ещё одно важное достижение палаты, поскольку женский бизнес сегодня набирает обороты как в Красноярском крае, так и во всей стране.

Президент Центрально-Сибирской ТПП Рафаэль Шагеев является членом различных совещательных формирований при государственных органах управления. В 2021 году он возглавил Совет по предпринимательству при Агентстве развития малого и среднего предпринимательства Красноярского края, а также вошёл в Совет по развитию экспорта при губернаторе, так как развитие внешнеэкономической деятельности для



палаты является стратегической задачей. Кроме того, Рафаэль Шагеев входит в состав Совета ТПП России, что даёт возможность отслеживать общие тенденции, имеющиеся в системе ТПП, отмечать слабые стороны, которые ещё есть, и эффективно использовать ресурсы федеральной палаты.

К важным достижениям Центрально-Сибирской ТПП относятся открытие на территории Красноярского края отделения Международного коммерческого арбитражного суда (МКАС) на базе торгово-промышленной палаты и формирова-

ние Коллегии посредников. МКАС может разобрать спор в 9-10 раз быстрее, чем государственный суд, что позволяет предпринимателям существенно экономить на судебных издержках.

Узнать все подробности о деятельности Центрально-Сибирской ТПП можно в телеграм-канале «Центрально-Сибирская ТПП» (<https://t.me/cstpp>), а получить экспертные рекомендации для развития бизнеса – в личном телеграм-блоге президента «РАФАЭЛЬ ШАГЕЕВ» (<https://t.me/rafaelshageev>).



Хризотилцементные листы широко применяются в качестве кровельного материала при обшивке наружных стен, установке перегородок, сборных стяжках и в несъёмных опалубках, а также во многих других областях. Миллионы кровель смонтированы с использованием этого материала, изделия из него не ржавеют, стойки к воздействию агрессивных щелочных и кислотных сред, долговечны и прочны. Одной из компаний, специализирующихся на производстве высококачественной хризотилцементной продукции, является ООО «Комбинат «Волна» (дочернее общество АО «ХК «Сибцем»). Об истории его развития и текущей деятельности мы поговорили с управляющим директором компании Яковом Яланским.

Комбинат «ВОЛНА»: БОГАТАЯ ИСТОРИЯ, УСТОЙЧИВОЕ НАСТОЯЩЕЕ И АМБИЦИОЗНЫЕ ПЛАНЫ



– Комбинат «Волна» – единственное в Сибири предприятие по производству хризотилцементных изделий. Расскажите о создании, истории развития и сегодняшней деятельности одного из лидеров хризотилцементной промышленности России.

– История комбината «Волна» началась в марте 1948 года. Тогда Совет Министров СССР принял решение о строительстве в Красноярске шиферного завода, а год спустя указ о старте работ подписал лично секретарь ЦК ВКП(б) Иосиф Сталин. На объект возлагались грандиозные надежды: он должен был обеспечивать продукцией районы Восточной Сибири, Дальнего Востока и Крайнего Севера. Первая очередь завода была введена в эксплуатацию в ноябре 1951 года. С этого момента предприятие отсчитывает начало своей деятельности,

продолжающейся уже 71 год. Однако ввод основных мощностей предприятия был впереди.

В 1952 году были сданы две новые технологические линии, год спустя – ещё одна. Таким образом, проектная мощность завода составила более 12 млн кв. м шифера.

А в 1954 году появилась и технологическая линия по производству асбестоцементных труб проектной мощностью более 1000 км труб в год. В 1957 году предприятие сменило название, став Красноярским комбинатом асбестоцементных изделий.

Завод постоянно развивался: только в период с 1964 по 1990 год было выполнено 12 модернизаций производства. Перемены, произошедшие затем в стране, не могли не отразиться на предприятии. Однако производство не было остановлено в связи с отсутствием госзаказа. Напро-

тив, комбинат взял курс на масштабное техническое перевооружение. В частности, было установлено новое оборудование австрийского производства. В апреле 1992 года завод получил своё сегодняшнее название – «Волна». К 1998 году было налажено производство листов «Волнаколор», соответствующих европейским стандартам. Развивалась и инфраструктура предприятия. В 2002 году было завершено строительство и сданы в эксплуатацию здание административно-бытового комплекса № 1, комбинат питания, спортивно-оздоровительный комплекс, здравпункт. Следующий этап развития связан с присоединением «Волны» к холдинговой компании «Сибирский цемент» в 2004 году. Это помогло внедрить эффективную систему менеджмента и ускорить модернизацию оборудования.

С 2006 года работает музей истории предприятия. Вклад «Волны» в экономику страны не раз признавался на самом высоком уровне. Были победы в федеральном конкурсе «100 лучших товаров России», краевом конкурсе «Лучший работодатель». Достижения комбината отмечены грамотой Правительства России в номинации «Российская организация высокой социальной эффективности» и множеством других наград.

– Мощность предприятия позволяет выпускать в год 11,5 млн кв. м кровли, 3,4 млн кв. м плоских листов, 687 км условных труб. Чтобы производить такой объём продукции, нужно постоянно поддерживать высокий уровень технической оснащённости...

– Возможности компании действительно очень широки. Мы изготавливаем свыше 40 наименований продукции, в том числе плоские пресованные и непресованные листы различной толщины, кровельные листы профилей СВ и СЕ (шифер), напорные и безнапорные трубы разного диаметра, кровельный материал «Волнаколор» и фасадные плиты «Виколор» с несколькими видами покрытий, фасадные плиты «Красстоун» с защитно-декоративным покрытием из натуральной каменной крошки и фиброцементный сайдинг «Берген», предназначенный для малоэтажного строительства. В 2021 году комбинат произвёл 5,1 млн кв. м волнового шифера, 1,3 млн кв. м плоских листов, 211 км условных

труб, 1,1 млн кв. м фасадных плит «Виколор», «Красстоун» и сайдинга, а также без малого 171 тыс. кв. м кровли «Волнаколор».

Наши хризотилцементные изделия изготовлены по современной технологии из природного сырья, относятся к группе негорючих строительных материалов. Они обладают высокой прочностью, долговечностью, звукоизоляцией, влагонепроницаемостью, выдерживают любые климатические условия и температуру от –70 до +70 градусов. Материалы устойчивы к воздействию активных химических веществ и биологическому воздействию. Самое главное, они экологически безопасны, так как хризотилцемент – материал, произведённый из природных компонентов, которые не наносят вреда здоровью человека.

В целях обеспечения стабильного выпуска продукции на «Волне» своевременно проводятся ремонты оборудования, регулярно осуществляется техническое перевооружение производства. Так, в 2021 году приобретена компрессорная установка для участка нанесения покрытий, её применение позволит избежать простоев технологического оборудования, повысит качество выпускаемой продукции. Также на данном участке построено служебное помещение с кабинетами для персонала в целях улучшения условий труда. Для повышения качества продукции установлен новый форматный барабан на плоскую листоформовочную машину и сетчатый цилиндр.

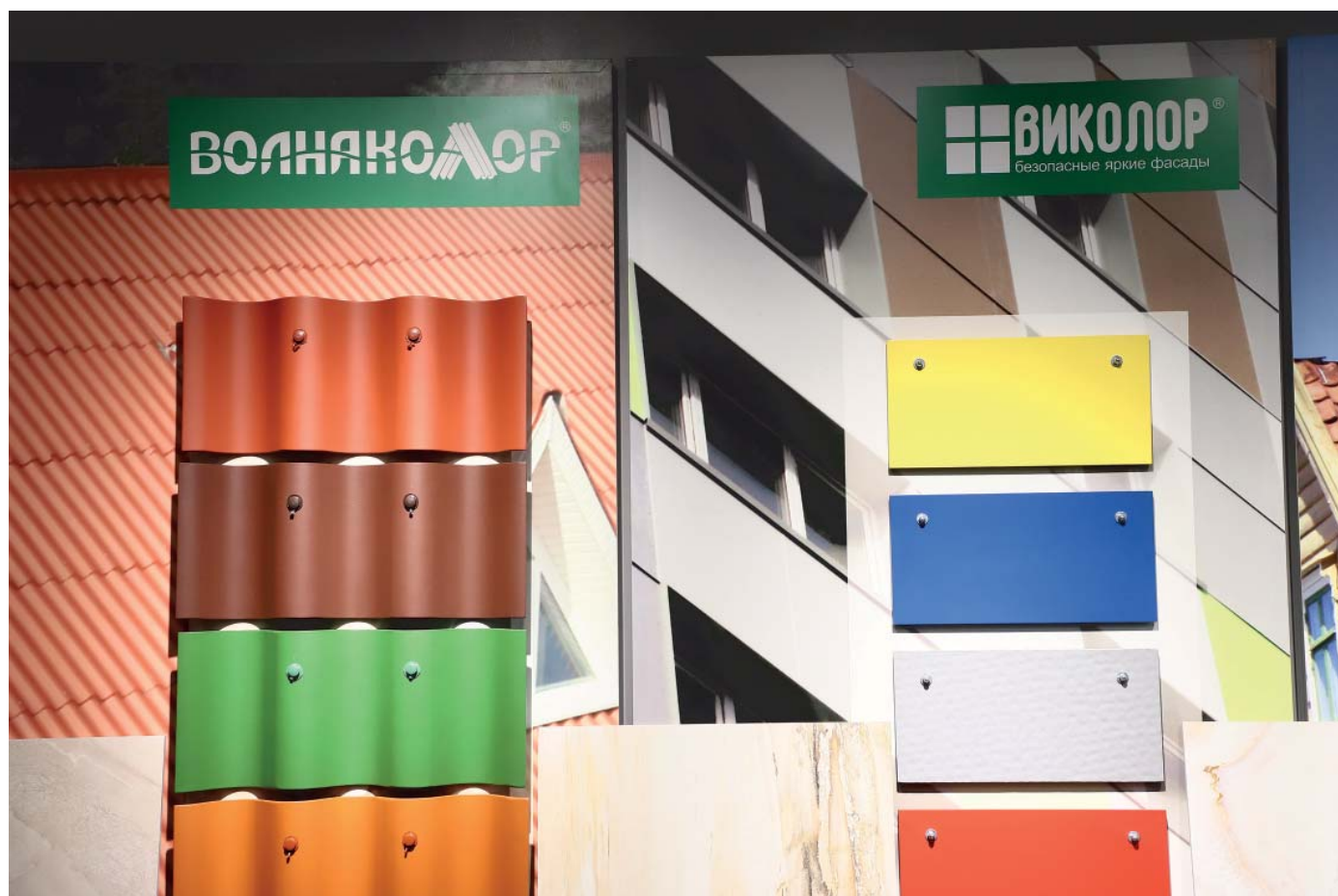
В целом на модернизацию, ремонты и техническое обслуживание оборудования комбината холдинг «Сибирский цемент» направил в 2021 году 60 млн рублей (без НДС).

– «Волна» – это предприятие с полным производственным циклом: технологическая цепочка предусматривает множество этапов, от получения сырья до выпуска конечного продукта. Компания заявляет, что используемое сырьё отвечает всем стандартам качества и не имеет в своём составе токсичных и радиоактивных веществ. Расскажите, где вы закупаете сырьё и работаете ли в направлении импортозамещения?

– Поставщиками цемента являются ООО «Красноярский цемент» и ООО «Топкинский цемент», которые также функционируют в составе АО «ХК «Сибцем». Хризотилеволокно мы закупает в ОАО «Оренбургские минералы» и АО «Уральский хризотил». Для изготовления защитно-декоративного покрытия ранее использовались импортные европейские компоненты, сейчас переориентируемся на отечественных производителей, сохраняя приоритет качества.

– Кто ваши основные заказчики? Есть ли планы по расширению географии деятельности комбината?

– Продукция ООО «Комбинат «Волна» широко востребована потребителями. Порядка 80% продукции предприятия ре-



ализовано в пределах Российской Федерации. В Сибирском федеральном округе высоким спросом пользуется кровельная продукция, в Дальневосточном – трубы, в Уральском – плоские неокрашенные листы. В свою очередь, фасадные материалы, с каждым годом набирающие популярность, востребованы на всей территории России, особенно в Центральном федеральном округе, а также в Казахстане. Постоянными потребителями нашей продукции являются предприятия ЖКХ Красноярского края и фонды капитального ремонта от Урала до Дальнего Востока. Одно из наиболее перспективных направлений – Московский регион, где сегодня активно реконструируются школы, детсады и другие социальные объекты.

Другой значимый для нас блок работ – отгрузка стройматериалов в рамках региональных программ капитального ремонта многоквартирных домов, реализуемых в Красноярском крае, Кемеровской и Иркутской областях, Республике Бурятия и Забайкальском крае. Объем поставок хризотилцементных листов профиля СВ для проведения таких работ в 2021 году составил 856,2 тыс. кв. м. Также в рамках соответствующей программы была направлена партия фасадных плит «Виколор» в Сахалинскую область.

Предприятие предоставляет участникам программы капитального ремонта многоквартирных домов существенную скидку на стоимость кровельных листов, которые используются при ремонте скатных крыш, а также осуществляет бесплатный шефмонтаж.

Развитие продаж фасадных плит «Виколор» ведётся не только на территории РФ. Доля экспорта продукции, изготовленной комбинатом за 12 месяцев, составляет по-

рядка 21%. В 2021 году фасады «Виколор» в основном отгружались в Казахстан, где активно отстраиваются города Нур-Султан, Усть-Каменогорск, Павлодар, Алматы. В 2021 году в соседнее государство направлено 608 тыс. кв. м продукции.

– Расскажите подробнее о персонале: представители каких специализаций и квалификаций работают на комбинате? Возникают ли кадровые проблемы?

– Коллектив «Волны» сегодня насчитывает более 500 человек. В связи с растущим спросом на продукцию штат постоянно расширяется. Например, в 2021 году среднесписочная численность возросла на 55 человек относительно 2020-го, дополнительно было введено 60 штатных единиц. Расширение в первую очередь коснулось блока работ, связанных с выпуском окрашенного листа с различными текстурами, который сегодня пользуется наибольшим спросом: количество бригад увеличилось с трёх до восьми.

Лучшие кадры – это кадры, возвращённые на собственном предприятии. Поэтому комбинат активно взаимодействует с учебными заведениями, привлекая в свои ряды перспективных студентов.

Принято считать, что работа на шиферном заводе – «мужская», однако в реальности на «Волне» всегда трудилось достаточно большое количество женщин. Сегодняшнее соотношение примерно равное. Представительницы прекрасного пола сейчас могут осваивать любые профессии, в том числе традиционно «мужские», например машинист крана. Их ценят за точность и аккуратность.

Средний возраст сотрудников сегодня – 50 лет. Для многих работа на предприятии – дело семейное. На «Волне» есть пять тру-

довых династий и шесть заводских семей (не менее трёх человек числится в штате).

Рекордсменом является династия Россиных-Варлашиных, чей общий стаж работы достиг 234 лет. Первой на предприятие пришла ещё в 1957 году Мария Михайловна Варлашина, проработав здесь 51(!) год в должности машиниста крана. Её муж Павел Петрович в должности слесаря трудился на комбинате с 1962 по 1997 год. Оба стали почётными ветеранами труда предприятия. Сейчас на «Волне» работают их племянник, машинист листоформовочной машины Владимир Иванович Россихин, и его дочь, оператор на линии Виктория Владимировна Гончарова. Родители Владимира Ивановича тоже всю жизнь проработали на предприятии, их стаж на двоих составил 97 лет.

В преддверии 70-летия комбината было решено увековечить память о тех, кто внёс огромный вклад в развитие производства. Так появилась «Аллея династий». На специально подготовленной площадке были высажены липы, каждой из которых соответствовала своя табличка. Помимо династии Россиных-Варлашиных, здесь есть династии Ярлыковых-Федоровых-Бединых, Молчан-Зыряновых-Денисовых, Нартовских-Гребельниковых, Кудаевых-Рыбаковых.

Каждый год вклад персонала предприятия в развитие страны подтверждается государственными наградами. Среди сотрудников есть заслуженные строители России, обладатели почётных грамот и благодарностей. Впрочем, жизнь коллектива не ограничивается производством. Работники активно участвуют в спортивных состязаниях – как внутри холдинга «Сибирский цемент», так и на районных и городских соревнованиях. Виды спорта у нас популярны самые разные: футбол, стрит-





бол, волейбол, армрестлинг, настольный теннис, плавание, гиревой спорт и даже кроссфит. У спортсменов компании есть свой слоган: «Волна» не волнуется, «Волна» тренируется!»

– Яков Владимирович, как вы оцениваете пройденный предприятием путь? Что считаете главными достижениями «Волны»?

– В истории комбината есть периоды и успеха, и спада. Важно то, что предприятие всегда, независимо от внешних экономических и политических условий, несло ответственность за качество своей продукции, постоянно улучшало свою работу. Компания смогла создать особый коллектив, для которого общее дело всегда на первом месте. Результатом этой работы стали лидерские позиции на российском рынке, но впереди у комбината «Волна» ещё более амбициозные цели.

– Поделитесь планами по дальнейшему развитию компании.

– Работе по повышению качества продукции и развитию эффективности производственных процессов мы всегда придавали и придаём особое значение. В 2019 году комбинат «Волна» стал участником национального проекта «Производительность труда и поддержка занятости». Курирующий это направление Федеральный центр компетенций оказал предприятию большую помощь. Результат не заставил себя ждать: объёмы окрашивания листов увеличились в два раза, превысив 1,1 млн кв. м, а количество смен возросло до четырёх. И это только начало!

Планы на будущее у компании действительно амбициозные. В первую очередь ставка будет делаться на цветные кровельные и фасадные листы. Уже в нынешнем году объёмы производства должны превысить рекордные 1,2 млн кв. м, а к 2025 году запланирован рост до 2,5 млн кв. м. Добиться этого позволит, в частности, запуск новой технологической покрасочной линии итальянского производства, который должен произойти в декабре текущего года.

Новая технологическая покрасочная линия позволит не только увеличить объёмы, но и расширить ассортимент выпускаемой продукции. Уже сейчас ведётся разработка новых типов покрытий – металлик и перламутр. Проведённые испытания образ-

цов подтвердили высокие декоративные и механические свойства инновационных покрытий. Предполагается, что они составят достойную конкуренцию композитным алюминиевым панелям и при этом будут стоить дешевле, не уступая в качестве.

Среди планов – и расширение географии продаж. Речь идёт не только о российских регионах, переговоры ведутся и с покупателями Республики Беларусь по поставкам фасадов.

Для реализации наших планов потребуются квалифицированные кадры. И я уверен, уникальный профессиональный коллектив «Волны» справится с решением самых масштабных задач.

Подготовила Эльвина Аптреева





Илья Семёнович Кремер: солдат Победы, яркий профессор, чуткий педагог

28 января 2022 года исполнилось 100 лет со дня рождения крупного российского общественного деятеля, историка международных отношений, фронтовика Великой Отечественной войны Ильи Семёновича Кремера.

23 МАРТА 2020 ГОДА НА 99-М ГОДУ ЖИЗНИ СКОНЧАЛСЯ ДОКТОР ИСТОРИЧЕСКИХ НАУК, ПРОФЕССОР ИЛЬЯ СЕМЁНОВИЧ КРЕМЕР (1922-2020 ГГ.). ВО ВРЕМЯ ВОЙНЫ ИЛЬЯ СЕМЁНОВИЧ РАБОТАЛ НА АВИАЗАВОДЕ ТОКАРЕМ, КОНТРОЛЁРОМ ОТДЕЛА ТЕХНИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ. С ИЮЛЯ 1943 ГОДА, ПО ОКОНЧАНИИ 3-ГО КУРСА ИСТОРИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА МГУ, СЛУЖИЛ В КРАСНОЙ АРМИИ. С ЛЕТА 1944-ГО – НА ПЕРВОМ БЕЛОРУССКОМ ФРОНТЕ (ХЕЛМ – ЛЮБЛИН – ВАРШАВА – ПОЗНАНЬ – БЕРЛИН) В ДОЛЖНОСТИ КОМАНДИРА ЗЕНИТНОГО ОРУДИЯ. С КОНЦА АПРЕЛЯ 1945 ГОДА – ПЕРЕВОДЧИКОМ В СОСТАВЕ ОПЕРАТИВНОЙ ГРУППЫ ШТАБА 5-ГО ЗЕНИТНО-Артиллерийского корпуса в Берлине.

«Одним из ярких впечатлений августовских дней 1941 г. был провод через село группы из 30-40 немецких пленных, сброшенных на парашютах и захваченных нашими солдатами. В касках, аккуратно одетые, загорелые и сытые, они спокойно шли под охраной трёх или четырёх конных конвоиров. Ни мы, ни сельские жители не произносили ни одного слова, никак не реагировали на это событие. Война только начиналась и ещё не произвела того ожесточения в душах, которое пришло позже. Мимо нас шли даже не враги, а противники, потерпевшие этой ночью неудачу. Интересно сравнить эти чувства с тем, что я испытывал в первые дни мая 1945 года в Берлине, когда, оставленный один ночевать в центре города в бывшей немецкой казарме (в зенитном бункере), я дрожал от ночного холода, но не мог заставить себя укрыться немецким солдатским одеялом, которые там лежали десятками. В это время немецкое означало фашистское, грязное, осквернённое, вызывавшее брезгливость».

Илья Семёнович участвовал в качестве переводчика допросов начальника противовоздушной обороны Берлина, полковника Ганса Веллермана, а также переводил техническую документацию и описание немецкой ракеты «Фау-2». Немецкий образец ракетной техники стал первым в истории искусственным объектом, совершившим суборбитальный космический полёт. После войны именно исследование переведённых документов и описания военного трофея группой советских инженеров под руководством С. П. Королёва послужило началом освоения космоса в СССР. Уже в послевоенном 48-м Илье Семёновичу удалось получить диплом о высшем образовании и успешно окончить исторический факультет МГУ. Стоит отметить, что в этот непростой период он совмещал обучение с постоянной работой в должности редактора «Дипломатического словаря», о чём позже написал в своих воспоминаниях.

И. С. Кремер являлся крупнейшим специалистом по истории Германии и международных отношений. Автор ряда книг и более 150 научных работ, опубликованных на русском, английском, немецком и датском языках (в т. ч. один из авторов 13-томной «Всемирной истории» и английского издания «Всемирная история в 100 выпусках»). Автор учебников для высших учебных заведений: «История новейшего времени стран Европы и Америки» (в соавторстве с Л. С. Белоусовым, И. В. Григорьевой), «Очерк истории внешней политики СССР (1917-1963 гг.)» (в соавторстве с А. О. Чубарьяном), «История международных отношений в XX – начале XXI века» (в соавторстве с А. А. Сагомоняном, А. М. Хазановым).

Член Московского союза журналистов, Советского комитета за европейскую безопасность и президиума Советского комитета ветеранов войны. Представитель

Советского (российского) комитета ветеранов войны в руководстве Международной федерации борцов Сопротивления – Союза антифашистов (ФИР СА) с 70-х годов, в 90-е годы – генеральный секретарь. С 2004 года член почётного президиума этой организации. Участвовал во многих конгрессах ФИР, в конгрессах за европейскую безопасность, Всемирном конгрессе учёных за мир и т. п. По поручению ФИР и Российского комитета ветеранов войны (Российского союза ветеранов) многократно выезжал в ветеранские организации Европы, США и Израиля с целью развития сотрудничества между национальными антифашистскими и пацифистскими организациями.

Илья Семёнович был награждён орденом Великой Отечественной войны 2 степени, орденом «Знак Почёта», орденом Дружбы народов, медалями «За боевые заслуги», «За взятие Берлина», «За освобождение Варшавы», Почётной медалью Совета Мира, а также Почётным дипломом памяти М. Ванденборга (героя европейского Сопротивления) и отмечен множеством других наград. Последние годы Илья Семёнович был профессором кафедры теории и истории международных отношений МГЛУ, где, бесспорно, являлся уникальным специалистом и блестящим профессором.

В мае 2021 года в стенах Московского государственного лингвистического университета (МГЛУ), которому Илья Семёнович посвятил последние 27 лет своей творческой и преподавательской деятельности, состоялась встреча, посвящённая памяти учёного, с участием представителей науки, высшей школы, дипломатии и общественных организаций России и других стран. Участники встречи пришли к выводу, что достойная встреча 100-летия И. С. Кремера принесёт большую пользу российскому научному сообществу, окажет оздоровляющее воздействие на общественную жизнь России, послужит точкой отсчёта для многих конструктивных начинаний.

Сделать этот юбилей заметным событием будет шагом, разумным и полезным с различных точек зрения.

И. С. Кремер, преимущественная часть творческой деятельности которого пришлась на советскую эпоху, оставил нам образец честного научного творчества в области истории и политологии, что особенно важно в период наступления новой ангажированности. Оставаясь с нами в своих научных работах, мемуарах, интервью, профессор Кремер может не только по-прежнему быть кладом научной эрудиции, но и служить нравственным камертоном, образцом для подражания как для зрелых людей, так и для учащейся молодёжи. Несмотря на политические ограничения, с которыми ему приходилось сталкиваться, Илья Семёнович сумел стать заметным участником общеевропейской интеллектуальной жизни, другом многих крупных учёных, обществен-

«ОДНАЖДЫ, ВЕСНОЙ 1947 ГОДА, ПРИГЛАСИЛИ МЕНЯ ЗАЙТИ В РЕДАКЦИЮ «ДИПЛОМАТИЧЕСКОГО СЛОВАРЯ». ЗДЕСЬ СО МНОЙ БЕСЕДОВАЛИ ДВЕ ДАМЫ – ЭМИЛИЯ ИСААКОВНА И ВЕРА СЕМЁНОВНА СОЛОВЬЕВА. Я ПРИШЁЛ НА ЭТУ БЕСЕДУ БЕДНЫМ СТУДЕНТОМ, ПОДРАБАТЫВАВШИМ НА ЖИЗНЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ АГЕНТСТВЕ, А ВЫШЕЛ СЧАСТЛИВЫМ ОБЛАДАТЕЛЕМ ПОСТОЯННОЙ РАБОТЫ – ДОЛЖНОСТИ РЕДАКТОРА «ДИПЛОМАТИЧЕСКОГО СЛОВАРЯ». БЫЛА, ПРАВДА, ОДНА СЛОЖНОСТЬ – ПОСЕЩЕНИЕ ЛЕКЦИЙ ДЛЯ СТУДЕНТА 4-ГО КУРСА ИСТФАКА МГУ БЫЛО ДЕЛОМ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ. КАК ЭТО МОЖНО БЫЛО СОВМЕСТИТЬ СО ШТАТНОЙ ДОЛЖНОСТЬЮ – Я НЕ ЗНАЛ. НО СВЕТ НЕ БЕЗ ДОБРЫХ ЛЮДЕЙ. СТАРОСТА МОЕЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ ГРУППЫ, АЛЛОЧКА ГУБАНОВА, УСПОКОИЛА МЕНЯ: «СОГЛАШАЙСЯ НА РАБОТУ, У ТЕБЯ СЕМЬЯ. НЕ БЕСПОКОЙСЯ, Я ТЕБЯ ПРИКРОЮ». Я БЛАГОПОЛУЧНО СОВМЕЩАЛ РАБОТУ С УЧЁБОЙ ДО САМОГО ОКОНЧАНИЯ МГУ В 1948 ГОДУ. В РЕДАКЦИИ МЕНЯ ТОЖЕ НЕ УГНЕТАЛИ, И Я СВОБОДНО ХОДИЛ НА ВАЖНЫЕ ДЛЯ МЕНЯ СЕМИНАРЫ, ЗАЧЁТЫ И ЭКЗАМЕНЫ».



ных и политических деятелей Европы. Чувства ныне здравствующих друзей и коллег И. С. Кремера, равно как и память об ушедших, – это мосты, которые по-прежнему, вопреки трудной международной обстановке, связывают Россию с ФРГ, Австрией, Швейцарией, Данией, Израилем. Доброе имя профессора И. С. Кремера может стать основой для начинаний в области народной дипломатии.

И. С. Кремер, фронтовик, участник Великой Отечественной войны, расписавшийся в мае 1945 года на Рейхстаге, остался в нашей памяти как скромный и мудрый человек, до последних своих дней говоривший о важности борьбы за мир. В этом качестве он был живой альтернативой многим нездоровым тенденциям, набирающим в последние годы новую силу. Как член Советского, а затем Российского комитета ветеранов, отвечавший за сотрудничество с рядом западноевропейских стран, Илья Семёнович многое сделал для того, чтобы поверх барьеров осуществлялась связь советских и зарубежных ветеранов Второй мировой войны и антифашистского Сопротивления. В 2018 году Илья Семёнович Кремер был гостем I международной научной конференции «Победа в Великой Отечественной войне как историческое событие в жизни еврейского народа». Долгие годы профессор Кремер был секретарём, генеральным секретарём, почётным президентом Международной федерации участников Сопротивления – Союза антифашистов (ФИР). В своей деятельности И. С. Кремер стремился к тому, чтобы участие России в этой организации не угасло вместе с поколением фронтовиков, чтобы их наследники и учёные-историки, исследователи Второй мировой войны и Сопротивления нацизму занимали активную, ответственную и независимую общественную позицию. В этом плане образ И. С. Кремера особенно важен для еврейской общественности России и зарубежья.

Память о личном мужестве Ильи Семёновича, о высочайшем профессионализме профессора и преподавателя останется в сердцах его коллег, студентов и каждого, кто знал его при жизни.



Ilya Semyonovich Kremer:

Soldier of the Victory, bright professor, sensitive teacher

January 28, 2022 is the 100th birthday anniversary of Ilya Semyonovich Kremer, a prominent Russian public figure, historian of international relations, a veteran of the Great Patriotic War.

ON MARCH 23, 2020 THE DOCTOR OF HISTORY, PROFESSOR ILYA SEMYONOVICH KREMER (1922-2020) PASSED AWAY AT THE AGE OF 99. DURING THE WAR, ILYA SEMYONOVICH WORKED AT AN AIRCRAFT PLANT AS A TURNER, CONTROLLER OF THE TECHNICAL CONTROL DEPARTMENT. SINCE JULY 1943, AFTER GRADUATING FROM THE 3RD YEAR OF HISTORICAL FACULTY OF MOSCOW STATE UNIVERSITY, HE SERVED IN THE RED ARMY. SINCE THE SUMMER OF 1944 HE SERVED ON THE FIRST BELORUSSIAN FRONT (HELM-LUBLIN-WARSAW-POZNAN-BERLIN) AS A COMMANDER OF ANTI-AIRCRAFT GUN. FROM THE END OF APRIL 1945 – AS AN INTERPRETER IN THE TASK FORCE OF THE HEADQUARTERS OF THE 5TH ANTI-AIRCRAFT ARTILLERY CORPS IN BERLIN.

“One of the vivid impressions of the days of August 1941 was the passage through the village of a group of 30–40 German prisoners, dropped on parachutes and captured by our soldiers. Helmets on, neatly dressed, tanned and well-fed, they walked peacefully under the guard of three or four mounted convoys. Neither we nor the villagers uttered a single word or reacted in any way to the event. The war had only just begun and had not yet produced the bitterness in souls that came later. It was not even the enemy walking past us, but the enemy who had failed that night. It is interesting to compare these feelings with what I experienced in the first days of May 1945 in Berlin, when, left alone to sleep in the center of the city in a former German barracks (in an

anti-aircraft bunker), I shivered with the cold of night, but could not bring myself to cover myself with the German soldier blankets that lay there by the dozens. At that time, German meant fascist, dirty, defiled, squeamish.”

Ilya Semyonovich participated as an interpreter of interrogations of Colonel Hans Wellermann, chief of Berlin Air Defense, and translated the technical documentation and description of the German V-2 rocket. The German rocket was the first man-made object in history to make a suborbital space flight. After the war, it was the study of translated documents and descriptions of the war trophy by a group of Soviet engineers under the leadership of S. P. Korolev. P. Korolev served as the beginning of space exploration in the USSR.

Already in the postwar 48 Ilya Semyonovich managed to get a diploma of higher education and successfully graduated from the History Faculty of Moscow State University. It is worth noting that during this difficult period, he combined his studies with a full-time job as editor of “Diplomatic Dictionary”, which he later wrote about in his memoirs.

I. S. Kremer was a major specialist in German history and international relations. Author of several books and over 150 scientific works, published in Russian, English, German and Danish (including one of the authors of 13 volumes of the “World History” and the English edition of “The World History in 100 issues”). Author of textbooks for higher education institutions: “He is the co-author of

L. S. Belousov and I. V. Grigorieva, the coauthor of "The History of Foreign Policy of the USSR (1917-1963)" (with A. O. Chubarian) and the co-author of "The History of International Relations in XX-XXI Centuries" with A. A. Sagomonyan and A. M. Khazanov.

Member of the Moscow Union of Journalists, the Soviet Committee for European Security, and the Presidium of the Soviet Committee of War Veterans. A representative of the Soviet (Russian) Committee of War Veterans in the leadership of the International Federation of Resistance Fighters – Union of Anti-Fascists (FIR SA) since the 70s, in the 90s – General Secretary. Since 2004, a member of the honorary presidium of this organization. Participated in many FIR congresses, European Security Congress, World Congress of Scientists for Peace etc. By commission of FIR and the Russian Committee of Veterans of War (Russian Union of Veterans) he repeatedly visited veteran organizations in Europe, USA and Israel, aiming to develop collaboration between national anti-fascist and pacifist organizations.

Ilya Semyonovich was awarded with the Great Patriotic War Order of the 2nd degree, Order "Badge of Honor", Order of Friendship of Peoples, Medals "For Service in Battle", "For the capture of Berlin", "Liberation of Warsaw", Medal of Honor of the Peace Council, as well as the Honorary Diploma of M. Vandenberg (hero of the European Resistance) and many other awards. In recent years, Ilya Semyonovich was a professor in the theory and history of international relations at Moscow State Linguistic University, where he was an undoubtedly unique specialist and brilliant professor.

In May 2021 in Moscow State Linguistic University (MSLU), where Ilya Semenovich spent the last 27 years of his creative and teaching career, had a meeting dedicated to the memory of the scholar. Representatives of science, higher school, diplomacy and public organizations in Russia and other countries participated. The participants of the meeting came to the conclusion that a worthy celebration of the 100th anniversary of I. S. Kremer would be of great benefit to the Russian scientific community, would have a revitalizing effect on the social life of Russia, and would serve as a starting point for many constructive initiatives.

Making this anniversary a notable event would be a wise and useful step from different points of view.

I. S. Kremer, most of whose creative activity took place in the Soviet era, has left us a model of honest scholarship in history and political science, which is especially important at a time of the onset of a new bias. Staying with us in his scholarly writings, memoirs, and interviews, Professor Kremer can not only continue to be a treasure trove of scientific erudition, but also serve as a moral tuning fork, a role model for both mature people and young students. Despite the political constraints he faced, Ilya Semyonovich managed to become a prominent

**"ONE DAY, IN THE
SPRING OF 1947, I WAS
INVITED TO COME INTO THE
EDITORIAL OFFICE OF THE
'DIPLOMATIC DICTIONARY'. HERE
TWO LADIES WERE TALKING
TO ME – EMILIA ISAAKOVNA
AND VERA SEMYONOVNA
SOLOVYOVA. I CAME TO THIS
CONVERSATION AS A POOR
STUDENT, MOONLIGHTING AT
AN INFORMATION AGENCY, AND
CAME OUT THE HAPPY OWNER
OF A PERMANENT JOB – THE
POSITION OF EDITOR OF THE
'DIPLOMATIC DICTIONARY'.
THERE WAS, HOWEVER, ONE
PROBLEM – FOR A FOURTH-
YEAR STUDENT OF THE HISTORY
DEPARTMENT OF MOSCOW STATE
UNIVERSITY ATTENDANCE OF
LECTURES WAS MANDATORY.
HOW THIS COULD BE COMBINED
WITH A FULL-TIME POSITION – I
DID NOT KNOW. BUT THE WORLD
IS NOT WITHOUT GOOD PEOPLE.
THE HEAD OF MY STUDENT
GROUP, ALLOCHKA GUBANOVA,
REASSURED ME: 'TAKE THE JOB,
YOU HAVE A FAMILY. DON'T
WORRY, I'VE GOT YOUR BACK.'
I SAFELY COMBINED WORK WITH
MY STUDIES UNTIL I GRADUATED
FROM MSU IN 1948. THEY
DID NOT OPPRESS ME AT THE
EDITORIAL OFFICE EITHER, AND
I ATTENDED SEMINARS, TESTS,
AND EXAMS WHICH WERE VERY
IMPORTANT FOR ME".**

participant in the pan-European intellectual life, a friend of many major scientists, public and political figures of Europe. The feelings of I. S. Kremer's friends and colleagues, as well as the memory of those who passed away, are bridges that still connect Russia with Germany, Austria, Switzerland, Denmark and Israel in spite of the difficult international situation. The good name of Professor I. S. Kremer can serve as a foundation for public diplomacy endeavors.



I. S. Kremer, a veteran of the Great Patriotic War, who signed the Reichstag in May 1945, remained in our memory as a modest and wise man, who to his last days spoke of the importance of the struggle for peace. As such, he was a living alternative to the many unhealthy tendencies that have gained momentum in recent years. As a member of the Soviet and then Russian Veterans Committee, responsible for cooperation with a number of Western European countries, Ilya Semyonovich did much to ensure that communication between Soviet and foreign veterans of World War II and the anti-fascist Resistance was carried out over barriers. In 2018, Ilya Semyonovich Kremer was a guest at the First International Scientific Conference "Victory in the Great Patriotic War as a Historical Event in the Life of the Jewish People." For many years Professor Kremer was the secretary, general secretary, and honorary president of the International Federation of Resistance Participants – Union of Anti-Fascists (FIR). In his activities I. S. Kremer strived to ensure that Russia's participation in this organization would not fade together with the generation of front-line soldiers, that their heirs and historians, researchers of World War II and the Resistance to Nazism would have an active, responsible and independent public position. In this respect, the image of I. S. Kremer is especially important for the Jewish public in Russia and abroad.

The memory of Ilya Semyonovich's personal courage and the highest professionalism of the professor and teacher will remain in the hearts of his colleagues, students, and everyone who knew him during his lifetime.

Образовательный центр «Практика» предоставляет возможность получить востребованные профессии очно (г.Коломна) и в формате ОНЛАЙН:

- Эстетическая косметология
- Технолог по массажу лица
- Классический массаж
- Антицеллюлитный массаж
- Медовый массаж
- Баночный массаж
- Технику Гуаша
- Комплексные протоколы по очистке лица
- Пилинги

ПРАКТИка

**Выпускаем профессионалов,
КОТОРЫЕ ЗАРАБАТЫВАЮТ!**



ПРАКТИка

КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ:

г. Коломна,
ул. Дзержинского, 7

WHATSAPP 8 (977) 862-58-82
PRAKTIKAKURS@YANDEX.RU

Instagram: [praktika_online](#)
<https://vk.com/praktikakurs>