ISSN 2233-3932

ADDRESS: RUSTAVELI AVE. 24 · 0105, TBILISI, GEORGIA · PHONE: +99532 2990861

SWAROVSKI.COM

რუსთაველის გამზ. 1
0105, თბილისი, საქართველო
ტელ: + 995 32 2 934 734
ფაქსი: +995 32 2 933 744
ელ-ფოსტა: info@luxury-interior.ge

www.villeroy-boch.com

My House of Villeroy & Boch

Villeroy & Boch
1748

12 სარედაქტორო

14 ჩვენ უკვე 6 წლის ვართ!
„სითის“ დაბადების დღე „ორანჟერეაში“

26 სტუმრად „ტოტალ შარმში“

30 რუსა მორჩილაძის საღამო

32 EVENING MUST HAVE
რუსა მორჩილაძე

34 დარჩა 1 თვე!
გახდი, „სითისთან“ ერთად გახდი „სითი“ სახე!

44 „ელიტ ელექტრონიქსი“
ახალი კონცეფცია

48 ვიზიტი ესთეტიკის ცენტრ MM-ში

50 15 წუთი ნინო თოლორდავასთან

52 გადააგდე სიგარეტი
„სითისთან“ და TABEX-თან ერთად!

56 ახლენილი ოცნება
MIRROR BEAUTY REFLECTION

63 „რიქსოს ბორჯომი“
დასვენება მეგობრებთან ერთად

70 ნინოს ახალი სახლი

84 KARE ჩემი ცხოვრების სტილი

92 ყველა დროის კლასიკა INDEX-ისგან

94 შოპინგფესტი „ლილო მოლში“

104 5 მიზეზი
„რიქსოს ბორჯომში“ სტუმრობისთვის

108 BIOLI
როცა მოგზაურობით მდიდრდები...

114 მილა ანუფრიევა
მოდის ბიზნესის სათავეებთან

118 RED FANTASY

124 დამიხატე მშვიდობა

თამუნა ტაბატაძე
ფოტო: I SEE STUDIO /აკო ხარისთვალაშვილი
ვიზაჟი/ვარცხნილობა: ეკატერინე ჩანჩიბაძე

RIXOS
BORJOMI

„დეტოქს“ პროგრამა „რიქსოს ბორჯომისგან“

მოემზადეთ ზაფხულის სეზონისთვის
"რიქსოს ბორჯომთან" ერთად.
დაჯავშნეთ **"დეტოქს პაკეტი"**
და ჩვენი კვალიფიციური ექიმები და მზარეულები სპეციალურად
თქვენთვის შეადგენენ გამაჯანსაღებელი პროცედურებისა და
კვების რაციონს.

მესხეთის ქ №16, ბორჯომი, საქართველო
2 292 292
borjomi@rixos.com

ქართულმა ბრენდმა **George Piralli** 16 მაისს ოპტიკის ინდუსტრიაში მორიგი წარმატებული სვლა განახორციელა, გამართა რა 2016 წლის ზაფხულის მზის და ოპტიკური სათვალეების კოლექციების პრეზენტაცია! პრეზენტაციას ესწრებოდნენ სხვადასხვა ქვეყნის ოპტიკის დარგის სპეციალისტები, რომლებმაც სათვალეებს მისცეს უმაღლესი შეფასება.

სტილი, ხარისხი და ხელმისაწვდომობა! - სწორედ ეს გახლავთ ქართული ბრენდის მახასიათებლები.

იკითხეთ წამყვან ოპტიკურ სალონებში

www.facebook.com/GeorgePiralli

George Piralli

Created in Georgia

ყდაზე:

ნინო ნადირაძე-კუზანოვა

ფოტო: **ირა კურმაევა**
სტილი/მაკიაჟი: **ნინო მარტაშვილი**
ლოკაცია: **ქოშიგორა, დილომი**
ტანისამოსი: **Elisabetta Franchi**
მძივი: **Chanel**

ნომერზე მუშაობდნენ:
WORKING ON THIS ISSUE:

მარიამ ხოფერია | Mariam Khoperia
ნინი გოგოლაძე | Nini Gogoladze
ანა არაბიძე | Ana Arabidze
ნინი ჯაფარიძე | Nini Japaridze
თეკლა გოგოლაშვილი | Tekla Gogolashvili
ნატალია შევარდენიძე | Natalia Shevardenidze
ანაკო ტურაშვილი | Anako Turashvili

კორექტორი: ნათია უსტიაშვილი
Corrector: Natia Ustiashvili

მთავარი ბუღალტერი: ეთერ შერგელაშვილი
Chief Accountant: Eter Shergelashvili

მთავარი რედაქტორი – ეკა ხოფერია
Editor-in-Chief – Eka Khoperia

აღმასრულებელი რედაქტორი – ნათია სორდია
Executive Editor – Natia Sordia

რეკლამის და მარკეტინგის სამსახურის უფროსი – ნატო ლომთათიძე
Head of Advertising and Marketing – Nato Lomtatidze

მარკეტინგისა და საზოგადოებასთან ურთიერთობის დეპარტამენტის ხელმძღვანელი – თეა ხოფერია
Head of Marketing and PR Department – Thea Khoperia

რედაქტორის მოადგილე – ნინი გოგოლაძე
Deputy-in-Chief – Nini Gogoladze

ტექნიკური რედაქტორი – ნიკოლოზ ბაგრატიონი
Technical Editor – Nikoloz Bagrationi

ნომრის გამომშვები რედაქტორი – თეა ხოფერია
Copy Editor – Thea Khoperia

ფოტო / Photo

კახაბერ შარტავა/Kakhaber Shartava

ირა კურმაევა/Ira Kurmaeva

იური აკოპოვი/Iuri Akopov

LIG STUDIO

ISEE studio

ყოველთვიური ჟურნალი **"სითი"**,
გამოიცემა 2010 წლის 14 მაისიდან.
გამომცემელი შპს **"აუდიტორია"**.

UDC (უაკ): 050(479.22)
ს-489

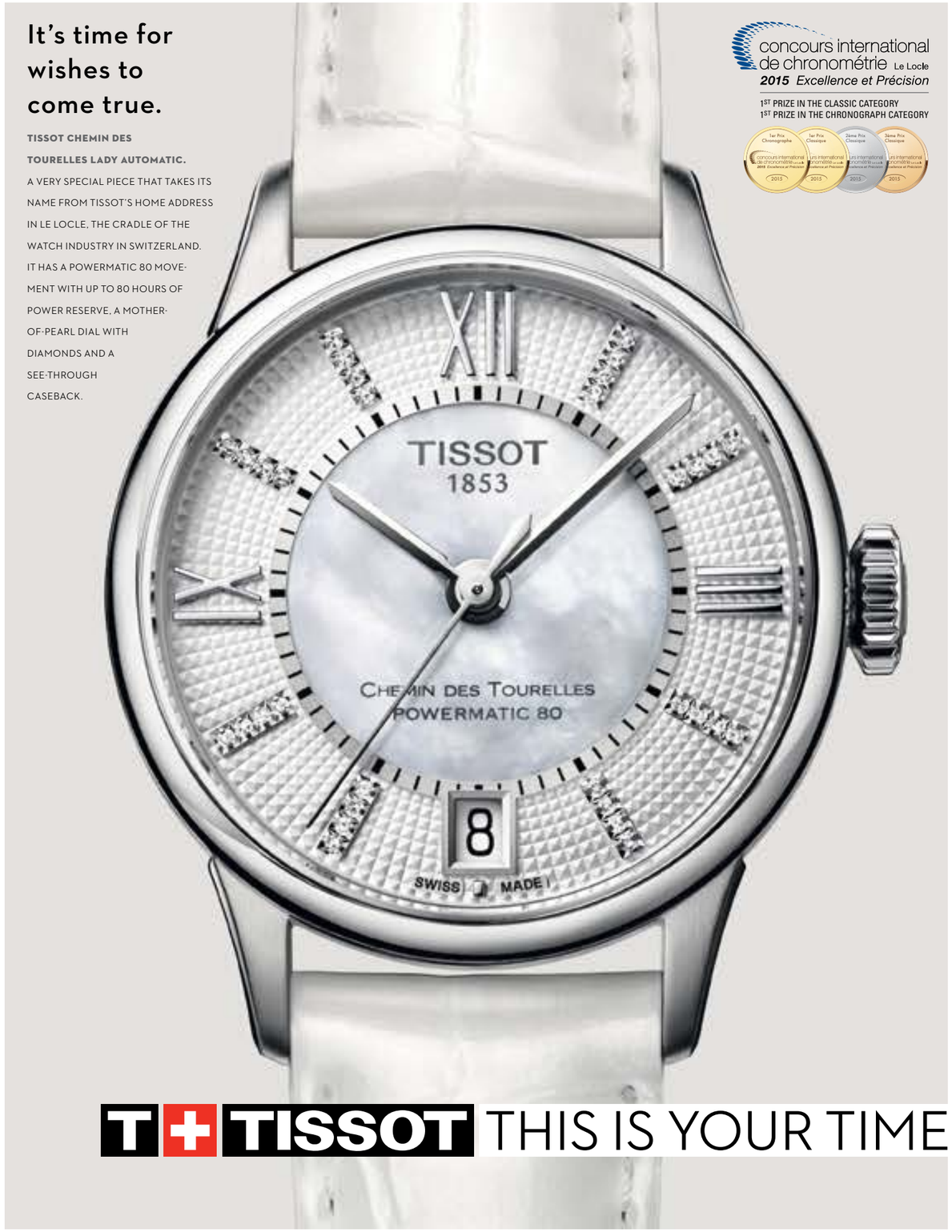
მისამართი: ი. აბაშიძის №47.
ტელ: +995 32 2 292 290; 577 45 99 87
e-mail: citymagazine2010@gmail.com

ბეჭდვა: სარეკლამო კომპანია „მაქს პრომ ჯგუფი"
მისაამრთი: თბილისი, აფაქიძის ქ. N 9
ტელ: 032 247 12 07

ფასი: 4 ლარი. ჟურნალში გამოქვეყნებული მასალა წარმოადგენს გამოცემა "სითის" საკუთრებას,
ჟურნალში წარმოდგენილი ნებისმიერი მასალის გამოყენება რედაქციის წერილობითი ნებართვის გარეშე აკრძალულია. რედაქცია მიღებულ მასალებსა და წერილებს უკან არ აბრუნებს.
გამოცემის სტატიებში გამოთქმული მოსაზრებები შეიძლება არ ემთხვეოდეს რედაქციის პოზიციას.

ჟურნალი "სითი" არ იღებს პასუხისმგებლობას სარეკლამო ტექსტების შინაარსზე.

ჟურნალ "სითის" გამოწერა: სააგენტო "ელვა სერვისი"
ტელ: +995 32 2 38 26 73, 2 38 26 74



არტთაიმი ARTTIME
შენი შვეიცარიული საათი
www.arttime.ge

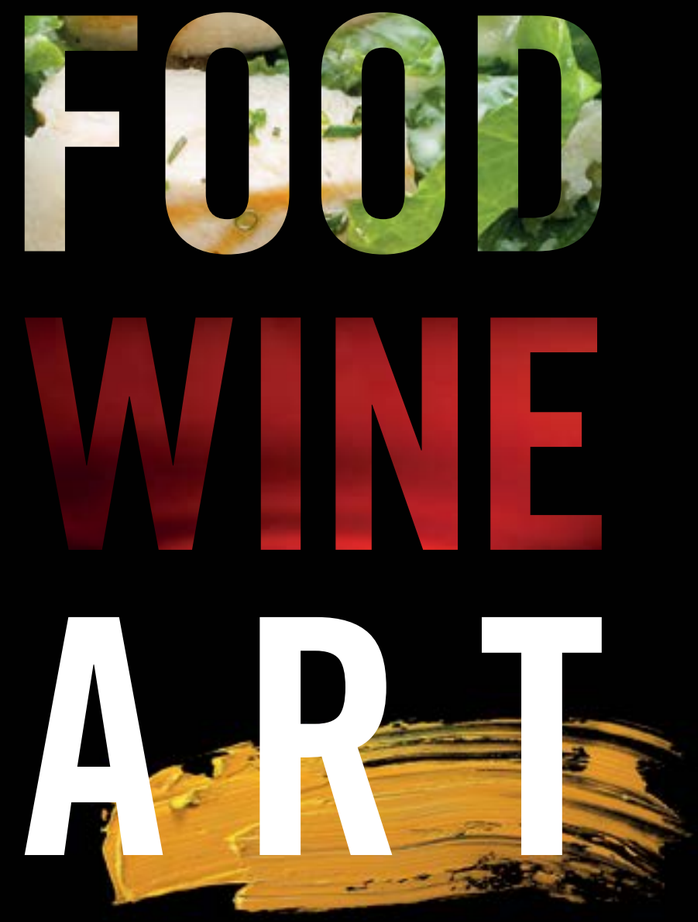
TISSOTWATCHES.COM
TISSOT, INNOVATORS BY TRADITION

ფოტო: დიმა ჩიკვაიძე

ძე და ანანო ჭეჭი წლის წინ, ყოლან ბაბელინცო ეაბელიში

ერთი მნიშვნელოვანი საკითხი უნდა გადავწყვიტო. არ ვიცი, ასაკის ბრალია, თუ დედაქალაქის თავზე უკვე მეტისმეტად ჩამოწოლილი სმოგის, აზრი ქალაქგარეთ ცხოვრების შესახებ სულ უფრო მწიფდება ჩემს თავში. არადა, სულ რაღაც სამიოდე წლის წინ ყველას ვეუბნებოდი, რომ ასფალტის ადამიანი ვარ და ქალაქის რიტმის შეგრძნება ჩემთვის სასიცოცხლოდ მნიშვნელოვანია. მერე რა, რომ საცობებია და მანქანის გაჩერება **tkt.ge**-ზე „მარუნ 5-ის“ ასლარიანი ბილეთების ყიდვის ტოლფასია, მაინც მომწონდა. არასდროს მაწუხებდა არაყიშვილის ქუჩაზე დიდი სიჩქარით შემოსული მანქანის ხმაური, საყვირები, უქმე დღეებში შეზარხოშებული ახალგაზრდებისა და არამარტო ახალგაზრდების სასაცილო სიმღერები თუ მეზობლის ბოლო ხმაზე აწეული ტელევიზორი. ჩემს სიყვარულს ქალაქის სმოგში ცხოვრებისადმი საკმაოდ არგუმენტირებულად ვასაბუთებდი: აქვეა სკოლა და ბაღი, აქვე – მაღაზიები, ცოტათი შორს, მაგრამ მაინც აქვე სამსახური, საიდანაც ყოველთვის შემიძლია მოვბრუნდე სახლში, სოკოებივით მომრავლებული სიმპათიური კაფეები კარგი ყავითა და ჯანსაღი სამზარეულოთი. ყველაფერი ერთ დღეში შეიცვალა. მაშინ, როდესაც ჩვენი ოჯახის ცხოვრებაში ერთი ადამიანი გაჩნდა. ამ ადამიანს ჩვენ ისეთი მნიშვნელოვანი საკითხი გადავაბარეთ, როგორიცაა სახლის რემონტი. სახლი ძველი ნაშენებია და ძველის გადაკეთებას რომ ახლის აშენება სჯობს, ჩემზე კარგად იცით. რემონტისთვის მორალურად ვემზადებოდი, ვემზადებოდი უაზროდ გაწელილი დღეებისთვის, მუშების დაგვიანებებისთვის, გადაუჭრელი პრობლემებისთვის, კამათისთვის, ჩხუბისთვის და ბოლოს მიღებული რეალობის შეგუებისათვის. ეს არ მოხდა. უფრო მეტიც, რემონტი იმდენად სწრაფად დამთავრდა, რომ უკვე მენატრება და ჩემი მთავარი „მერემონტის“ ფეისბუქკედელზე ახალ, უკვე სხვა ადამიანების სახლებში მიმდინარე სამუშაოების ამსახველ ფოტოებს რომ ვხედავ, ვეჭვიანობ კიდეც.

ყველას რემონტისა და სახლის აშენების თავისი ისტორია აქვს, ისევე, როგორც ამ ნომრის მთავარ გმირს ნინო ნადირაძე-კუზანოვას. თანაცხოვრების 23 წლის იუბილეს ნინო და გუგა ახალ, ლამაზ სახლში აღნიშნავენ, რომელიც ქალაქის ცენტრიდან მოშორებით, წყნარ და უზარმაზარი ნაძვებით გარშემორტყმულ ტერიტორიაზე მდებარეობს. ქალაქის გიჟურ რიტმსა და სმოგს ნინომ წყნარი და მშვიდი გარემო არჩია. მეგობრები ეჭვიანობენ, რადგან რაც ახალ სახლში გადავიდა, იქიდან მისი გამოყვანა საკმაოდ გართულებულია. თუმცა ნინოს გაუმართლა – სამსახური ახალი სახლიდან 10 წუთის სავალზე აქვს. ახლა იმას ვფიქრობ, „იმედის“ პანაწუნა ფილიალი შინდისწავკისის მიდამოებთან როგორ გადმოვიტანო. რაც შეეხება „სითის”, ეს საკითხი უკვე მოგვარებულია, ის სულ ჩემთანაა, შინდისშიც და თბილისის სმოგშიც.



Good Food is a Human Right

Please come and enjoy our freshly prepared dishes using the best locally sourced produce at Dinehall Tbilisi, world's first fresh-casual-cafe-restaurant.

DINEHALL
TBILISI

28 Rustaveli Street Tbilisi (0108) Georgia + (995 32) 200 16 16 info@dinehall.ge dinehall.ge

DINEHALL RESTAURANT DINEHALL Patisserie DINEHALL Cellar DINEHALL BAR DINEHALL Art Gallery

ჩვენ უკვე 6 წლის ვართ!

„სითის“ დაბადების დღე „ორანჟერეაში“

„სითის“ მარწყვებით მორთულ მოსაწვევებში ასე ეწერა: „დაბადების დღეს ვიხდით ვიწრო წრეში, მხოლოდ ჩვენები, გვექნება მარწყვის ტორტი“! მიუხედავად ამისა, „ორანჟერეაში“ ჟურნალის დაბადების დღეზე მოსულთა რაოდენობას „ვიწრო წრეს“ ნამდვილად ვერ უწოდებდით. „სითის“ რედაქტორმა ეკა ხოფერიამ და ლაუნჯ „ორანჟერეას“ პიარმენეჯერმა თაკო დოლაბერიძემ 6 წლის იუბილეზე უამრავ სტუმარს უმასპინძლეს და მოწყენის საშუალება არცერთ მათგანს არ მისცეს.

წვეულებაზე სტუმრეს ირმა სოხაძემ, გიო ხუციშვილმა, ნუცა ბუზალაძემ, გიორგი მახარაშვილმა, ანი კეკუამ და მაკუნა გამცემლიძემ უმღერეს. გამოვლინდნენ „სითის“ კონკურსის „ჩემი ბებოს პასკის“ გამარჯვებულებიც, რომლებსაც სხვადასხვა პრიზი გადაეცათ; **knitdecor.ge**-სგან ექსკლუზიური ნაქსოვი სანათის მფლობელი ჟურნალისტი ირმა იანტბელიძე გახდა, ხოლო **Ambiance Home Décor**-სგან ლარნაკი სტომატოლოგ თაკო ვარდანაშვილს გადაეცა. თუმცა ეს საღამოს მხოლოდ დასაწყისი იყო, „სითის“ მეგობრებმა საჩუქრები მიიღეს ყვავილების მაღაზია „ჰორტენზიისგან“, **Ergoline Lifestyle**-ისგან, სილამაზის სახლ **MIRROR**-ისგან და კლინიკა „ლეპიდუსისგან“.

„სითის“ დაბადების დღეზე „ორანჟერეაის“ დახვეწილი ფურშეტისა და სასმელების გარდა, დაპირებისამებრ, სტუმრებს ფრანგულ-ქართული საკონდიტრო საცხობ „გურმეს“ მარწყვის უგემრიელესი ტორტიც მიართვეს.

გიო ხუციშვილი

ნუცა ბუზალაძე, ანი კეკუა

ვანო ხოფერია, თაკო დოლაბერიძე

გიორგი მახარაშვილი

ირმა სოხაძე

ეკა ხოფერია

შოპინგი და გართობა ნებისმიერ ამინდში

თბილისი მოლი

0322 50 55 56
INFO@TBILISIMALL.COM
აღმაშენებლის ხეივანი მე-16 კმ, 0131

TBILISIMALL.COM
FACEBOOK.COM/TBILISMALL

ნინო ბაჩიაშვილი, ნინი სტურუა, თაკო ჩხეიძე

მანო გაბური, ხატია შამუგია, ხატია მოისწრაფიშვილი

ნინო მეუნარგია, მაკუნა გამცემლიძე

ნინო ქაჯაია, სალომე გოგიაშვილი

ნათია შელეგია, ნინო ცქიტიშვილი

ნინო რუხაძე

თათა სვანაძე, მაკა გიორგობიანი

ანა გურგენიძე, თეო გურგენიძე, თაკო ფიჩხაია, თეონა ჩარკვიანი, თიკო ნატროშვილი

ეკა სარალიძე, ნათია სახამბერიძე

Entrée
Bakery Chain

Entrée
Entrée
Entrée

www.entree ge

ჩვენი მისამართები:
ატენის ქ. 1
ჭავჭავაძის გამზირი 78 (ბაგები)
თაქთაქიშვილის ქ.13
პეტრიაშვილის ქ. 19
აღმაშენებლის გამზირი 86
პეკინის გამზირი 7
პეკინის გამზირი 24ა
გაგარინის ქ. 25
კოტე აფხაზის ქუჩა 47 (ლესელიძე)
ამაღლების ქ. 12 (სოლოლაკი)

ირმა იანტბელიძე, მარიამ ვარდანაშვილი, ეკა ხოფერია

მარიამ გოგიბედაშვილი

ეკა იოსელიანი

მარიამ ფოფხაძე, ნინო დოლენჯაშვილი

ნატა შარაშენიძე, გოჩა გოგიშვილი, მაკო ჯაოშვილი

მარიამ რობიტაშვილი, ელენიკო ჯიხლაშვილი

ნათია ცხადაია, ნათია გურგენაძე, ხათუნა უგულავა, ნინო ბერიძე

თინათინ კეკუა, ქეთა ლომიძე

ქეთი მაჭავარიანი

გოგა გოგოლაძე,
თაკო ვარდანაშვილი, ნატო ლომთათიძე

“primeclass” CIP სამსახური თქვენი პირადი დამხმარე აეროპორტში

ექსკლუზიური მომსახურება ჩამოსვლისას თუ გამგზავრებისას

მებარგულის მომსახურება

პირადი ასისტენტი უსაფრთხოების კონტროლის გავლისას

პირადად თქვენთვის განკუთვნილი მოსასვენებელი დარბაზები

TAV primeclass

თბილისი : +995 322 310 330
ბათუმი : +995 422 235 111
www.primeclass.com.tr
TAV Georgia Operation Services L.L.C.

ნათია უსტიაშვილი

ლალი კრიხელი

აკა ჯიჯგიხია, მარიამ ხოფერია, ინგა სიმონია, თეა ბეგიაშვილი

ნატა ნიკლაშვილი, ნინო მარტაშვილი, ნუცა ბუზალაძე, მარიამ მაღრაძე

ლეკა მიქაძე, გიორგი მახარაშვილი

მიხეილ, იკა და ნიკოლა ხუჯაძეები

ლიზა ელიავა, ნუცა გუგავა, ანანო ლევიძე

ნატალია პაპუაშვილი, სოფო შარია, ათული პაპუაშვილი

www.kordzadzelawoffice.ge

13

KORDZADZE LAW OFFICE
ქორძაძის საადვოკატო ბიურო

Ergoline
LIFESTYLE STUDIO

ი. აბაშიძის N22

ტელ: 222 04 14
ფაქსი: 225 33 03
www.ergoline.ge
Ergoline Tbilisi

Ergoline, SunFX, Cosmedico

ოფიციალური წარმომადგენელი საქართველოში

სოფო ლაცაბიძე, ნატო მუმლაძე, ნინი ჯაფარიძე, ნატალია გოგავა, მარიამ ტულუში, მაკა პეტრენკო, ნესო ფეიქრიშვილი, თამუნა მუმლაძე

ნათია ლოლაძე, ლევან კირვალიძე, ოთო აბესაძე, თათია ლოლაძე, მარი გრიგოლია

თემურ და ლეილა ხუდოევები

თეიმურაზ მეგრელიშვილი, ანასტასია მეგრელიშვილი, ნონა ტერზიანი

ნენე მაჭავარიანი, ლიკა მენაღარიშვილი, თამარა მაჭავარიანი, ნინი გოგოლაძე

ივა ფრუიძე, ნუცა ბუზალაძე, ნინო დათიაშვილი

ნინი ნებიერიძე, ირმა კილაძე, მარიამ ყაველაშვილი, ნინო გოგოლაშვილი

კახა კურტანიძე, ეკატერინე ჩანჩიბაძე

ირაკლი ფორჩხიძე, გიორგი ტულუში, სოფო ბალავაძე

მაკა გვრიტიშვილი

ანა ნებიერიძე

თეკლა გოგოლაშვილი

ელი კასრაძე, სალომე კასრაძე, შორენა კოპალეიშვილი

ნინა შელია, მიშო თხილავა

მაკო რატიანი, ნინო ქარდავა

ლიკა ქარდავა

რამონა დე პიტა, ნატაშკა ბახტაძე, ნატალია ამირეჯიბი

სტუმრად „ტოტალ შარმში“

ემა ხაჟომია, ჯანეტ ქერდიყოშვილი

„ტოტალ შარმისა“ და „სითის“ მეგობრობა უკვე რამდენიმე წელს ითვლის. ჩვენ მუდმივად ვიცით ერთმანეთის სიახლეების, გეგმების, იდეების შესახებ, ვათანხმებთ ერთობლივ პროექტებს. ერთ-ერთი სატელეფონო საუბრისას „ტოტალ შარმის“ მთავარმა დერმატოლოგმა ალბინა ქაჯაიამ ერთ გოგონაზე მიამბო, ვისაც საქართველო „მის სამყარო 2015“-ზე უნდა წარედგინა. გოგონა ჯანეტ ქერდიყოშვილი აღმოჩნდა, მოდელი და „მის საქართველო 2011“. დიდ საორგანიზაციო ჯგუფთან ერთად ჯანეტის გარეგნობაზე კლინიკა „ტოტალ შარმის“ სპეციალისტები ზრუნავდნენ და კონკურსის მოსამზადებელ პერიოდშიც აქტიურად იყვნენ ჩართულნი. საქმიანი თანამშრომლობა მეგობრობაში გადაიზარდა – დღეს ჯანეტი უკვე დედასთან ერთად სტუმრობს „ტოტალ შარმს“ და არა მხოლოდ საკუთარ, არამედ ოჯახის წევრების გარეგნობაზეც ზრუნავს. ჯანეტი მხოლოდ ალბინასა და „ტოტალ შარმის“ პროფესიონალების გუნდს ენდობა.

კონკურსის მოსამზადებელ პერიოდში ჯანეტს სხვადასხვა პროცედურა ჩაუტარდა. კანის წმენდასთან ერთად მას „ტოტალ შარმის“ სპეციალისტებმა უნემსო მეზოთერაპია ურჩიეს, რადგან ამ პროცედურას მომენტალური შედეგი აქვს. სახის კანის შემდეგ ჯანეტი სხეულის მოვლის პროცედურებს გაეცნო და „ტოტალ შარმის“ გუნდის რეკომენდაციით კარბოქსითერაპიისა და რადიოტალღოვანი ლიფტინგის პროცედურები ჩაიტარა. კარბოქსითერაპიისას კანის დამუშავება ნახშირბადის გაზით ხდება. ესთეტიკაში ეს პროცედურა როგორც ცხიმის დამშლელად, ისე კანის გასამკვრივებლად და გამაჯანსაღებელი ეფექტის მისაღებად გამოიყენება. რაც შეეხება **RF**-ლიფტინგის პროცედურას, ეს გახლავთ რადიოტალღა, რომელიც კანქვეშ ცხიმს შლის. ამ სრულიად უსაფრთხო პროცედურის შემდეგ პაციენტის სხეული შესამჩნევად მკვრივი და უფრო გამხდარია. საერთოდ, წონაში დაკლების შემდეგ სხეულის გამკვრივება საკმაოდ რთულია. ეს შეთავაზება კი პაციენტებს ამ პრობლემას უხსნის. დაუჯერებელია, მაგრამ ფაქტია, რომ 4-8 პროცედურა საკმარისია შედეგის მისაღწევად. ჯანეტი შედგენილ გეგმას ზედმიწევნით ასრულებდა და, ცხადია, შედეგმაც არ დააყოვნა.

დღეს ესთეტიკური მედიცინა იმდენად წინ არის, რომ ყველა პაციენტის სურვილს ერგება და სასურველი შედეგის მიღწევა აბსოლუტურად რეალურია, თუმცა რაც უფრო ადრე იზრუნებთ პრობლემის მოგვარებაზე, მით უფრო ადვილად მიაღწევთ სასურველ შედეგს. ეს „ტოტალ შარმის“ გუნდის მთავარი რჩევაა.

ჟანეტ ქერდიყოშვილი, მოდელი, „მის საქართველო 2011“

„ჩვენი ურთიერთობა ჯერ კიდევ მაშინ დაიწყო, როცა „დღის შოუს“ წამყვანი ვიყავი. ჩემთვის და ჩვენი ქვეყნისთვის მეტად საპასუხისმგებლო საერთაშორისო სილამაზის კონკურსის „მის სამყაროსთვის“ მზადების დაწყებისას უკვე ვიცოდი, რომელ ესთეტიკურ კლინიკაში უნდა გამევლო მოსამზადებელი პერიოდი. ბევრმა ნაცნობმა მომსახურებისა და ხარისხის გათვალისწინებით „ტოტალ შარმი“ მირჩია. ვაცნობიერებდი, რომ აუცილებელი იყო ჩემს გარეგნობაზე სერიოზული ზრუნვა. ჩემდა გასაოცრად, „ტოტალ შარმის“ ექიმებმა ჩემი სურვილები უმოკლეს დროში შეასრულეს, თანაც ყოველგვარი სერიოზული ჩარევის გარეშე. მაშინდელი შედეგი კი დღემდე გრძელდება.

კონკურსის ფინალს უნდა დასწრებოდა დედაც. ძალიან მინდოდა, ისიც არაჩვეულებრივ ფორმაში ყოფილიყო. ჩემთვის ის ბუნებრივადაც ულამაზესია, მაგრამ მცირედი ჩარევა, ცხადია, მასაც სჭირდებოდა. დედა ძალიან მშიშარაა და მისი დათანხმება უმარტივეს პროცედურაზეც კი მეტად რთულია, მაგრამ კლინიკაში პირველივე ვიზიტის შემდეგ კვალიფიციურმა კონსულტაციამ გადაწყვეტილება გაუადვილა. ამ ეტაპზე დედა ფსიქოლოგიურად ემზადება, რომ აპტოს ძაფები გაიკეთოს, რომელსაც სახის დაჭიმვის ეფექტი ჭრილობისა და ნარკოზის გარეშე აქვს.

ინფორმაცია „აპტოსზე”

ძალიან ბევრ ქალბატონს უჭირს გადაწყვეტილების მიღება მიმართონ თუ არა აპტოს ძაფებს ესთეტიკური პრობლემის მოსაგვარებლად. დამატებითი ინფორმაციის მიწოდებით ვეცდებით მათ გადაწყვეტილების მიღების პროცესი გავუადვილოთ. აპტოს ძაფები სწორედ ის მიღწევაა, რაც კლინიკა „ტოტალ შარმის“ მნიშვნელობას კიდევ უფრო განსაკუთრებულს ხდის. მხოლოდ ამ კლინიკაში მუშაობენ მსოფლიოში აღიარებული მეთოდის ავტორები – მარლენ, გიორგი და კონსტანტინე სულამანიძეები, რომლებიც მსოფლიო პლასტიკური ქირურგიისა და დერმატო-კოსმეტოლოგიის მიღწევებთან ერთად წარმატებით გამოიყენებენ აქტიური სამეცნიერო მოღვაწეობის შედეგად გამომუშავებულ ტექნოლოგიებს. აპტოსი კანის ასაკობრივი ცვლილებებისა და რბილი ქსოვილების ფტოზის ეფექტური პროფილაქტიკა და მკურნალობაა, რომელიც უკვე 20 წელია წარმატებით გამოიყენება პრაქტიკაში და ქართული პლასტიკური მედიცინის მნიშვნელოვან მიღწევას წარმოადგენს. აპტოსის მეთოდის დამსახურებით ქართველი ექიმის მარლენ სულამანიძის სახელი მსოფლიო ესთეტიკური მედიცინის სამყაროში რევოლუციონერის სახელით შევიდა და არაერთი საერთაშორისო ჯილდოს მფლობელიც გახდა.

აპტოსს პროცედურიდან 5-10 დღის შემდეგ 10 წლამდე გაახალგაზრდავების ეფექტი აქვს. პირველი შედეგი პროცედურის ჩატარების დღესვე შესამჩნევია.

რჩევები ახალგაზრდა კანის მოსავლელად: +20

სოფიკო აზრუმელაშვილი, ექიმი დერმატო-კოსმეტოლოგი

კარბოქსითერაპია

– დღეისათვის კარბოქსითერაპია ერთ-ერთ ყველაზე ინოვაციურ პროცედურად მიიჩნევა. პროცედურა ნახშირბადის დიოქსიდის უშუალოდ კანქვეშ შეყვანას გულისხმობს. ორგანიზმი ამას აღიქვამს, როგორც ჟანგბადის უკმარისობას, რეაგირებს სისხლის მიმოქცევის გაუმჯობესებით და შედეგად კანის დამუშავებულ არეში ჟანგბადისა და საკვები ნივთიერებების კონცენტრაცია იზრდება, ცირკულაცია უმჯობესდება, იწყება უჯრედების აღდგენის პროცესი.

კარბოქსითერაპიის ერთი კურსი

- აღიავებს და ამკვრივებს თვალის გარშემო არეს;
- ჭიმავს მოშვებულ, მოდუნებულ კანს;
- ასტიმულირებს კოლაგენის გამომუშავებას;
- ამცირებს ე.წ „მეორე ნიკაპს“ და შლის ცხიმებს;

პროცედურა არ საჭიროებს სარეაბილიტაციო პერიოდს და გრძელდება 15-60 წუთის განმავლობაში.

სოფიკო აზრუმელაშვილი, ჯანეტ ქერდიყოშვილი

ემა ხაჟომია, მარიამ წიკლაური

სპექტრა – Spectra XT

სპექტრალაზერი ინოვაციური აპარატია დერმატო-კოსმეტოლოგიაში. მისი მრავალფუნქციური მონაცემი საშუალებას გვაძლევს ჩატარდეს სხვადასხვა პროცედურა:

- კანის გაახალგაზრდავება;
- აკნესა და პოსტაკნეს მკურნალობა;
- ჰიპერპიგმენტაციის – ლაქების მოშორება;
- სვირინგისა და პერმანენტული მაკიაჟის მოცილება;

პროცედურა არაინვაზიურია, პაციენტს შეუძლია კლინიკიდან დაბრუნდეს სამსახურში, ან წავიდეს ნებისმიერ საღამოზე. პროცედურის ხანგრძლივობაა 30 წუთი. მისი ჩატარება შესაძლოა წელიწადის ნებისმიერ დროს.

ZO Skin

ქალბატონებისთვის, განსაკუთრებით ახალგაზრდობისას, აუცილებელია სახის კანის მოვლა. მნიშვნელოვანია როგორც ექიმთან რეგულარული ვიზიტი, ისე ექიმის მიერ სწორად და ინდივიდუალურად შერჩეული მოვლის საშუალებები სახლში გამოსაყენებლად. კლინიკა „ტოტალ შარმი“ ექსკლუზიურად სთავაზობს პაციენტებს მაღალი ხარისხის კოსმეტიკურ საშუალებებს, მათ შორის, ამერიკულ ბრენდ **ZO Skin**-ს. აღნიშნულ ბრენდს აქვს როგორც ექიმების მოსახმარებელი სამედიცინო ხაზი, ასევე კანის სახლში მოვლისათვის საჭირო პროდუქცია.

რჩევები ასაკოვანი კანის მოსავლელად: +40

მარიამ წიკლაური, ექიმი დერმატო-კოსმეტოლოგი:

„40 წლის ზემოთ კანს სახლის პირობებში ყოველდღიური სწორი მოვლა ესაჭიროება. თუ თქვენს კანზე უკვე გამოვლინდა დაბერების რეალური ნიშნები, ღრმა ნაოჭები ან პიგმენტური ლაქები, საგრძნობლად გაუარესდა კანის ტექსტურა, მოეშვა სახის კანი და ა.შ. მხოლოდ ანტიასაკობრივი კრემები არ არის საკმარისი. პირველი პროცედურა, რომელიც ამ შემთხვევაში ესთეტიკურ კაბინეტში უნდა ჩაიტაროთ, მეზოთერაპიაა. როგორ ინტენსიურადაც არ უნდა იყენებდეთ კრემებსა და ნიღბებს, კანის ღრმა ფენებში ისინი ვერ აღწევენ. მიკროინექციებით კი ვიტამინების ღრმა ფენებში შეყვანა ხდება. ამ მეთოდით უმჯობესდება კანის ზოგადი მდგომარეობა.

წარბებს შორის ნაოჭები სახეს ხშირად გაბრაზებულ და დაღლილ ელფერს აძლევს. კრემები ვერ ებრძვის ასეთი ტიპის ნაოჭებს. ბოტოქსი დელიკატურად აკორექტირებს მიმიკურ ნაოჭებს, ხოლო ფილერები (ჰიალურონის მჟავა) ეხმარება კანს დაიბრუნოს პირვანდელი სახე, შეივსოს სახის ოვალი, ლოყები.

ორბელიანის ქ. №18

(+995 32) 2 18 18 14; reception@tcc.ge

Total Charm
Clinic of Plastic, Aesthetic Surgery and Dermatocosmetology

სიმი ნინი **გოგოლაძე**
ფოტო: იური აკოფოვი

რუსა მორჩილაძის საღამო

ბიარული, თავგადასავლებით აღსავსე და, ცხადია, მუსიკალური აღმოჩნდა ცნობილი კომპოზიტორის – რუსა მორჩილაძისა და მისი მეგობრების მოგზაურობა ბათუმში. ქართული შოუბიზნესის ვარსკვლავებს ახლად გახსნილი სასტუმრო „ლეო გრანდი“ მასპინძლობდა. ბათუმის ბულვარში ველოსიპედებით გასეირნების, თევზის ბაზრობის სტუმრობის, სანაპიროზე სეირნობის შემდეგ სპეციალურად „ლეო გრანდის“ სტუმრებისა და ბათუმელებისთვის სასტუმროს ღია ვერანდაზე რუსა მორჩილაძის საღამო გაიმართა. იყვნენ მხოლოდ მეგობრები, უფრო სწორად კი ისინი, ვინც იმ დღეს ბათუმში ჩამოსვლა მოახერხეს: აჩიკო მეფარიძე, ლელა წურწუმია და კახა მამულაშვილი, მაია ჯაბუა, ეკა კახიანი, ნუცა შანშიაშვილი და მაკა ზამბახიძე. ცნობილი ჰიტების ფონზე ცეკვავდა და მღეროდა უკლებლივ ყველა. საღამო იუბილარი კომპოზიტორისათვის სასტუმროს მფლობელის მიერ მირთმეული თაიგულით, დაბადების დღის მისალოცი სიმღერითა და ულამაზესი ტორტით დასრულდა, რომელიც რუსას ბათუმის „ლიტერატურულმა კაფემ“ გამოუგზავნა. „სითი“ ულოცავს რუსა მორჩილაძეს დაბადების დღეს და ახალი, გრანდიოზული შემოქმედებითი საღამოს მოლოდინშია, ისეთის, როგორიც ეს თავად რუსას აქვს ჩაფიქრებული.

ტორტი ბათუმის „ლიტერატურული კაფისგან“

ფოტო: **LIG Studio**

ნინო მარტაშვილი, გოგა ხაჯიშვილი, ალექს ივანენკო

თაკო ჩორგოლაშვილი

ლელა წურწუმია, კახა მამულაშვილი

აჩი მეფარიძე, ნუცა შანშიაშვილი

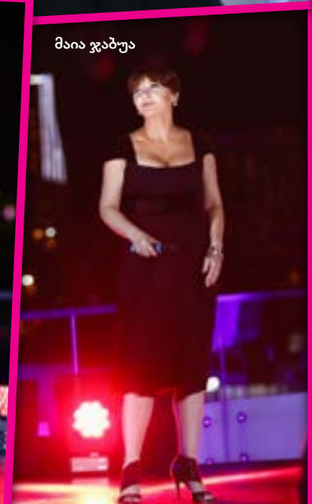
ელენე მახარაშვილი

ეკა კახიანი, რუსა მორჩილაძე, მაკა ზამბახიძე

რუსა მორჩილაძე

სტანისლავ ბონდარენკო

გიო ხუციშვილი



მაია ჯაბუა

თაკო ჩორგოლაშვილი. მარიამ ვაშაძე, ელენე მახარაშვილი

Evening Must Have

Chronograph
watches & jewellery

თავისუფლების მოედანი 2,
0105, თბილისი, საქართველო
ტელ: (+995 32) 250 50 00
www.chronograph.ge

მარი დაშნიანი

ივნისი წვეულებების, სასკოლო ბანკეტების, ქორწილებისა და მიღებების თვეა. მხოლოდ წინასწარ დაანონსებულ ივენთებს თუ გავითვალისწინებთ, რომელზეც „სითის“ მკითხველები აუცილებლად მოხვდებიან, ზრუნვა თქვენს სამოსსა თუ სამკაულზე დღეიდან უნდა დაიწყოთ. იმისათვის, რომ საღამოზე ყველაზე მომხიბვლელად გამოიყურებოდეთ და უნებლიე შეცდომა არ დაუშვათ, „ქრონოგრაფის“ გენერალურ დირექტორს მარი დაშნიანს ვთხოვეთ რჩევა, თუ რა სამკაულები მოუხდება ხსენებულ დღეებს. ყურადღებით გაეცანით „ქრონოგრაფის“ რუბრიკას და დაელოდეთ თქვენს ფოტოსესიას ზაფხულის „სითიში”, ამ რჩევების გათვალისწინებით ჩვენი ფოტორეპორტიორების კამერას ვერ დაემალებით!

CASATO
კასატო

CASATO ახალგაზრდა და ინოვაციებით აღსავსე იტალიური ბრენდია, რომელიც სტილითა და კოლექციების მრავალფეროვნებით საუკუნოვან ბრენდებს არაფრით ჩამოუვარდება. კასატოს სამკაულის განსაკუთრებულობა და ინდივიდუალიზმი შესანიშნავი საშუალებაა თქვენი უნიკლურობის და უზადო გემოვნების დემონსტრირებისათვის.

ბრენდი CASATO

კოლექცია MISS PRINCESS

ხელნაკეთი საყურე ვარდისფერი, 750 სინჯის ოქრო, ბრილიანტი;

ბრენდი CASATO

კოლექცია MIDNIGHT IN PARIS

თეთრი 750 სინჯის ოქრო, ბრილიანტი;

ბრენდი GIOVANNI FERRARIS

კოლექცია IRIS

ხელნაკეთი საყურე, 750 სინჯის თეთრი ოქრო, ზურმუხტი, ბრილიანტი;

GIOVANNI FERRARIS
ჯოვანი ფერარისი

იტალიური ბრენდი **GIOVANNI FERRARIS** უნიკალური და განსაკუთრებულია. საოჯახო ბიზნესი ორიენტირებულია იშვიათი და ულამაზესი კეთილშობილი ქვების მოძიებასა და მათი მიხედვით სამკაულების შექმნაზე. 750 სინჯის ოქრო და უმაღლესი ხარისხის ბრილიანტები, ნატიფი, დახვეწილი და ელეგანტური სამკაული თქვენი უცვლელი მეგზური იქნება ნებისმიერ წვეულებაზე.

ბრენდი GIOVANNI FERRARIS

კოლექცია IRIS

ხელნაკეთი ბეჭდები, 750 სინჯის თეთრი, ვარდისფერი და ყვითელი ოქრო, ფერადი საფირონი, ბრილიანტი;

ბრენდი GIOVANNI FERRARIS

კოლექცია DIVINA

ხელნაკეთი უნივერსალური ბეჭდები, საკუთარი სურვილისამებრ შეგიძლიათ ერთ თითზე, ან რამდენიმეზე გადანაწილებული ატაროთ. 750 სინჯის ვარდისფერი და თეთრი ოქრო დამშვენებული ბრილიანტით, ლალითა და საფირონით;

დარჩა 1 თვე!

სითისთან ერთად
• გ ა ხ დ ი ! •
სითის სახე

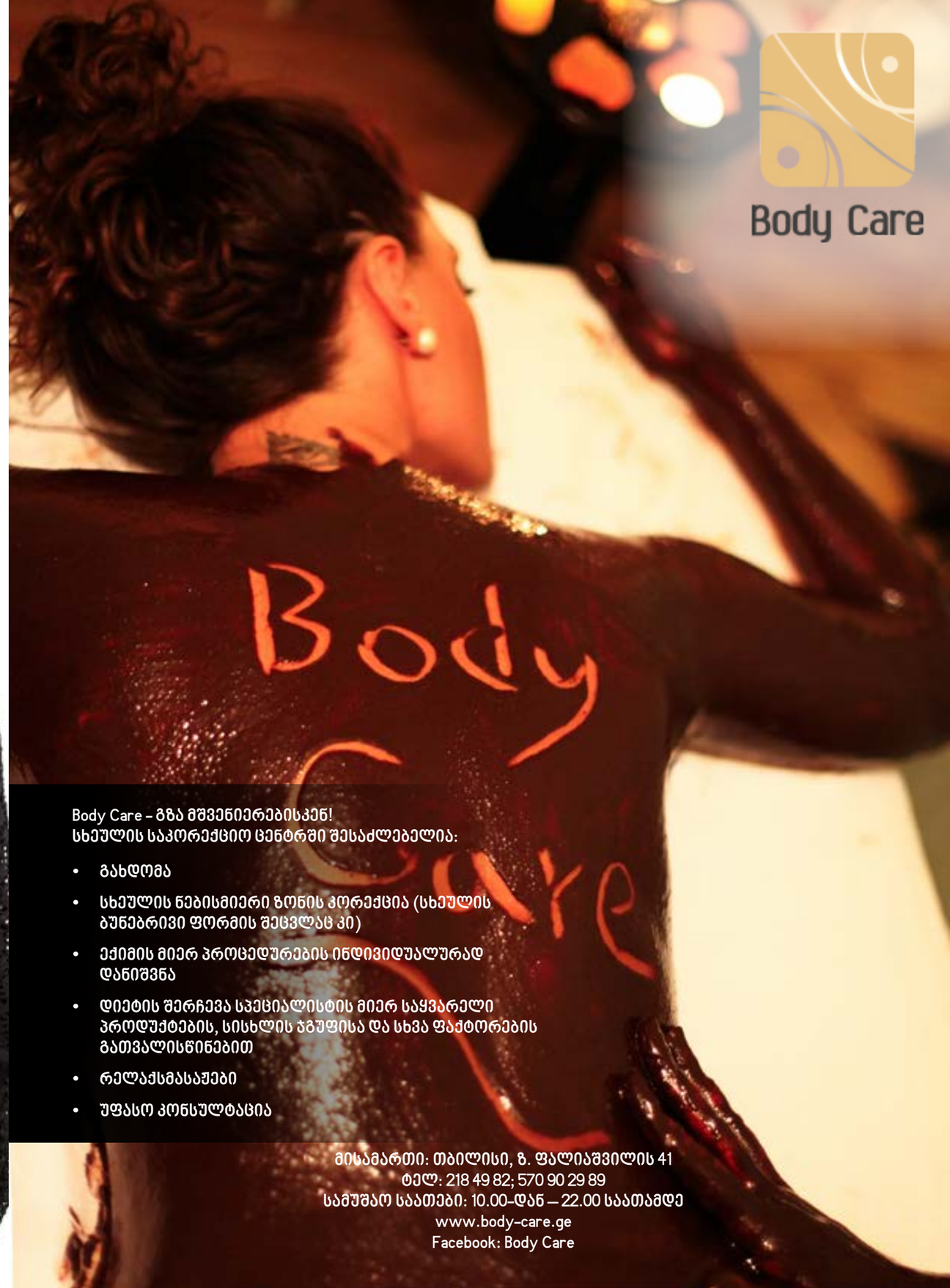
დღე
31

ჩვენი კონკურსანტების ფოტოები, რომლებსაც თქვენ ახლა ათვალიერებთ, ნომრის გამოსვლამდე 3 კვირით ადრეა გადაღებული. მაშინ, ფოტოსესიის დღეს, ჯერ არ ისმოდა ციფრები „–15 კგ, –18 კგ, – 23 კგ“, თუმცა შედეგებით გაოცებულები ვიყავით უკლებლივ ყველა, ვინც ამ პროექტში ვართ ჩართულები. საბოლოო შედეგი ჩვენმა კონკურსანტებმა ივნისის ბოლოს უნდა დადონ, ამ დროისთვის თითოეული გუნდიდან თითო გამარჯვებული უნდა გამოვლინდეს, შესაბამისად, მოტივაცია და მონდომება გაათმაგებულია. დიეტას არ არღვევს არცერთი, ერთად დადიან სავარჯიშოდ „კლუბ 71–სა“ თუ „მედიში“, იქვე იტარებენ პროფესიონალების მიერ შერჩეულ მასაჟებსა და პროცედურებს, ყოველ ვიზიტს „ბოდი ქეარში“ თითოეული კონკურსანტი აუცილებელი „სელფითა“ და აღფრთოვანებული კომენტარით ტოვებს. ამ გოგოებს დღეს გულშემატკივრობს ყველა: ოჯახის წევრები, ახლობელ–მეგობრები, „სითი“–გუნდი, „სითის“ მკითხველი, „სითის“ ვებგვერდისა თუ ფეისბუქგვერდის მკითხველები, მათი ხელმძღვანელი დიეტოლოგები, ფიტნესინსტრუქტორები, მასაჟისტები, ფოტოგრაფები და უკვე ტელემაყურებლებიც. და, მიუხედავად იმისა, რომ საბოლოო მიზნამდე ჯერ კიდევ ერთი თვეა, „სითის“ გუნდი თითოეულ მათგანს და პროექტში ჩართულ ყველა ადამიანს დიდ მადლობას უხდის არა მარტო დაკლებული კილოგრამების გამო, არამედ მეგობრობისათვის. ციფრები, რჩევები, შედეგები და გამარჯვებულები კი შემდეგ ნომერში!

კლუბი 71
ვაჟა-ფშაველას გამზ. 71,
თბილისი 0186
ტ.: +99532 2 200071
www.club71.ge

ნატა გაგუა, დიეტოლოგი

როდესაც პროექტი იგეგმებოდა, მის წარმატებაში ეჭვი არ მეპარებოდა. ყველა წინაპირობა იყო საამისოდ, თუმცა, ამის მიუხედავად, არცერთი ჩვენგანი და, მათ შორის, მეც არ ველოდებოდი, რომ ის ასეთი რეზონანსული გახდებოდა. მართალი გითხრათ, მეც გავიზარდე. ამ პროექტმა იმ პაციენტებთან დამაკავშირა, რომლებიც აქამდე ვერ მოდიოდნენ ჩემამდე. თითქოს ბარიერი მოხსნა ამ ადამიანებისათვის; ვინაიდან კონკურსის დასაწყისშივე ჩვენ ჩვენი პროგრამისა და დიეტის ძირითადი პრინციპების შესახებ მოვყევით, ბევრი ადამიანისათვის, ვისაც, შესაძლოა, არ ჰქონდა საშუალება ჩვენამდე მოსულიყო, ეს ზოგადი პრინციპები ძალიან საჭირო აღმოჩნდა. ექვსი კონკურსანტი მყავს, თითოეული მათგანი განსხვავებულია საკუთარი ისტორიით, უნარ-ჩვევებით, ხასიათით, მაგრამ მათ აერთიანებთ ეს პროექტი, აერთიანებთ პასუხისმგებლობა, რომელსაც მათთან მომუშავე სპეციალისტების მიმართ გრძნობენ. მათგან აბსოლუტურ უმრავლესობას დაუცავს დიეტა, უვლია ვარჯიშზე, მასაჟზე, მაგრამ სასურველი შედეგი ამას არ მოუტანია. აღმოჩნდა, რომ პროექტი გახდა მათთვის მთავარი მოტივაცია; მართალი გითხრათ, იშვიათად შემიმჩნევია ასეთი მონდომება დიეტის დროს, რაც ჩვენს კონკურსანტებს აქვთ. ყველა ყოჩაღია, მაოცებს ნატა გოგოლაძე, რომელიც თავისი დაძაბული სამუშაო რიტმითა და ხუთი შვილით ამდენს ახერხებს, ძალიან კარგი შედეგები აქვთ თეოს, თამუნას. ნესის პროექტამდეც ვიცნობდი, იწყებდა და შემდეგ არღვევდა დიეტებს. მის შემთხვევაში საჭირო იყო რაღაც განსაკუთრებული მოტივაცია და ეს მოტივაცია აღმოჩნდა ჩვენი პროექტი. სკეპტიკურად იყო განწყობილი მაკა, რომელიც ამბობდა, რომ აქამდე დიეტა არასდროს დაუცავს; თავიდან ვფიქრობდი, მაკა გამოგვეთიშებოდა, მაგრამ გამოგვყვა და უკვე თავადაც კმაყოფილია შედეგით. ვიცი, რომ კონკურსია და საბოლოოდ ჩემი გუნდიდან ერთი გამარჯვებული უნდა გამოვლინდეს. ვინ იქნება ის? – ამ ერთის დასახელება მე ძალიან გამიჭირდება!



Body Care – გზა მშვენიერებისკენ!
სხეულის საკორექციო ცენტრში შესაძლებელია:

- გახდომა
- სხეულის ნებისმიერი ზონის კორექცია (სხეულის ბუნებრივი ფორმის შეცვლაც კი)
- ექიმის მიერ პროცედურების ინდივიდუალურად დანიშვნა
- დიეტის შერჩევა სპეციალისტის მიერ საყვარელი პროდუქტების, სისხლის ჯგუფისა და სხვა ფაქტორების გათვალისწინებით
- რელაქსმასაჟები
- უფასო კონსულტაცია

მისამართი: თბილისი, ზ. ფალიაშვილის 41
ტელ: 218 49 82; 570 90 29 89
სამუშაო საათები: 10.00-დან – 22.00 საათამდე
www.body-care.ge
Facebook: Body Care

ნაცა ქაქაია ჯეყი

გამოძერწე შენი სხეული

- ზელტიკი
- კავიტაცია
- მანტისი

დაგვითმეთ მხოლოდ 1 თვე!

კლინიკა მედი 2 91 00 00

პროექტი „გახდი „სითისთან“ ერთად, გახდი „სითის“ სახე“ უკვე მე-7 კვირაა მიმდინარეობს და ამ მცირე დროის განმავლობაში უამრავი გამოხმაურება აქვს სოციალურ ქსელშიც. ჩემს ჯგუფში ხუთი გოგოა და თითოეულმა მათგანმა ამ პერიოდის განმავლობაში საკმაოდ კარგი შედეგი გვიჩვენა. 7 კვირაა ისინი არა მარტო ჯანსაღად იკვებებიან, არამედ „კლუბ 71-ის“ დახმარებით ცდილობენ მიაღწიონ სხეულის სასურველ ფორმას, იტარებენ სხვადასხვა პროცედურას, რაც კიდევ უფრო გვიადვილებს დასახული შედეგის მიღწევას. პროექტი აქტიური იქნება ივნისის ბოლომდე და ჩვენ კიდევ 4-5 კვირა გვაქვს წინ, მაგრამ ეს არ ნიშნავს, რომ ამის შემდეგ გოგონები ჯანსაღად კვებას და ჯანსაღ ცხოვრებას შეწყვეტენ. თუკი მათ ამის სურვილი ექნებათ, მომავალშიც შეეძლებათ მომმართონ, ჩვენი ურთიერთობა ივნისის მერეც აუცილებლად გაგრძელდება. ვიმედოვნებ, რომ ცვლილება, რომელიც მათი კვების რაციონსა და ცხოვრების სტილში მოხდა, შედეგს გამოიღებს, ეს შედეგი კი იქნება მდგრადი და მომავალშიც ამავე პრინციპით განაგრძობენ კვებას.

დასაწყისში ჩემი გოგონები თავიანთი წონით განსხვავდებოდნენ ერთმანეთისგან, მაგალითისათვის, ნატომ და სოფომ, რომლებიც ყველაზე დიდი წონით გამოირჩეოდნენ, ამ შვიდი კვირის განმავლობაში თორმეტ კილოგრამზე მეტი დაიკლეს, ყველაფერს აკეთებენ, რომ პროექტის დამთავრებისთვის საუკეთესო შედეგი აჩვენონ. რაც შეეხება მარიამს, მას ყველაზე მცირე წონა ჰქონდა, მაგრამ, მიუხედავად ამისა, უკვე 8 კილოგრამი აქვს დაკლებული, რაც ძალიან კარგი შედეგია. მარიამი ტაიბუდან დაწყებული იოგით დამთავრებული თითქმის ყველა ვარჯიშს ესწრება, რაც ხელს უწყობს წონაში კლებას. მინდა ვისაუბრო მაკაზეც. ამ პროექტის განმავლობში მას საკმაოდ მძიმე დღეების გამოვლა მოუწია, მაგრამ გადალახა ყველა სირთულე, დაგვიბრუნდა და სხვა გოგონების მსგავსად ცდილობს საუკეთესო შედეგს მიაღწიოს. ნინი ჩვენი ყველაზე აქტიური მონაწილეა. სოციალურ ქსელში თითქმის ყოველდღე დებს ჯანსაღ კვებასთან დაკავშირებულ სტატუსებს, ბლოგებს და, შეიძლება ითქვას, ჩვენი შტატგარეშე ჟურნალისტია. ნინის საკმაოდ კარგი შედეგი აქვს – მან თითქმის 10 კილოგრამი დაიკლო.

მაკა პეტრენკო, ნინი ჯაფარიძე, ნატო მუმლაძე, მარიამ ტულუში და სოფო ლაცაბიძე დღეს უკვე ძალიან ბევრისთვის მაგალითებად იქცნენ, თუ როგორ უნდა სძლიო საკუთარ თავს და მიაღწიო სასურველ შედეგს. მათ სოციალურ ქსელში უამრავი მიმდევარი გაუჩნდათ და ისინიც ცდილობენ ყველა მსურველს გაუზიარონ გამოცდილება.

ჩემთვის ეს პროექტი უნიკალურია არა მარტო იმით, რომ ამ გოგონებს თავიანთი ოცნებების ახდენის შანსი გაუჩნდათ, არამედ იმითაც, რომ საშუალება მოგვეცა საზოგადოებაში მეტი პოპულარიზაცია გავუწიოთ ჯანმრთელი ცხოვრების წესს და ორგანიზმს ზიანი არ მივაყენოთ. ეს კი, ჩემთვის, როგორც ექიმისა და დიეტოლოგისთვის, ძალიან მნიშვნელოვანია.

ნატალია გოგავა

ექიმი, კარდიოლოგი, დიეტოლოგი

ნატალია გოგავა ჯგუფი

ნატო მუმლაძე

მაკა პეტრენკო

მარიამ ტულუში

ნინი ჯაფარიძე

სოფო ლაცაბიძე

ფოტო: **LIG Studio**

VIAGRA®

sildenafil citrate

ვიაგრა®

სილდენაფილ ციტრატი (50, 100 მგ. ტაბ.)

გამოყენებისას გაეცანით ინსტრუქციას. გვერდითი მოვლენების შესახებ დეტალური ინფორმაციის მისაღებად მიმართეთ ექიმს

1. პრეპარატის სამედიცინო გამოყენების ინსტრუქცია
2. Importance and its medical and psychosocial correlates: Results of the Massachusetts Male Aging Study. The Journal of Urology Vol.151, 54-61 January 1994
3. http://www.fda.gov/Drugs/DrugSafety/PostmarketDrugSafetyInformationforPatientsandProviders/ucm162847.htm
4. საქართველოს შრომის, ჯანმრთელობისა და სოციალური დაცვის სამინისტროს სსიპ-ს სამედიცინო საქმიანობის სახელმწიფო რეგულირების სააგენტოს უფროსის 2014 წლის 15 სექტემბრის ბრძანება #02-1291/ო

Pfizer

კომპანია „ფაიზერის“ წარმომადგენელი საქართველოში შპს. „აქტაფარმი“
თბილისი, დ. გამრეკელის 19, ტელ.: (+995 32) 224 25 15

VIA16-02-GEO

სატელევიზიო სარეკლამო რგოლებიდან ხშირად გვესმის მამაკაცის სექსუალური დისფუნქციის შესახებ, მაგრამ ფაქტობრივად არაფერი ვიცით გამომწვევ მიზეზებზე, მკურნალობის გზებსა და მისი კეთილსაიმედოობის შესახებ. საზოგადოებას არ აქვს სათანადო ინფორმაცია და, შესაბამისად, პრობლემის მიმართ დამოკიდებულებაც არასწორად არის ჩამოყალიბებული. პარტნიორებს მსგავს დაავადებებზე ერთმანეთთან საუბარი ეუხერხულებათ, ზოგჯერ ექიმთან ვიზიტიც კი უძნელდებათ. არ არის გამოკვეთილი ქალბატონების როლი პარტნიორის გამოჯანმრთელებაში, რაც ძალიან მნიშვნელოვანია ურთიერთობის შენარჩუნებისა და გაუმჯობესებისთვის.

მამაკაცებში ერექციის დარღვევაზე, მკურნალობის გზებსა და პრობლემის აქტუალობაზე გვესაუბრა მედიცინის აკადემიური დოქტორი, პროფესორი, ვ. ივერიელის სახ. ენდოკრინოლოგია, მეტაბოლოგია, დიეტოლოგიის ცენტრ „ენმედიცის“ კლინიკური სექსოლოგიის მიმართულების ხელმძღვანელი ზურაბ მარშანია;

ზურაბ მარშანია

მედიცინის აკადემიური დოქტორი, პროფესორი, ვ. ივერიელის სახ. ენდოკრინოლოგია, მეტაბოლოგია, დიეტოლოგიის ცენტრ „ენმედიცის“ კლინიკური სექსოლოგიის მიმართულების ხელმძღვანელი

რას წარმოადგენს ერექციული დისფუნქცია და მისი სიხშირე?

ერექციის დარღვევაში ანუ დისფუნქციაში იგულისხმება ერექციის მიღწევისა და შენარჩუნების უნარის შეუძლებლობა ან გაძნელება, აქედან გამომდინარე კი სქესობრივი აქტის ჩატარების გაძნელება და მამაკაცის მიერ სექსუალური პარტნიორის დაკმაყოფილების შეუძლებლობა. უძველესი დროიდან დღემდე ერექცია ადამიანის გამრავლებისა და მამაკაცური ძალის სიმბოლოდ აღიქმება, მისი დარღვევა მტკივნეულად აღიქმება როგორც მამაკაცის, ისე მისი სექსუალური პარტნიორის მხრიდანაც.

ერექციული დისფუნქცია უფრო ხშირია, ვიდრე ზოგიერთი შეიძლება ფიქრობდეს. მაგალითად, 40–დან 70 წლამდე მამაკაცებში ერექცია ნახევარზე მეტს, ანუ დაახლოებით 52%–ს აქვს დარღვეული. ერექციული დისფუნქციის სიხშირე ყველა ასაკის მამაკაცებში 10–20%–მდე მერყეობს.

ყველაზე ხშირი გამომწვევი მიზეზი:

ერექციული დისფუნქცია უპირატესად (43%) ორგანული წამოშობისაა (განპირობებული ნეიროგენული დარღვევებით, სისხლძარღვოვანი დაავადებებით, ჰორმონული დარღვევებით და სხვა ორგანული მიზეზებით). ფსიქოგენური ფაქტორები (ერექციის დარღვევა ორგანული დაზიანებების გარეშე) მხოლოდ 18%–ში იწვევს ერექციულ დისფუნქციას. 39%–ში კი ერექციული დარღვევა ორგანული და ფსიქოგენური ფაქტორების კომბინაციითაა განპირობებული.

სხვადასხვა დაავადებას შორის ერექციის დარღვევის მიზეზად ყველაზე ხშირად (თითქმის 40% – მდე შემთხვევებში) შაქრიანი დიაბეტი მოიაზრება. თუმცა ერექციული დისფუნქცია ასევე შეიძლება განვითარდეს: მცირე მენჯის ღრუს ორგანოებზე (პროსტატაზე) ჩატარებული ქირურგიული ოპერაციების, გულ–სისხლძარღვოვანი დაავადებების, სისხლში ქოლესტერინის მაღალი მაჩვენებლის შემთხვევაში, აგრეთვე ზოგიერთი მედიკამენტოზური მკურნალობის შემდეგაც. ასევე აღსანიშნავია დეპრესია, სტრესი, მაღალი არტერიული წნევა, ჭარბი წონა, ნარკომანია თუ ალკოჰოლიზმი.

დიაგნოსტიკის და მკურნალობის თანამედროვე მეთოდები და მათი ეფექტურობა:

ერექციული დისფუნქციის დიაგნოსტიკისათვის სხვადასხვა მეთოდი გამოიყენება: სექსოლოგიური ანამნეზის შეგროვება, ფიზიკალური, ლაბორატიული და ფსიქოლოგიური გამოკვლევა, ერექციული ფუნქციის საერთაშორისო ინდექსის (IIEF)კითხვარებით პაციენტის გამოკითხვა, სილდენაფილ–ციტრატის ტესტი, ღამის ერექციების გამოკვლევა რიგისკანით, ინტრაკავერნოზული ინექციები (ვაზოაქტიური სინჯი), ულტრაბგერითი სკანირება – დოპლეროგრაფია და რენტგენოკონტრასტული გამოკვლევა (კავერნოზოგრაფია). დღეისათვის ერექციის დარღვევების მკურნალობის წარმატებული შედეგი უმრავლეს შემთხვევაში სავსებით რეალურია.

მკურნალობა უნდა იყოს მარტივი, არაინვაზიური, უმტკივნეულო, მაღალეფექტური, იშვიათი და უმნიშვნელოდ გამოხატული გვერდითი მოვლენებით.სამედიცინო სექსოლოგიის თანამედროვე მიღწევებიდან გამომდინარე, სამკურნალო მეთოდები „სამი ხაზის“ თერაპიის სახით არიან წამოდგენილნი.

პირველი ხაზის თერაპია – პერორალური ფორმებით, ანუ ტაბლეტირებული ფორმებით მკურნალობა. წამყვან პოზიციებს მათი მაღალეფექტურობიდან, უსაფრთხოებიდან და ხელმისაწვდომობიდან გამომდინარე ფოსფოდიესტერაზა 5–ის ინჰიბიტორები ინარჩუნებენ. აღნიშნული პრეპარატები წარმოდგენილია ჩვენს ბაზარზეც.

მეორე ხაზის თერაპია (პირველი ხაზის თერაპიის წარუმატებლობის შემთხვევაში) – სპაზმოლიტიკური პრეპარატებისა და პროსტაგლანდინების ინტრაკავერნოზულად და ინტრაურეთრალურად შეყვანა.

მესამე ხაზის თერაპია (პირველი და მეორე ხაზის თერაპიის წარუმატებლობის შემთხვევაში) – ქირურგიული ოპერაცია ფალოენდოპროტეზირების სახით ჰიდრავლიკური პროტეზების მეშვეობით.

წარმატებული მკურნალობისათვის აუცილებელია კომპლექსურობის, კომბინირებულობის, ეტაპობრიობისა და თანმიმდევრული მიდგომის პრინციპების დაცვა. სამივე ხაზის თერაპიის დროს მნიშვნელოვანია პარტნიორის აქტიური მონაწილეობაც.

მკურნალობაზე დადებითი გავლენა:

ერექციული დისფუნქციის მკურნალობისას მთავარი ამოცანა ფსიქოლოგიური ხასიათის ბარიერის დაძლევაა.

ცხოვრების არასწორმა წესმა და ფსიქოლოგიურმა ფაქტორებმა შეიძლება გარკვეული როლი ითამაშოს ერექციული დისფუნქციის გამოწვევაში. მაგალითად: თამბაქოს მოწევა, ჭარბი ალკოჰოლის მოხმარება, ნარკოდამოკიდებულება, სტრესი, ჭარბი წონა და ა.შ. ამიტომ მნიშვნელოვანია ყურადღება მიექცეს ცხოვრების ჯანსაღი წესის დაცვას.

ექიმი სექსოლოგის თვალით დანახული პრობლემები საქართველოში:

პირველ ეტაპზე აუცილებელია მსგავსი პრობლემის გამოვლენა და შემდგომ მისი მკურნალობის ოპტიმალური მეთოდის შერჩევა. თუმცა ხშირად საქმე გვაქვს ერექციული დისფუნქციისადმი უყურადღებობასთან, იგნორირებასთან, ან გარკვეულ უხერხულობასთან პაციენტების მხრიდან. ამისათვის მნიშვნელოვანია გაიზარდოს მოსახლეობის ინფორმირებულობა ამ კუთხით და უნდობლობისა და უხერხულობის მომენტის მოხსნა. ერექციული დისფუნქცია, ისევე როგორც ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული სხვა პრობლემები არ წარმოადგენს უხერხულობის საბაბს ექიმთან მიმართვიანობისა და მკურნალობის კუთხით.

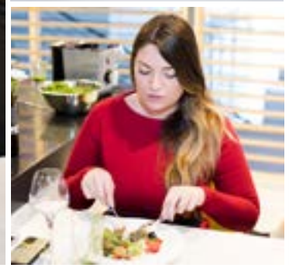
უნდა გვახსოვდეს, რომ ხშირად დაავადების მკურნალობის დროს მნიშნელოვანია წყვილის მხრიდან პარტნიორული მიდგომა, რაც გულისხმობს პარტნიორის ჩართულობასაც მკურნალობის პროცესში. მათ შეუძლიათ დაეხმარონ მამაკაცებს როგორც ამ დაავადების გამოვლენაში და შესაბამისი მკურნალობის დაწყებაში, ასევე გარკვეული უხერხულობისა და ფსიქოლოგიური ბარიერის გადალახვაში.

ამასთანავე, როგორც ექიმმა სექსოლოგმა, მინდა ხაზი გავუსვა, რომ პაციენტების კონფიდენციალობის დაცვას ენიჭება ძალიან დიდი მნიშვნელობა.

და ბოლოს, ვისურვებდი, რომ მოსახლეობამ უფრო მეტი ინფორმაცია მიიღოს ერექციული დისფუნქციისა და მისი ხარისხიანი მკურნალობის შესახებ და მეტი გულისყურით მიუდგეს საკუთარ ჯანმრთელობას!

„ელიტ ელექტრონიქსი“
ახალი კონცეფცია

BOSCH
შექმნილია ცხოვრებისთვის



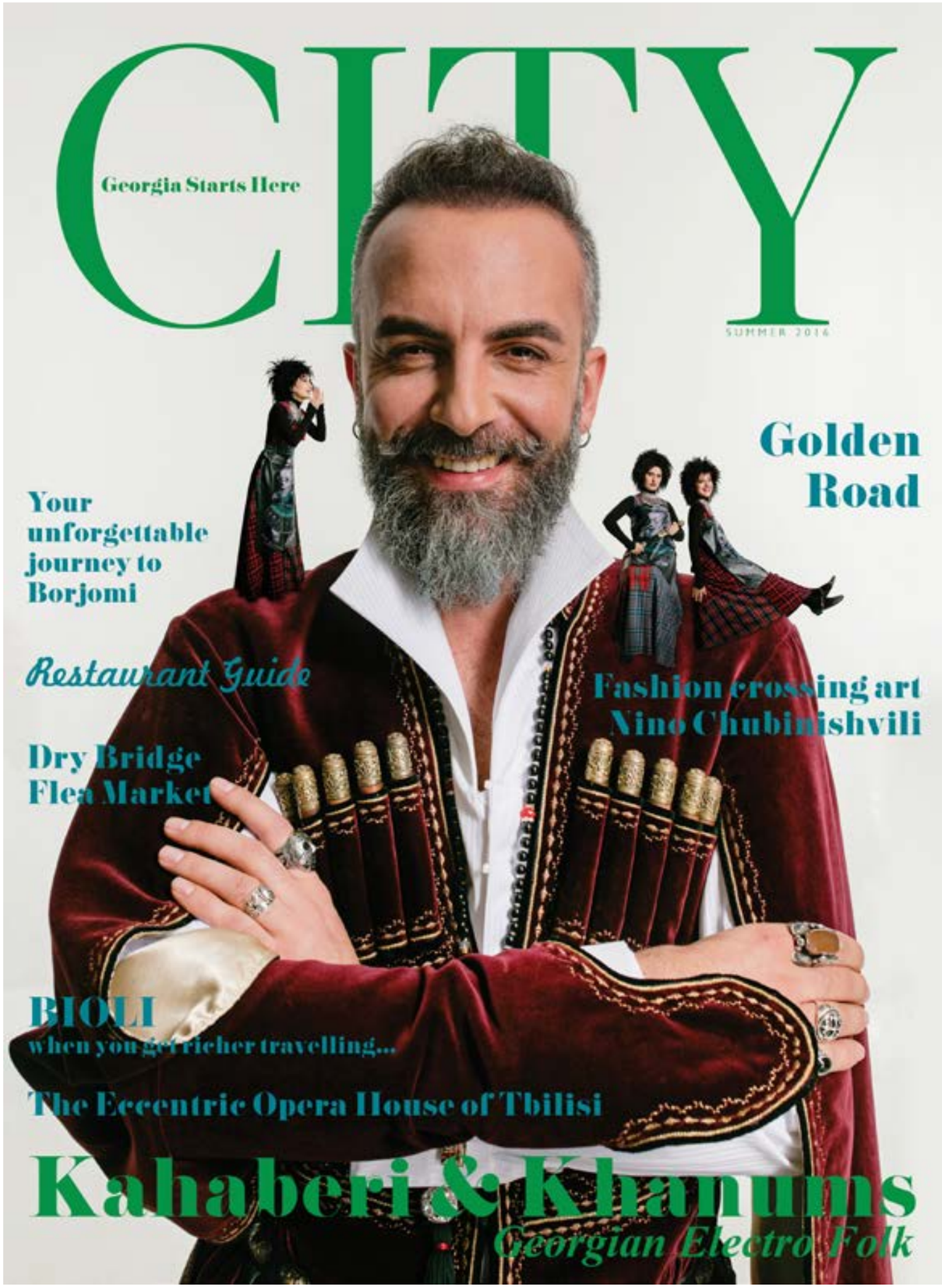
ჯანსაღი კვება, სწორი რეჟიმი, ვარჯიში – ეს ყველაფერი „სითის“ გუნდისა და ჩვენი სპეციალური პროექტის მონაწილეებისთვის უკვე ორი თვეა ყოველდღიურობად იქცა. ვკითხულობთ გოგოების შედეგებს, ვითვლით ყველა პროდუქტის კალორიას, თან ვცდილობთ, რომ ახალ-ახალი კერძების მომზადება ვისწავლოთ, რომლებიც აუცილებლად ჯანსაღი იქნება. იმისთვის, რომ ჯანსაღად მომზადება უფრო იოლი გახდეს, „სითი“ პროექტის მონაწილეებთან ერთად სავაჭრო ცენტრ „ისთ ფოინთში“ „ელიტ ელექტრონიქსის“ მაღაზიას ესტუმრა.

ეს „ელიტ ელექტრონიქსის“ სრულიად განსხვავებული, სამზარეულოებით გამორჩეული სივრცეა, სადაც გამოფენილია „ბოშისა“ და „სიმენსის“ უახლესი თაობის ტექნიკა. ჩვენი მასპინძელი შეფმზარეული მაია კაციაშვილი იყო, რომელმაც ორაგულის სტეიკი, ღვიძლის მოთუშული სალათი და იოგურტი მოამზადა. შეფმზარეული, გარდა რეცეპტებისა, გოგოებს თანამედროვე ტექნიკის ამოუწურავ შესაძლებლობებსაც აცნობდა.

ასეთი დღეები „ელიტ ელექტრონიქსის“ ახალ მაღაზიაში ხშირად ეწყობა, მომხმარებელს შეუძლია საკუთარი თვალით ნახოს, როგორ მუშაობს უახლესი თაობის ტექნიკა და როგორ მზადდება უგემრიელესი კერძები. „ელიტ ელექტრონიქსის“ კვალიფიციური კონსულტანტები ამომწურავ ინფორმაციას აწვდიან მომხმარებლებს ტექნიკის შესახებ, არჩევანიც მრავალფეროვანია; აქ წარმოდგენილია თანამედროვე ღუმელი, გაზქურა, გამწოვი, მაცივარი, წვენსაწური, ყავის აპარატი და მულტირობოტიც კი.

ყველა სტუმარს აქვს შესაძლებლობა, რომ სურვილის შემთხვევაში, თავადაც ჩაერთოს მომზადების პროცესში, ნახოს, როგორ მუშაობს ტექნიკა და ჩაიწეროს უგემრიელესი კერძების რეცეპტები. ჩვენი ყურადღება უახლესი თაობის მულტირობოტმა მიიპყრო, რომლითაც მაია კაციაშვილმა უგემრიელესი იოგურტი მოამზადა. ამ ძალიან „ჭკვიან დანადგარს”, როგორც აღმოჩნდა, შეუძლია ხინკლისა და ხაჭაპურის ცომის მომზადებაც კი. მართალია, პროექტის მიზნებიდან გამომდინარე, ხინკალი და ხაჭაპური ჩვენს მენიუში, ალბათ, მინიმუმ რამდენიმე თვე მაინც ვერ მოხვდება, თუმცა ცდად ღირს – მულტირობოტის საბოლოო შედეგი პროფესიონალი მზარეულის მომზადებულისგან არ განსხვავდება.

სიტი ნინი **გოგოლაძე**
ფოტო: **LIG Studio**


CITY
Georgia Starts Here
SUMMER 2014
Golden Road
Your unforgettable journey to Borjomi
Restaurant Guide
Fashion crossing art
Nino Chubinishvili
Dry Bridge Flea Market
BIOLI
when you get richer travelling...
The Eccentric Opera House of Tbilisi
Kahaberi & Khanums
Georgian Electro Folk

თბილისში
ახალი ცხოვრება
იწყება
მიიღეთ სპეციალური შეთავაზება
განსაკუთრებულ ფასად
GREENDIAMOND.GE
200 10 10
$ 2.500-დან
პირველადი შენატანი
ბინების ფასი
$ 25.000-დან
მწვანე
ალმასი
მაჯარი ქონსტრაქშენისგან
$ 250-დან
ყოველთვიური
შენატანი
MAQRO
CONSTRUCTION

ვიზიტი ესთეტიკის ცენტრ MM-ში

მაია მამალაძე, ექიმი დერმატოლოგი, ცენტრის დამფუძნებელი

"სითის" პროექტი „გახდი „სითისთან" ერთად, გახდი "სითის" სახე" ნელ-ნელა დასასრულს უახლოვდება. პროექტის ყველა მონაწილეს შესამჩნევი შედეგი აქვს, რაც ძალიან გვახარებს, თუმცა ეს მხოლოდ შუალედური ეტაპია. შედეგების გასამყარებლად პროექტის ერთ-ერთი კონკურსანტი ნატა გოგოლაძე ესთეტიკის ცენტრ **MM**-ში მივიწვიეთ, რომელიც ფალიაშვილის 6 ნომერში მდებარეობს. მრავალფუნქციურ კლინიკაში ჩვენი კონკურსანტი იტალიური დანადგარის **EXIMIA HR 77**-ის პაციენტი გახდა; ამ აპარატის დახმარებით ზუსტად 7 დღესა და 7 პროცედურაში შესაძლებელია სხეულმა სასურველი ფორმა მიიღოს, თან ზედმეტი დატვირთვის გარეშე.

ესთეტიკის ცენტრი **MM** უკვე 7 წელია, რაც ქართულ ბაზარზე გამოჩნდა და როგორც ქართველ, ისე უცხოელ მომხმარებელში საკმაოდ დიდი პოპულარობით სარგებლობს. ცენტრის დამფუძნებელი ექიმი-დერმატოლოგი მაია მამალაძეა, MM-ის ამოცანა კი – ქართულ ესთეტიკურ ბაზარზე სიახლეების დანერგვა, ასევე მსოფლიო პრაქტიკის ჩვენს რეალობაში ადაპტირება და მომხარებელთა ფართო სეგმენტისათვის ხელმისაწვდომი სერვისების შეთავაზებაა.

მაია მამალაძე, ექიმი დერმატოლოგი, ცენტრის დამფუძნებელი

ჩვენი ერთ-ერთი მთავარი პრინციპი არა პაციენტის ერთჯერადი მომსახურება, არამედ მასთან მეგობრული და გრძელვადიანი თანამშრომლობის ჩამოყალიბებაა. სწორედ ამიტომ ჩვენი ცენტრი მომხარებელს ასაკის, სეზონისა და კანის ტიპის გათვალისწინებით პროცედურების ფართო არჩევანს სთავაზობს.

ქეთი ხუხუა, ექიმი ლაზეროთერაპევტი:

EXIMIA HR 77 მრავალფუნქციური აპარატია, რომელიც შესაძლებლობას გაძლევთ სხეულის ნებსმიერ ზონაზე სასურველი ფორმა მიიღოთ, 7 დღეში, თანაც ზედმეტი დატვირთვის გარეშე. ვავსებთ კითხვარს, შეგვყავს სხეულის ზონების არსებული პროპორციები და ვუთითებთ, რისი დამუშავებაც გვინდა. ანკეტის შევსების შემდეგ დანადგარი თავად საზღრავს ინტენსივობის რეჟიმს. ამ კონკრეტულ შემთხვევაში პრიორიტეტული დასამუშავებელი ზონა მუცელია. დანადგარით სარგებლობა მიზანშეწონილია, როდესაც მომხარებელს სურს ცხიმის მასის დაშლა, მოშვებული კანის გამკრივება, სტრიების შემცირება და სხეულის სხვა საკორექციო პროცედურების გავლა. სასურველია, რომ პროცედურები ჩატარდეს ერთმანეთის მიყოლებით შვიდი დღის განმავლობაში.

მონაცემები შევსებულია, 1 პროცედურის კურსი – განსაზღვრული. დღევანდელი მონაცემებით, მუცლის გარშემოწერილობა არის 101 სმ, წონა – 77 კგ.

7 დღის შემდეგ:

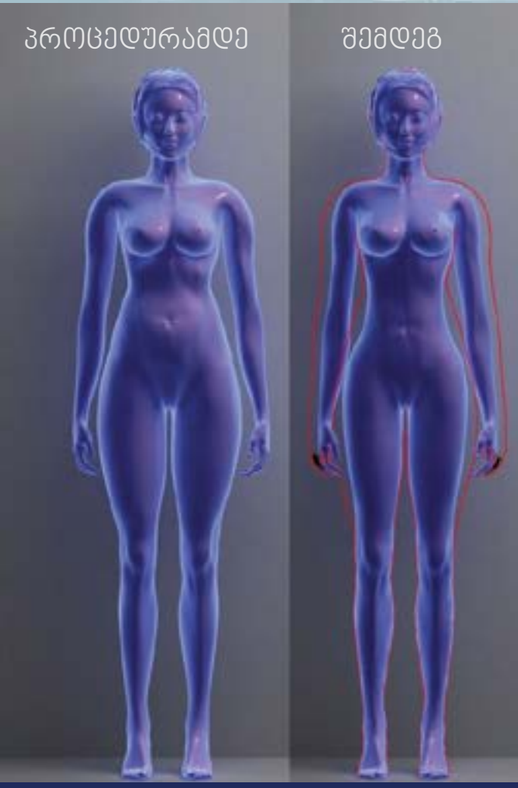
შედეგი: წელი – 91 სმ, მუცლის გარშემოწერილობა – 97 სმ, წონა შემცირდა და 75კგ-ია.

ნატა გოგოლაძე: ძალიან კმაყოფილი ვარ, ნამდვილად არ მოველოდი ამ შედეგებს. ვგრძნობ განსხვავებას და გარკვეულ სიმსუბუქეს, პროცედურები არ არის მტკივნეული, რაც მთავარია, ეფექტიანია. დიდი მადლობა ცენტრს, სადაც შემოსვლისთანავე იგრძნობა გუნდის პროფესიონალიზმი. ეს ჯერ კიდევ შუალედური შედეგია, მე განვაგრძობ სიარულს პროცედურებზე და, ალბათ, რამდენიმე თვეში ისევ იმ ფორმას დავუბრუნდები, რომელზეც „სითის" პირველ ბლოგში ვწერდი, პროექტის დაწყებამდე.

Eximia HR77

მიიღეთ სასურველი
სხეულის ფორმა
7 დღეში 7 პროცედურაში
ზედმეტი დატვირთვის გარეშე

კონსულტაცია
უფასოა



7 დღეში 7 პროცედურაში:

- ცხიმის მასის შემცირება
- ცელულიტის დაშლა
- კანის გაახალგაზრდავება
- სტრიების შემცირება
- კანის გამკვრივება

პროცედურის ჩატარება შესაძლებელია
სხეულის ნებისმიერ მონაკვეთზე.

ესთეტიკის ცენტრი MM - მის: ფალიაშვილის ქ. №6 - T: 291-70-51

15 წუთი ნინო თოლორდავასთან

სახელი და გვარი: ნინო თოლორდავა

პროფესია: ჟურნალისტი

საყვარელი აქსესუარი: საათი, რომლის გარეშეც სახლიდან თითქმის არასდროს გავდივარ.

მაჯის საათი ჩემთვის აქსესუარია, რომელიც თავდაჯერებულობას მმატებს და მაძლევს საშუალებას, დრო ვაკონტროლო.

ძვირფას საათს ვაჩუქებდი ჩემს მეუღლეს.

Tissot Chemin des Tourelles: ამ ბრენდის რამდენიმე საათი მაქვს, თუმცა ეს მოდელი ძალიან მომწონს, განსაკუთრებით თეთრი ტყავის სამაჯური. ქალური, დახვეწილი და სადაა, რომელსაც სხვადასხვა სტილის სამოსზე მოიხდენ.

დღის რეჟიმი: ვდგები დილის რვა საათზე, ვაღვიძებ ამიკოს, შემდეგ ზაზას. ერთად ვსაუზმობთ, რის შემდეგაც ამიკო სკოლაში მიდის, ზაზა – სამსახურში, მე კი ვიწყებ მომზადებას ტელევიზიაში წასასვლელად.

დღის საყვარელი მონაკვეთი: საღამო, როდესაც დატვირთული სამუშაო დღის შემდეგ სახლში ვიკრიბებით. ამიკო ჰყვება სკოლის ამბებს, ჩვენ დღის მანძილზე მომხდარს, ხანაც მეგობრებს ვუერთდებით და სადმე გასართობად მივდივართ.

მეტ დროს დავუთმობდი ჩემს ოჯახს, მშობლებს, ჰაერზე სეირნობას, ცურვას, იმ ადამიანების დახმარებასა და ზრუნვას, რომლებსაც ამის საჭიროება და დანაკლისი აქვთ.

პუნქტუალურობა: დრო ფულია, მე ეს კარგად ვიცი. ცდილობ, ვიყო პუნქტუალური, ხან გამომდის, ხან არა.

დროის ფასი: ვიცი, ვიცი, რომ თითოეული წამი და თითოეული წუთი ძალიან მნიშვნელოვანია. სულ მახსოვს, რომ აწმყო არის მომენტი, რომელიც რამდენიმე წუთში უკვე წარსული გახდება, ამიტომ ვცდილობ დრო მაქსიმალურად ნაყოფიერად გამოვიყენო.

თავისუფალ დროს, რომელიც საკმაოდ იშვიათად მაქვს, როგორც წესი, ვკითხულობ, ან ვცდილობ ზაზასთან და ამიკოსთან ერთად ვუყურო ახალ საინტერესო ფილმს, სახლში, ან კინოში. თუმცა დღეს ჩემი თავისუფალი დრო ეთმობა სერიალ **HOUSE OF CARD**-ს, სულ ორი სერია დამრჩა.

არასდროს დავკარგავ დროს ადამიანებისთვის ელემენტარული ჭეშმარიტების ახსნასა და მტკიცებაში. ყოველთვის მენანება ჩემთვის არასაინტერესო ადამიანთა წრეში უმნიშვნელო საკითხებზე საუბარში დახარჯული წუთები.

Tissot Chemin des Tourelles – ეს არის განსაკუთრებული მოდელი, რომელშიც კონცენტრირებულია ბრენდი **Tissot**-ს ისტორიის მნიშვნელოვანი ნაწილი. კოლექციამ სახელი შვეიცარიაში მდებარე ქალაქ ლე ლოკლის იმ ქუჩის პატივსაცემად მიიღო, რომელზეც 1907 წელს **Tissot**-ს ქარხანა აშენდა და დღემდე მუშაობს. ამ მოდელში გამოხატულია ყველა ის ოსტატობა, რომლებიც კომპანიამ 161 წლის განმავლობაში დააგროვა: თხელი კორპუსის თანამედროვე და ელეგანტური დიზაინი, ასევე ბრენდის ორგინალური ტექნოლოგიები. მიღებული შედეგი მართლაც შთამბეჭდავი და, ამასთანავე, ხელმისაწვდომია, ფასისა და ხარისხის ოპტიმალური კომბინაციის მეშვეობით, რითაც კომპანია **Tissot** ასე ამაყობს.

P.S. **Tissot Chemin des Tourelles** მოდელის საათის შეძენა შესაძლებელია **Art-Time**-ის ყველა მაღაზიაში.

სიმი ნატალია **შევარდენიძე**
ფოტო: კახაბერ შარტავა

გადაადგე სიგარეტი

„სითისთან“ და TABEX-თან ერთად!

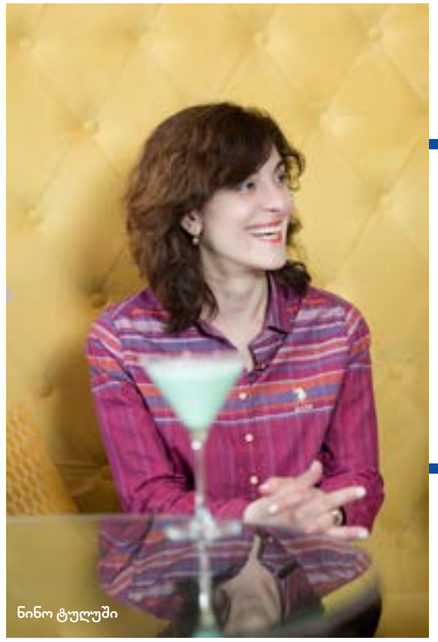
ეკა ჩავლეიშვილი

„ტიფანი ბარმა“ გასულ კვირას იმ კონკურსანტებს უმასპინძლა, რომლებიც აქტიურად ჩაერთვნენ პროექტში „დაანებე სიგარეტს თავი „სითისთან“ და „ტაბექსთან“ ერთად“. შეხვედრას ოთხი უმშვენიერესი ქალი დაესწრო. ოთხივე მათგანს ერთმანეთისგან ასაკი, პროფესია, გარეგნობა და ხასიათი განასხვავებთ, თუმცა ერთი მთავარი მიზანი აერთიანებთ – სიგარეტისთვის თავის დანებების უდიდესი სურვილი.

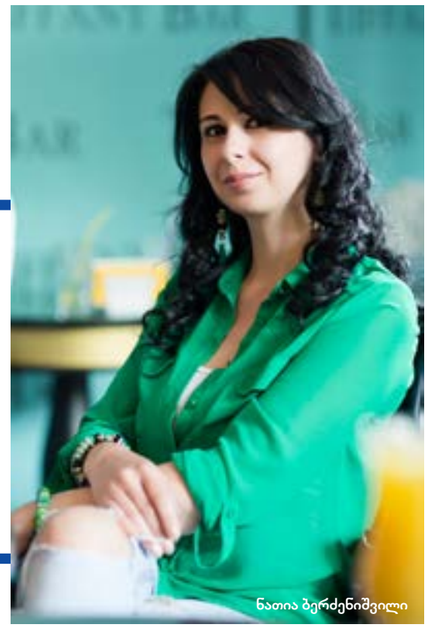
ეკა ბათუმის თეატრის მსახიობია, ემოციებს არ მალავს და პირდაპირ აცხადებს, რომ სიგარეტის «გადაგდება» მისი ცხოვრების ერთ-ერთი ყველაზე მთავარი გამოწვევაა, რომელსაც აუცილებლად უნდა გაუმკლავდეს. ნიკოტინდამოკიდებულებას ის წლებია ებრძვის. ზოგჯერ მთელი დღის განმავლობაში სამ კოლოფსაც კი ეწევა, განსაკუთრებით მაშინ, თუ რეპეტიციები და გადაღებები აქვს, თუმცა ახალი ცხოვრების დაწყება მისი თვითმიზანია, მზად არის იმ ბრძოლაში ჩაერთოს, რომელიც მას რადიკალურად შეცვლის.

ნათია მუზაშვილი

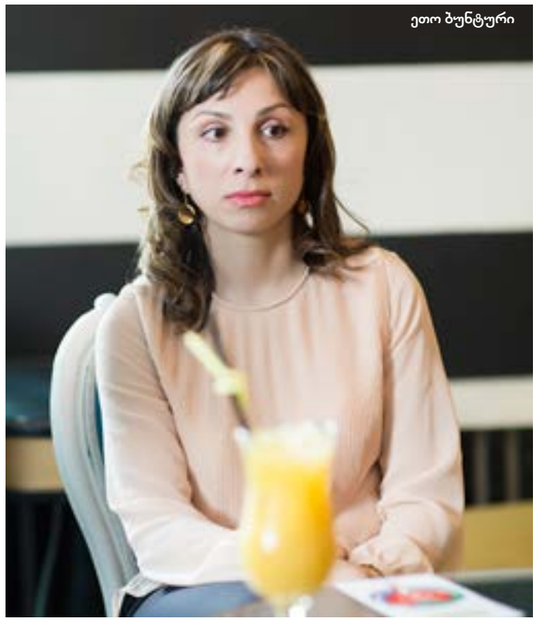
ეკას მსგავსად, ნათიაც მზად არის ამ ბრძოლისთვის, თუმცა იმასაც აღიარებს, რომ ნიკოტინდამოკიდებულებასთან გამკლავება მისთვის მარტივი საქმე არ იქნება. სიგარეტისთვის თავის დანებება რამდენჯერმე უშედეგოდ სცადა, ახლა აცნობიერებს, რომ ამ ბრძოლაში დამხმარე ძალის – მედიკამენტების გარეშე ვერაფერს გააწყობს. უფრო მეტიც, დარწმუნებულია, რომ ასეთ შემთხვევაში მისი მცდელობა უფრო მარტივი, შედეგი კი გაცილებით უკეთესი იქნება. მთავარი საბაბი მისთვის შვილებია, რომლებიც ძალიან განიცდიან დედის ნიკოტინდამოკიდებულებას. ნათიას სურს დაამტკიცოს, რომ ის არა მხოლოდ კარგი დედა, არამედ ძლიერი ქალია, რომელსაც დაწყებული საქმე ყოველთვის ბოლომდე მიჰყავს.


ნინო ტულუში

იმავე გამოწვევის წინაშე დგას «სითის» პროექტის მესამე მონაწილე ნინოც, მისი მთავარი მოტივაციაც შვილებია, რადგან დედის დამოკიდებულებას სიგარეტზე ისინი განსაკუთრებით განიცდიან. ერთხელ მისმა ვაჟმა ნინოს ასეთი რამ უთხრა: დედა, ძალიან მეშინია, რადგან მინდა, რომ დიდხანს იცოცხლო, სიგარეტი კი კლავსო. ეს სიტყვები მას ყოველ წამს ახსენდება და ძალას აძლევს, რომ იმოქმედოს და არ მისცეს სიგარეტს მისი დამარცხების უფლება. ნინოს სურს, შვილებისთვის მისაბაძი მაგალითი გახდეს. პროექტის სხვა მონაწილეების მსგავსად, ისიც მზად არის, აუცილებლად მიაღწიოს მიზანს.


ნათია ბერძენიშვილი

მეოთხე მონაწილესაც ნათიაც ჰქვია. სეხნიის მსგავსად სიგარეტისთვის თავის დანებება მანაც რამდენჯერმე სცადა, თუმცა ყველა მცდელობა მცდელობად რჩებოდა და მიზანს ვერასდროს აღწევდა. ნათია წლებია, რაც ნიკოტინდამოკიდებულებას ებძვის. საუბრისას ზოგჯერ ორჭოფობდა კიდეც, თუმცა ფაქტია, რომ ამ ურთულესი ნაბიჯის გადადგმა მართლაც სურს, თუმცა როგორ და რამდენად წარმატებით განახორციელებს ჩანაფიქრს, ჯერჯერობით არ იცის. მთავარია, რომ ნათია მზად არის, სცადოს. იმედიც აქვს, რომ მიზანს აუცილებლად მიაღწევს და თუ სხვებმა შეძლეს, ისიც შეძლებს.


ეთო ბუნტური

საერთოდაც, საქმის ბოლომდე მიყვანაში, ისევე როგორც ყველა საკითხში, ნებისყოფა და მიზანდასახულობა გადამწყვეტია. რა დასამალია და შეხვედრამდე რამდენიმე წუთით ადრე პროექტის მონაწილე კიდევ ერთმა გოგონამ უარი განაცხადა მოსვლაზე. მიზეზი მარტივად ახსნა: ვიცი, რომ სიგარეტი კლავს, ვიცი, რომ სიგარეტს ჩემი ჯანმრთელობისთვის დამანგრეველი შედეგი მოაქვს, მაგრამ მის გარეშე ცხოვრება ვერ წარმომიდგენია და თავს ვერასდროს დავანებებო. ერთი მხრივ, კარგია, როდესაც ადამიანმა ზუსტად იცის, რა შეუძლია და რა არა, მაგრამ მეორე მხრივ, ალბათ, არ უნდა გეშინოდეს გამოწვევების. ცხოვრება ხომ სწორედ მაშინ არის მშვენიერი, როდესაც ადამიანი ცდილობს იმაზე უკეთესი, ძლიერი და ჯანმრთელი გახდეს, ვიდრე რეალურად არის.

მაშ ასე, ექიმების ენაზე, „ტაბექსი“ წამალია, მწეველი ადამიანების ენაზე კი ჯადოსნური საშუალება, რომელიც გვეხმარება მივაღწიოთ სასურველ მიზანს – ვიყოთ ლამაზები და ჯანმრთელები. „ტიფანი ბარში“ მრგვალ მაგიდასთან შეკრებილ მონაწილეებს „ტაბექსის“ წარმომადგენელმა ეთო ბუნტურმა ისეთი ისტორიები უამბო, რომ ისინი გაოცებას ვერ მალავდნენ. არ იფიქროთ, რომ ეს რეკლამა, ან კიდევ ბანალური მარკეტინგული სვლა იყო. არა, ამ მონათხრობში ყველაფერი ძალიან რეალური იყო და ამას თითოეული მონაწილე გრძნობდა.

„ტაბექსის“ პაწაწინა კოლოფი, რომელსაც მცენარეული შემადგენლობა აქვს, ნამდილ სასწაულებს ახდენს – სულ რაღაც 25 დღის განმავლობაში მწეველი ადამიანის რადიკალურად გარდასახვა ხდება; დღითიდღე მცირდება მისი სურვილი, მიიღოს ნიკოტინი, რომელზე დამოკიდებულებაც მწეველების მხრიდან ასეთი ძლიერია.

წამლის სპეციფიკა საკმაოდ საინტერესოა. საქმე ის არის, რომ „ტაბექსი“ ნიკოტინს ციტიზინით ანაცვლებს. ეს უკანასკნელი კი ნიკოტინისგან იმით განსხვავდება, რომ არც დამოკიდებულებას იწვევს და არც ტოქსიკურია. შესაბამისად, ადამიანის ორგანიზმისთვის ის საფრთხეს არ წარმოადგენს.

როგორც გითხარით, კურსი სულ რაღაც 25 დღეს გრძელდება. პირველი სამი დღის განმავლობაში მწეველი ადამიანი ტაბლეტების შედარებით მეტ რაოდენობას იღებს და ორ-ორი საათის ინტერვალით თითო აბს სვამს. მე-4 დღიდან ინტერვალი იზრდება, ტაბლეტების რაოდენობა კი მცირდება, ბოლო 5 დღის განმავლობაში კი აბების რაოდენობა მხოლოდ ორია. როგორც კომპანიის წარმომადგენელმა „ტიფანი ბარში“ აღნიშნა, გარანტირებული ეფექტის მისაღებად კურსის ბოლომდე მიყვანა განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია.

გარდა იმისა, რომ პრეპარატი მცენარეულია, ის კარგი ამტანობითაც ხასიათდება და ორგანიზმისთვის საფრთხეს არ წარმოადგენს. მხოლოდ გასათვალისწინებელია ის, რომ მისი მიღება რეკომენდებული არ არის ორსულებისთვის, ასევე მათთვის, ვისაც გულის, კუჭისა და თორმეტგოჯა ნაწლავის დაავადებები აწუხებთ.

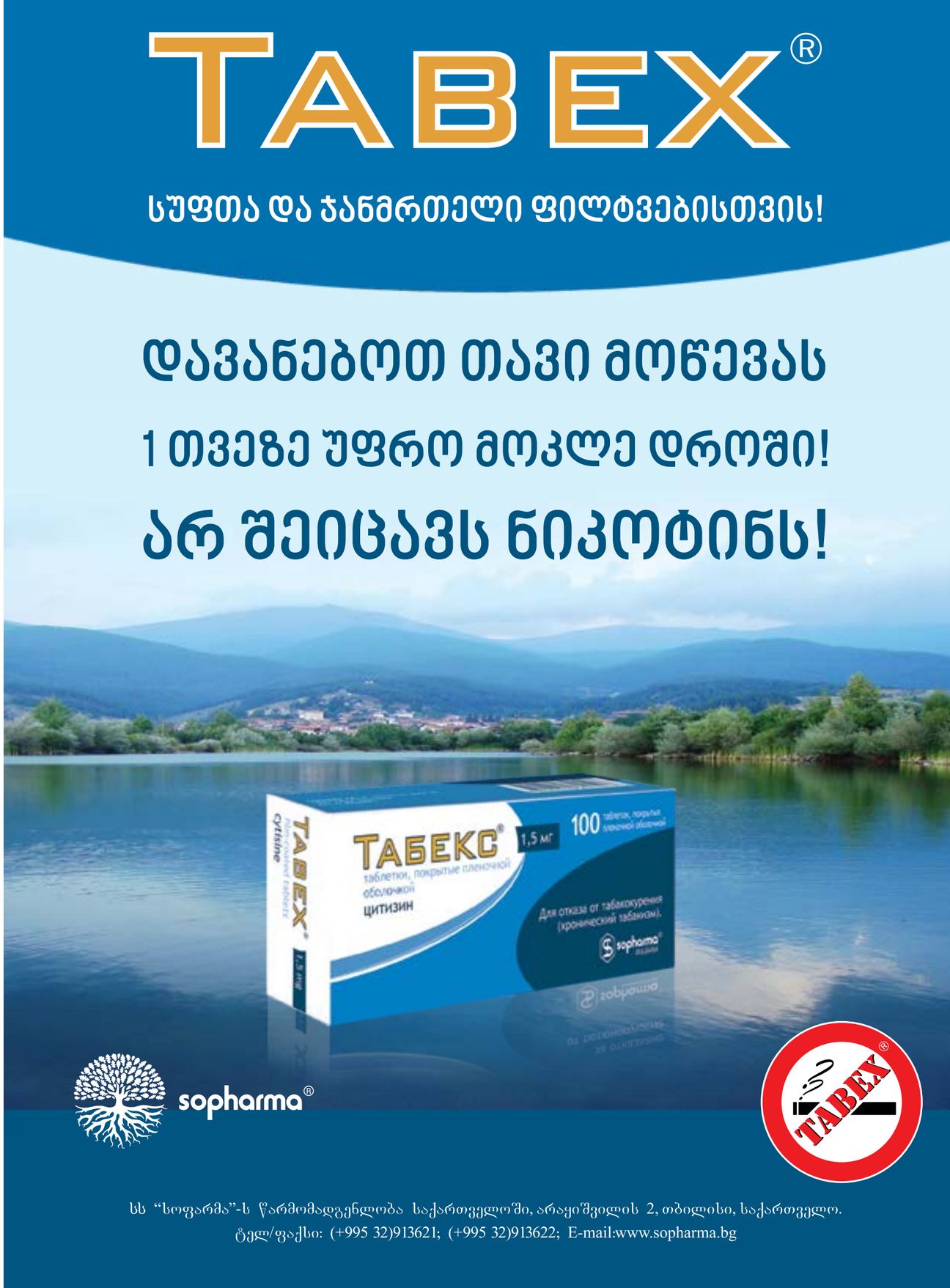
„ტაბექსის“ ერთ-ერთი დადებითი თვისება ისიც არის, რომ საჭირო რაოდენობის მედიკამენტის დალევა თქვენ ნებისმიერ დროს შეგიძლიათ. ის არ მოახდენს გავლენას არც თქვენს განწყობაზე და არც იმ სამუშაოს შესრულებაზე, რომელიც განსაკუთრებულ ყურადღებას და კონცენტრაციას მოითხოვს.

როგორც წესი, ტაბექსის მოხმარებას პაციენტი 25 დღეში საბოლოოდ წყვეტს, თუმცა, იმ შემთხვევაში, თუ თქვენ არ მიიღეთ სასურველი შედეგი, რაც ძალიან იშვიათია, მკურნალობის განახლება სულ რაღაც 2-3 თვეში შეგიძლიათ.

მას შემდეგ, რაც „ტიფანი ბარში“ მრგვალ მაგიდასთან შეკრებილმა მონაწილეებმა „ტაბექსის“ წარმომადგენელს მოუსმინეს და ბარის მიერ შემოთავაზებული ჭრელაჭრელა უგემრიელესი კოქტეილები მიირთვეს, ერთმანეთს პირობა მისცეს, რომ სიგარეტს თავს აუცილებლად დაანებებდნენ. გარდა იმისა, რომ „სითის“ პროექტის მონაწილეები ახალი ცხოვრების დაწყებას გეგმავენ, რასაც თავისთავად დიდი ნებისყოფა და პასუხისმგებლობა სჭირდება, ისინი მზად არიან, რომ მაგალითი სხვა ადამიანებსაც მისცენ და დაუმტკიცონ, რომ შეუძლებელი ცხოვრებაში არაფერია.

მაშ ასე, „სითის“ ახალი პროექტის „დაანებე სიგარეტს თავი სითისთან და ტაბექსთან ერთად“ მონაწილეებმა უკვე „ჩააქრეს“ სიგარეტები და დაიწყეს „ტაბექსის 25-დღიანი კურსი, და თქვენ?

სითი ნინი ჯაფარიძე
ფოტო: **LIG Studio**



სს "სოფარმა"-ს წარმომადგენლობა საქართველოში, არაყიშვილის 2, თბილისი, საქართველო.
ტელ/ფაქსი: (+995 32)913621; (+995 32)913622; E-mail:www.sopharma.bg

ახლენილი ოცნება
Mirror Beauty Reflection

ეკა ხოფერია, თაკო ჩორგოლაშვილი, თამარ მაჭავარიანი

ოცნება ყველა ადამიანს აქვს და მისი ასრულება ყველაზე დიდი ბედნიერებაა ცხოვრებაში. აპრილში ჩვენს ქალაქში ახალი სილამაზის სალონი **Mirror** გაიხსნა. ეს სალონი ყაზახეთში მცხოვრები ერთი გოგონას ოცნება იყო, ბავშვობის ოცნება, რომელიც ახლა რეალობად იქცა. ლეილა და თემურ ხუდოევებმა ერთმანეთი 2007 წელს გაიცნეს. თემური თბილისში დაიბადა და გაიზარდა, თბილისში მიიღო უმაღლესი განათლებაც და უნივერსიტეტის დამთავრების შემდეგ ბიზნესსაქმიანობა წამოიწყო. 2007 წელს კი ყაზახეთს საქმიანი ვიზიტით ეწვია და უკან შეყვარებული დაბრუნდა. ერთმანეთი პირველივე დანახვისას მოეწონათ, თვეების განმავლობაში ხვდებოდნენ ყაზახეთსა თუ თბილისში. 2008 წლის ოქტომბერში კი შეუღლდნენ და ერთ წელიწადში პირველი შვილი ალექსანდრე შეეძინათ. ალექსანდრეს დაბადებიდან ერთ წელიწადში კი მეორე ვაჟი – შალვა. დაქორწინების შემდეგ თბილისში ცხოვრობენ, აქაურობა ძალიან უყვართ, ლეილაც ადვილად შეეჩვია და ქართულსაც სწავლობს.

თემურ, ლეილა, ალექსანდრე და შალვა ხუდოევები

ბავშვების დაბადების შემდეგ ლეილა ძირითად დროს სახლში ატარებდა, ის პროფესიონალი **Make up** არტისტია, ბავშვობიდან ოცნებობდა საკუთარი სალონი გაეხსნა; რადგან ორი ბავშვის გაზრდას უამრავი დრო და ენერგია სჭირდება, ოცნება დროებით მიივიწყა. თუმცა ახლა, როდესაც ბავშვები წამოიზარდნენ და ლეილას მეტი დრო აქვს, თემურმა გადაწყვიტა მეუღლისთვის საჩუქარი გაეკეთებინა და მისი ოცნება აესრულებინა. დიდი შრომის შემდეგ ბიზნესპროექტი შექმნა, ქართული ბაზარი შეისწავლა და თბილისში უმაღლესი ხარისხის სილამაზის სალონი გახსნა. ბიზნესში გამოცდილების მქონე თემური პირველ ეტაპზე ყველაფერში დაეხმარა მეუღლეს, ახლა კი ნელ-ნელა ცდილობს ჩამოშორდეს საქმიანობას და ყველაფერი ლეილას გადააბაროს.

ბესიკის ქუჩის №4-ში მდებარე **Mirror**-ში, პირველ რიგში, ინტერიერი და სასიამოვნო გარემო მოგჭრით თვალს. ეს ძალიან საინტერესო და განსხვავებული ინტერიერი სილამაზის სახლ **Mirror**-ისთვის ზვიად სურგულაძემ შექმნა. ის ინტერიერის დიზაინის არაერთი ადგილობრივი თუ საერთაშორისო კონკურსის ნომინანტი და გამარჯვებულია. სივრცე კლასიკურია, თუმცა ამავე დროს თანამედროვე და შეიცავს სიურეალისტურ ელემენტებს. სალონის გახსნაზე მიწვეულ სტუმრებს მასპინძლებმა გუნდის თითოეული წევრი წარუდგინეს. სალონში ადგილობრივ სპეციალისტებთან ერთად უკრაინიდან მოწვეული სტილისტიც მუშაობს. ერთ-ერთი, რაც ამ სალონს სხვებისგან გამოარჩევს, თმის მოვლის იტალიური კოსმეტიკა **Lisap Milano**-ა. ეს პროდუქცია უკვე სამოცი წელია მილანში, საკუთარ ლაბორატორიაში მზადდება და მისი შეძენა მხოლოდ **Mirror**-შია შესაძლებელი.

საღამოს სტუმრები

ზვიად სურგულაძე

ანი კუპრეიშვილი, ანაკო ტურაშვილი

გათამაშების გამარჯვებული

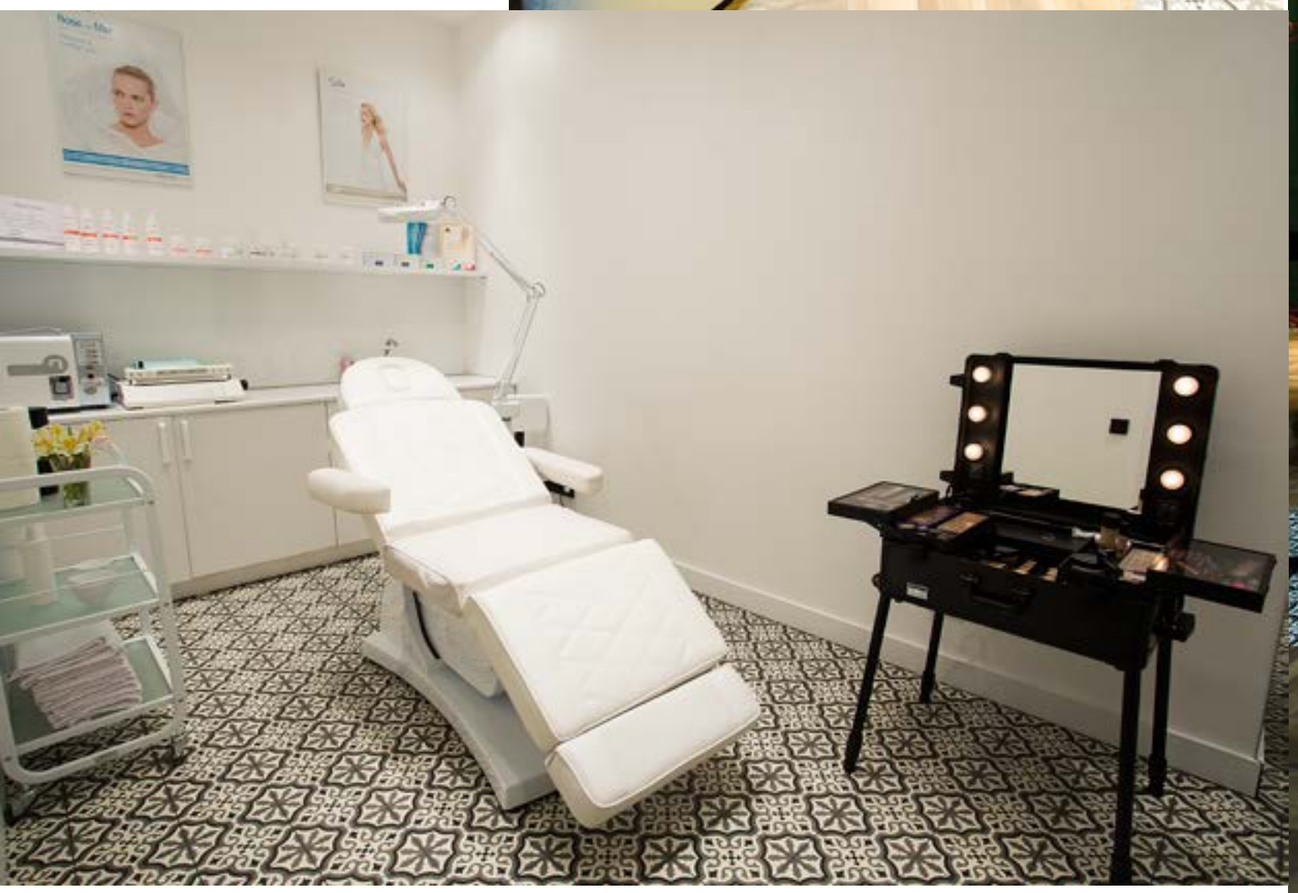
მუსიკოსი

ალიონა ანოხინა, სტილისტი

გარდა უმაღლესი ხარისხის პროდუქციისა და თმასთან დაკავშირებული ნებისმიერი მომსახურებისა, სალონი მაკიაჟს, მანიკურსა და პედიკურს, კოსმეტოლოგის მომსახურებასა და ავტორუჯს გთავაზობთ; უახლოეს მომავალში კი სერვისების ჩამონათვალს დიოდური ეპილაცია და სოლარიუმი დაემატება.

სილამაზის სახლი **Mirror** ლეილას ახდენილი ოცნებაა, თქვენ კი ნებისმიერ დროს შეგიძლიათ ეწვიოთ მას და საკუთარ თავზე გამოსცადოთ უმაღლესი ხარისხის მომსახურება თუ პროდუქცია.

სიმი ანაკო **ტურაშვილი**
ფოტო: **LIG Studio**



RIXOS BORJOMI

„რიქსოს ბორჯომი“ დასვენება მეგობრებთან ერთად

თაია და ნინო ქაჯაიები, სალომე გოგიაშვილი, ციბუკა ნიკოლაიშვილი

RIXOS
BORJOMI

ყველაფერი დაუგეგმავად მოხდა. ზუსტად ისე, როგორც ნამდვილ მეგობრებს სჩვევიათ. უქმე დღეები ახლოვდებოდა, სალომე გოგიაშვილმა და ნინო ქაჯაიამ უეცრად აღმოაჩინეს, რომ კარგი იქნებოდა შაბათ-კვირას შვილებთან ერთად მოგზაურობა დაეგეგმათ. ადგილი, სადაც ყველაზე კარგად შეიძლება ოჯახთან, ან მეგობრებთან ერთად დაისვენო, გოგოებს „სითიმ“ შესთავაზა – „რიქსოს ბორჯომი”, სასტუმრო რომელმაც სულ ახლახან თქვენთვის უკვე კარგად ნაცნობი დეტოქსპროგრამის პარალელურად, მათთვის, ვისაც არც დეტოქსი უნდა და არც კილოგრამების დაკლება, აქტიური დასვენების ფანტასტიკური პროგრამა მოიფიქრა. მრავალფეროვან პროგრამას „რიქსოს ბორჯომში“ პროფესიონალთა გუნდი ადგენს და მთლიანად ითვალისწინებს თქვენს მოთხოვნებსა და სურვილებს.

სპაზონისა და აუზის დათვალიერების შემდეგ მთელი შემადგენლობით პარკში გადავინაცვლეთ, სადაც უამრავი ლოკაციაა მოწყობილი როგორც ბავშვებისათვის, ისე მშობლებისთვის.

– მოდი, ჯერ დავისვენოთ! – გვითხრეს გოგოებმა და „რიქსოს ბორჯომში“ შვილებთან – თაიასა და ციბუკასთან ერთად გაემგზავრნენ. აღმოჩნდა, რომ მეგობრებისთვის ეს პირველი სტუმრობა იყო, შესაბამისად, დასვენების პირველი პუნქტი სასტუმროს კომპლექსის დათვალიერება გახლდათ. ოთახები დიდი, ღია აივნებით, საიდანაც ულამაზესი ხედები იშლება, პირველებმა ბავშვებმა აითვისეს. საერთო შეთანხმებით ლანჩი „რიქსოს ბორჯომის“ რესტორნის ვერანდაზე გადაწყდა, ვიდრე დედები სელფებს იღებდნენ, თაია და ციბუკა უგემრიელეს დესერტს მიირთმევდნენ. სპაზონისა და აუზის დათვალიერების შემდეგ მთელი შემადგენლობით პარკში გადავინაცვლეთ, სადაც უამრავი ლოკაციაა მოწყობილი როგორც ბავშვებისათვის, ისე მშობლებისთვის. ამინდმა ნამდვილად გაგვიმართლა, ტურისტთა სიმრავლის მიუხედავად, ტერიტორია იმდენად დიდია, რომ განმარტოება და დასვენების საკუთარი გეგმის მიხედვით მოწყობა სირთულეს არ წარმოადგენს. ჰამაკში მოკალათებული ბავშვები ერთმანეთს რაღაც ისტორიებს უყვებოდნენ, ნინო და სალომე კი იასამნების ულამაზეს ხეივანში დასეირნობდნენ.

– თაიკოს დასვენება ჩემთვის პრიორიტეტულია. ადგილს ყოველთვის იმის მიხედვით ვარჩევ, მას რა მოეწონება. იმის მიუხედავად, რომ მე და თაიას თითქმის მთელი ევროპა გვაქვს მოვლილი, „რიქსოს ბორჯომმა“ მასში რაღაც საცარი ემოციები გამოიწვია. ჩემთვის

ჰამაკში მოკალათებული ბავშვები ერთმანეთს რაღაც ისტორიებს უყვებოდნენ, ნინო და სალომე კი იასამნების ულამაზეს ხეივანში დასეირნობდნენ.

მნიშვნელოვანი ისაა, რომ აქ გათვალისწინებულია ყველაფერი ბავშვთან ერთად დასვენებისთვის. – გვიყვება გამოცდილი მოგზაური ნინო ქაჯაია. აქტიური დასვენება ნინოს სტიქიაა, ამიტომ „რიქსოს ბორჯომის“ აქტივობების შესახებ ინფორმაცია მისთვის მნიშვნელოვანი იყო. სალომე უფრო პასიური დასვენების მომხრეა, „რიქსოს ბორჯომის“ თანამშრომლებს დაწვრილებით გამოჰკითხა სპაზონისა და გამაჯანსაღებელი პროცედურების შესახებ და მომავალი უქმე დღეები აქ უკვე მეუღლესთან ერთად დაგეგმა.

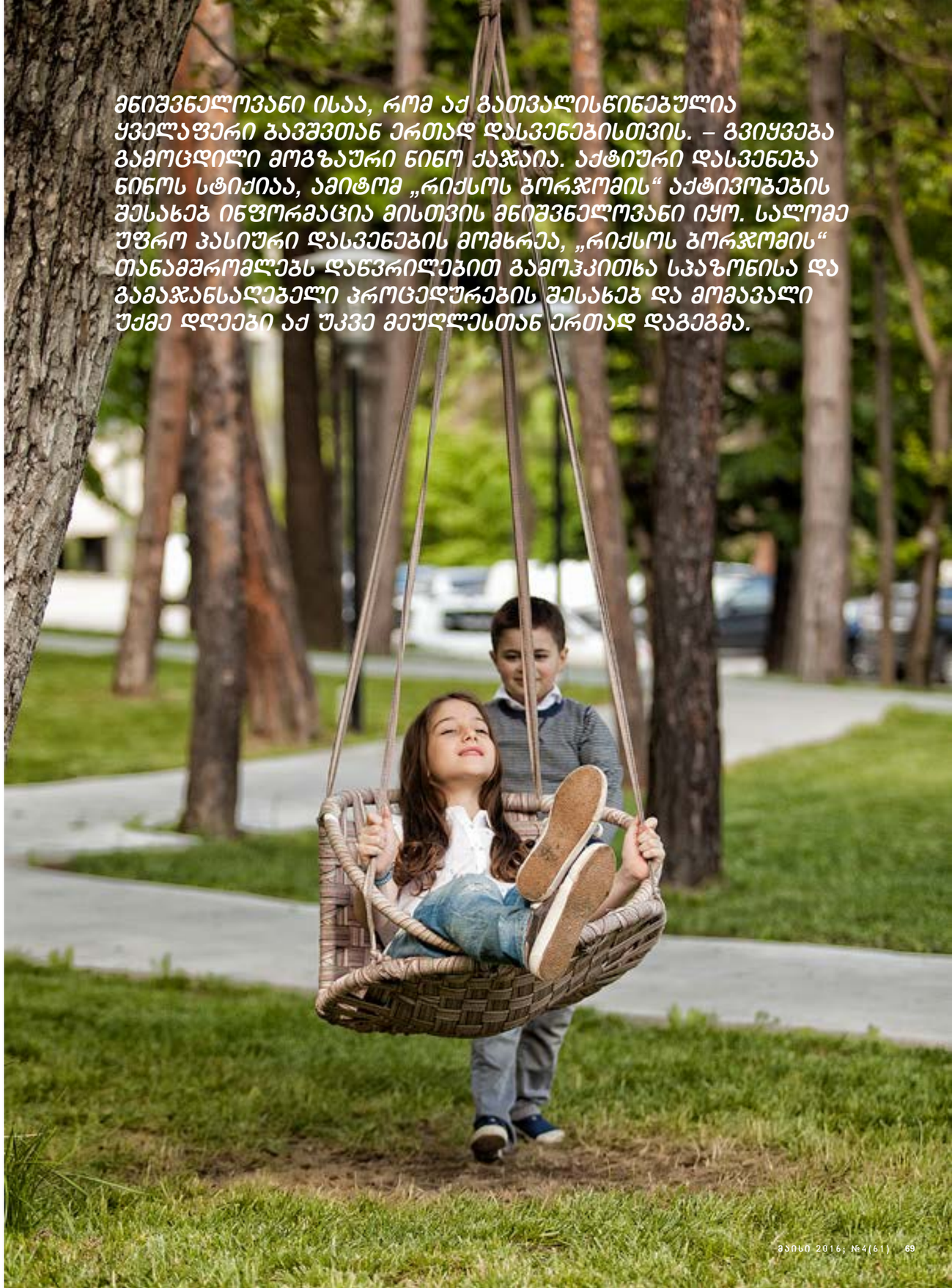
– მომავალ თვეს „სითი“ „რიქსოს ბორჯომთან“ ერთად საინტერესო პროექტს გეგმავს, ვაპირებთ ჯანსაღი ცხოვრებისა და აქტიური დასვენების მომხრეებს აქ სპეციალური პროგრამის მიხედვით დაგეგმილ მცირე შეჯიბრებში შევთავაზოთ მონაწილეობა. თუ მზად ხართ, შემოგვიერთდით! – ვატყობინებთ ჩვენი გეგმების შესახებ ახალი ფოტოსესიისათვის გამზადებულ ნინოს და სალომეს. ნინო ქაჯაია მშვილდოსანთა რიგებში ჩაეწერა, სალომემ კი მეუღლე, ვახო, ჩაწერა ჯომარდობის შეჯიბრში. „ვიდრე ვახო ჯომარდობით იქნება დაკავებული, მე „რიქსოს ბორჯომის“ სპას ვეწვევი.“ – გადაწყვიტა სალომემ.

ნინოს, სალომეს და ჩვენი ახალი გმირების მოგზაურობასა და სახალისო შეჯიბრებებს უკვე მომავალ ნომერში იხილავთ. „სითისა“ და „რიქსოს ბორჯომის“ გუნდების დაკომპლექტება უკვე დაწყებულია, ასე რომ, დაგეგმეთ თქვენი დასვენება „რიქსოს ბორჯომში“ და შემოგვიერთდით!

RIXOS
BORJOMI

სიმი ნატალია **ყიფიანი**
ფოტო: **LIG Studio**

მნიშვნელოვანი ისაა, რომ აქ გათვალისწინებულია ყველაფერი ბავშვთან ერთად დასვენებისთვის. – გვიყვება გამოცდილი მოგზაური ნინო ქაჯაია. აქტიური დასვენება ნინოს სტიქიაა, ამიტომ „რიქსოს ბორჯომის“ აქტივობების შესახებ ინფორმაცია მისთვის მნიშვნელოვანი იყო. სალომე უფრო პასიური დასვენების მომხრეა, „რიქსოს ბორჯომის“ თანამშრომლებს დაწვრილებით გამოჰკითხა სპაზონისა და გამაჯანსაღებელი პროცედურების შესახებ და მომავალი უქმე დღეები აქ უკვე მეუღლესთან ერთად დაგეგმა.



ნინოს ახალი სახლი

ახალ სახლში გადასვლა, მართალია, ზოგჯერ დამღლელი პროცესია, თუმცა გადაბარგებით გამოწვეულ დაღლილობას სასიამოვნო სიახლის შეგრძნება სჭარბობს, რადგან ახალი სახლი ცხოვრებაში განსაკუთრებული ეტაპია, მით უფრო, თუ ეს სახლი ოცნებისას ჰგავს.

სწორედ ეს ეტაპია „სითის“ ამ ნომრის მთავარი გმირის ცხოვრებაშიც. ნინო ნადირაძე-კუზანოვა ოჯახთან ერთად ქალაქგარეთ გადავიდა საცხოვრებლად. როგორც თავად ამბობს, ამ სიახლემ ისეთი სიმშვიდე მოუტანა, რომ ახალი სახლიდან გასვლაც აღარ უნდა. თითქოს წარმოუდგენელია წარმატებულ, საქმიან, მხიარულ და ენერგიულ ნინოს ეზოში გატარებული მშვიდი საღამოები ხიბლავდეს, თუმცა ჩვენი გმირი ასე არ ფიქრობს. ნომრის მთავარი გმირი „სითისთან“ მოგონებებზე, ბავშვობაზე, გუგაზე, შვილებზე, საქმესა და, რაც მთავარია, იმ ახალ სახლზე გვიამბობს, რომელიც ამ ეტაპზე კუზანოვების მთავარი პროექტია:

ბავშვობა

ხანდახან მტვირთავს ხოლმე მოგონებები, რადგან ერთი წლის ასაკიდან თითქმის ყველაფერი მახსოვს. პატარა, გამხდარი, „ჩოლკიანი“ გოგო ვიყავი, რომელსაც უყვარდა საკუთარი „მეს“ გატანა და მუდამ ომი მქონდა მშობლებთან, რომლებიც ძალიან ძლიერები იყვნენ და საკმაოდ მკაცრად მზრდიდნენ. მასწავლეს ემოციების დემონსტრირების გარეშე ცხოვრება, მიზანი ყოველთვის კარგად სწავლა და მომავალში საუკეთესოს მიღწევა იყო. ბავშვობიდან ვისწავლე საკუთარი პრობლემების თვითონ მოგვარება, მივეჩვიე, რომ ეს ასეც უნდა იყოს და ახლაც ასე ვარ. ჩემს ქალიშვილთანაც მსგავსი დამოკიდებულება მაქვს; ისიც მივაჩვიე, საკუთარი პრობლემები თვითონ მოაგვაროს. ჯანმრთელობის გარდა, ყველა პრობლემა წარმავალია, ამიტომაც ვთვლი, რომ მათ თვითონ უნდა გაუმკლავდე.

არ მიყვარს ერთ პრობლემაზე გაჩერება, ესეც ბავშვობიდან ვისწავლე, პრობლემას მივუშვებ, გავატარებ და მერე ის ან თვითონ გვარდება, ან მოგვიანებით ვუბრუნდები მას და ვახერხებ მის მოგვარებას. მაშინ, როდესაც უმძიმეს ავარიაში მოვყევი და მაშინ, როდესაც მამაჩემი ონკოლოგიური პაციენტი იყო, გავაცნობიერე, რომ ერთადერთი, რაზეც უნდა იღელვო, შენი და შენი ახლობლების ჯანმრთელობაა.

პროფესია

ჩემი სტუდენტობისას ექიმობა ყველაზე რომანტიკულ პროფესიად ითვლებოდა, ამიტომაც ძალიან მომწონდა. დღევანდელი გადმოსახედიდან ვფიქრობ, რომ ძალიან კარგი გადაწყვეტილება მივიღე, ჩემი ხასიათიდან და ბუნებიდან გამომდინარე, ეს პროფესია ძალიან ახლოსაა ჩემთან. თუმცა მათემატიკა ძალიან მიყვარდა და ამაზეც ვფიქრობდი. საოცარი სტუდენტობა გვქონდა 90-იან წლებში, ბაგებში ვცხოვრობდი და ხშირად ფეხით მივდიოდით მე და ჩემი მეგობრები სამედიცინო უნივერსიტეტში, ზოგჯერ ავტოსტოპით. არანაირ დისკომფორტს არ ვგრძნობდით, პირიქით, გვაბედნიერებდა ეს რომანტიკა, ასეთი ცხოვრება იყო მაშინ და ეს პრობლემას არ გვიქმნიდა.

KARE
FURNITURE ACCESSORIES LIGHTS

KARE Baku
Babek Avenue 50
Tel.: +994 12 570 00 75, Mob.: +994 55 202 92 74
info@kare-baku.az, www.kare-baku.az,
FB/KARE.Baku.az

KARE Tbilisi
Agmashenebeli Alley 38
Tel.: +995 32 224 18 81, Mob.: +995 595 55 09 41
info@kare-tbilisi.ge, www.kare-tbilisi.ge,
FB/KARE.Tbilisi

ია ფარულავა, ნინო ნადირაძე-კუზანოვა

გუგა

გუგა ზღვაზე გავიცანი, აგვისტო იყო. მაშინ 20 წლის ვიყავი. ძალიან მალევე, 6 ნოემბერს დავქორწინდით. მე ვარ ადამიანი, რომელიც ან ძალიან მალე წყვეტს საკითხს, ან შემოდებს თაროზე და აღარც მიუბრუნდება. გუგამ ჩემი ხასიათის შესწავლა კარგად მოახერხა იმ მცირე დროის განმავლობაში, ამიტომ, როდესაც შევთავაზე, ჯერ მოგვეცადა, არ დამთანხმდა. 6 ნოემბერს ქორწინების 23 წელი შეგვისრულდება.

ყველაზე ძალიან გამიჭირდა პირველი წელი, ჩემი და გუგას ოჯახები ძალიან განსხვავდებოდნენ ერთმანეთისგან. ამ 23 წელიწადში უამრავი ეტაპი გამოვიარეთ, იყო რთული პერიოდები, თუმცა, მიუხედავად ჩვენი რადიკალურად განსხვავებული ხასიათებისა, ყოველთვის ვახერხებდით ყველაფრის დალაგებას. ერთი დღეც არ გასულა ისე, რომ მთელი დღე არ გველაპარაკა, ყოველთვის, როდესაც ვჩხუბობთ, ძალიან მალევე ვრიგდებით, რადგან ვიცით, რომ ეს გარდაუვალია და დიდ დროს არ ვკარგავთ გაბუტვასა და შერიგებაზე. ვიცი, რომ ვუყვარვარ და დანარჩენი სირთულეები უკვე აზრს კარგავს. ერთმანეთის გაოცებას დღემდე ვახერხებთ და ერთმანეთისთვის ახლაც საინტერესოები ვართ. ის ჩემს მძიმე, მომთხოვნ ხასიათს უძლებს, მე – მისას. ორივენი ლიდერები ვართ და ერთ ჭერქვეშ ვცხოვრობთ, ამიტომაც ყოველდღე ვჩხუბობთ და ყოველდღე ვრიგდებით.

Ambience
de luxe

5 Kutateladze Str. Tbilisi. Georgia
Tel.: 2 61 41 00
Email: ambiencedeluxe@hotmail.com

ნინო ნადირაძე-კუზანოვა, დალი ჩიტალაძე, ლალი ტოტიკაშვილი

ხათუნა მაჩაბელი, დალი ჩიტალაძე, ლალი ტოტიკაშვილი, ია ფარულავა, ნინო ნადირაძე-კუზანოვა

ინტერიერის დიზაინი

KNIT DECOR

დამზადებულია საქართველოში!

ახალი იდეები ზაფხულისთვის!

KnitHomedecor@gmail.com +995 595 225 266 +995 599 212 972 www.KnitDecor.ge

შექმენი

განსხვავებული ინტერიერი აგარაკზე!

- სპეციალური შემოთავაზებები Knit Décor-ისგან
- უფასო მიტანის სერვისი

WWW.KNITDECOR.GE

ბავშვები

ბაია და ივიკო. ბაკო მშვიდი, წყნარი და ძალიან მოწესრიგებულია. ჩემგან ძალიან განსხვავებულია. როდესაც მშვიდად ყოფნა მინდა, უბრალოდ მხარზე თავს ვადებ და ვწყნარდები. ივიკო უფრო მე მგავს, ჯერ პატარაა, თუმცა ზოგჯერ ვხვდები, რომ ისიც გაიზარდა და უკვე საკუთარი აზრები და შეხედულებები აქვს. არ ვარ ისეთივე მომთხოვნი, როგორებიც ჩემი მშობლები იყვნენ ჩემ მიმართ, ვცდილობ, მეტი თავისუფლება მივცე და არასდროს ვტუქსავ, არ ვერევი მათ პირად გადაწყვეტილებებსა და არჩევანში. ყველანაირი ძალადობის მოწინააღმდეგე ვარ, მით უმეტეს ბავშვების აღზრდის საკითხში. დაძალებით ვერ მიიღებ სასურველ შედეგს. გენიალური იდეები და აზრები მაინც თავისუფლების ფონზე ჩნდება და არა ძალადობის წნეხის ქვეშ. ჩვენ არ გვაქვს ფამილარული დამოკიდებულება და განსაკუთრებული მეგობრობა, მე ვარ კულტურული მშობელი, რომელმაც იცის, სად მთავრდება მშობლის უფლებები და სად იწყება შვილის, ეს არის ურთიერთპატივისცემა, რაც ყველაზე მნიშვნელოვანია ბავშვის აღზრდაში.

პირადი სივრცე

არ მიყვარს გართობა და მოგზაურობა, ვიცი, ეს ცოტა უცნაურად ჟღერს, მაგრამ ყველაზე კარგად თავს ვგრძნობ სახლში და ვისვენებ მუშაობის პროცესით. მღლის უსაქმურობა და ერთ ადგილას ჯდომა. გეგმებს არასდროს ვაწყობ, ყოველდღიურად ვეძებ ახალ ადრენალინს, თუმცა ამ ადრენალინს არ ვიღებ გართობისა და დასვენებისგან. არ მიყვარს ხალხმრავალი ადგილები. ჩემი პირადი სივრცე ჩემი სახლია, მშვიდად და წყნარად ყოფნა. ყველაზე დიდ სიამოვნებას მანიჭებს კითხვა, ბავშვობიდან სულ ვკითხულობ, განურჩევლად ჟანრისა და ეპოქისა. კინო კიდევ ერთი უდიდესი სიამოვნებაა ჩემთვის, ნამდვილი კინომანი ვარ. თავის მოვლას დიდ დროს არ ვუთმობ, დიეტაზე არასდროს ვყოფილვარ. ვვარჯიშობ სახლში, რადგან სატრენაჟორო დარბაზში სიარულის დრო არ მაქვს. არც მეოცნებე ვყოფილვარ არასდროს, პირიქით, ძალიან პრაგმატული ვარ, თუ რაიმეს მოვისურვებ, ამას ვაღწევ კიდეც. ერთადერთი, რასაც ვისურვებდი, ჩემი ქვეყნის კეთილდღეობა და ახლობლების ჯანმრთელობაა.

ახალი სახლი

ვერც წარმოვიდგენდი, თუ ამხელა შვებას მომგვრიდა ქალაქგარეთ გადასვლა. არანაირი მანქანების ხმაური, გაუთავებელი საცობები და მტვერი. გაცილებით მეტ დროს ვატარებ სახლში, არ მეგონა, თუ ქალაქის ცენტრიდან მოშორებით ცხოვრება ჯანმრთელობისა და ნერვული სისტემისთვის ასეთი კარგი აღმოჩნდებოდა. გუგა ოთხი წელი აკეთებდა ამ სახლს, ულამაზესი გამოვიდა და მინდა დიდი მადლობა ვუთხრა მას ამისთვის. მე მხოლოდ მცირე დეტალებში ჩავერიე, დანარჩენი მთლიანად მისი დამსახურებაა, ნაბიჯ-ნაბიჯ ააშენა ეს სახლი, ძალიან ბევრი იშრომა. 23 წელი ვიცხოვრეთ აღმაშენებელზე, თვიდან ცოტა გამიჭირდა ახალ სახლთან შეგუება, მაგრამ არასდროს გამხარებია სახლში მისვლა ისე, როგორც ახლა.

საოცარი საჩუქარი გამიკეთა გუგამ, ეს იქნება ჩვენი მოხუცებულობის სახლი.

სიმი ანაკო **ტურაშვილი**
ფოტო: ირა კურმაევა

KARE ჩემი ცხოვრების სტილი

საჩუქრები

KARE-ში პირველად გახსნის დღეს მოვხვდი და მაშინვე მივხვდი, რომ ინტერიერის ამ სახლში ხშირი სტუმარი ვიქნებოდი. რა გამოარჩევს KARE-ს სხვებისგან? აქ წარმოდგენილი შოურუმები თავისი არასტანდარტული დიზაინით აკმაყოფილებს სხვადასხვა ხასიათისა და გემოვნების მომხმარებელს, მათ შორის, პრეტენზიული მყიდველისას, რადგან ამ შოურუმების შთაგონებით მომხმარებელს საკუთარი ინდივიდუალური ხასიათის ინტერიერის შექმნაც შეუძლია.

„სითიმ“ რესპონდენტებს ფოტოსესიაში მონაწილეობისათვის ჩამონათვალი წარუდგინა: კლასიკური, თანამედროვე, მინიმალისტური, სარკეებით გაწყობილი, მეტალი თუ ხე, ფერადი თუ სადა. ხატიამ, მიკიმ, ცისანამ და სალომემ თავად აარჩიეს თავიანთი გემოვნების შოურუმი KARE-ში.

აღმაშენებლის ხეივნის N38-ში ჩვენი ფოტოსესია ხატიამ საჩუქრების არჩევით დაიწყო:

ხატია შამუგია

ICI PARIS-ს მარკეტინგისა და პიარის მენეჯერი:

ჩემი კომუნიკაბელური ხასიათიდან გამომდინარე ძალიან მიყვარს ადამიანებთან ურთიერთობა და კარგი განწყობის შექმნა, რისთვისაც ხშირად ვუკეთებ მათ **საჩუქრებს,** ამაში სამსახურიც ხელს მიწყობს. ჩემი აზრით, საჩუქრების მრავალფეროვანი არჩევანი **KARE**-ს ხიბლს ორმაგად ზრდის, დაწყებული ბრელოკებით და დამთავრებული ულამაზესი სანათებით, სარკეებითა თუ ჭაღებით, **KARE**-ში საჩუქრის არჩევა ყველანაირი ხასიათისა და გემოვნების ადამიანისთვის დიდი სიამოვნებაა.

მაკიაჟის მაგიდა-Make Up Combination Diva white
დეკორაცია-Deco Object High Heel Chrome Assorted
დეკორაცია-Deco Figurine Lizard Silver Medium
ყულაბა-Money Box Teddy Bear Silver
ჩარჩო-Frame Impression
დეკორაცია-Deco Bottle Boudoir Purple
ზარდახშა-Box Jeans Button Jewellery Assorted
სურათი-Oil Picture Glam Face Lady
კარადა-Cabinet Showtime Ornament

სურათი-Picture Eyes
სარკე-Standing Mirror Baroque White
კარადა-Dresser Showtime Wings
კომოდი-Sideboard Janus
მაგიდა-Table Controversia
სკამი-Chair with Armrest Posh Silver Dunkelb
სანათი-Table Lamp Headless Angel White
კარადა-Cabinet Shining White
ვაზა-Vase Blow Up Purple
სურათი-Frame White Texture

KARE
FURNITURE ACCESSORIES LIGHTS

KARE
FURNITURE ACCESSORIES LIGHTS

ინტერიერი ეკლექტიზმისთვის

მიკი ჯეჯელავა

„იმედის დილის“ წამყვანი:

არ მიყვარს თვლებით, სარკეებითა და განათებით გადატვირთული ინტერიერი. უპირატესობას ვანიჭებ უბრალო, სადა და მინიმალისტურ დიზაინს, ამიტომ **KARE**-ში ავარჩიე სწორედ ასეთი შოურუმი მხიარული ფერებით, შემდეგ კი მას სხვა შოურუმის დეტალები მივამატე. ასე შევქმენი ჩემი გემოვნების სივრცე **KARE**-ში. მიყვარს მოგზაურობა, ლუდი და მეგობრებთან ერთად განტვირთვა, რაზეც ჩემ მიერ არჩეული ინტერიერის დეტალებიც მეტყველებს.

სავარძელი-Haven Armchair
სკამი-Padded Chair Econo Slim Borderline Bro
ჭაღი-Pendant Lamp Candle Light 8-lite
ვაზა-Vase Pisa Blue
ვაზა-Vase Bubbles 39cm Assorted
დეკორაცია-Wall Decoration Motto Vintage Assorted
დეკორაცია-Wall Decoration Motto Vintage Assorted
დეკორაცია-Magnet Board Beer
საფერფლე-Ashtray London Life Assorted
კონსოლი-Console Scissors

სურათი- Picture Pop Mona
კარადა -Sideboard Epoca
სავარძელი -LARA Chair
დივანი- LARA Sofa
კუბი – Cube Micado
პატარა მაგიდები – Shimmery Square
ჭაღი- El Mundo Dining 6-lite
კედლის თარო- Suitcase
ვაზები – Azucar, Eule,Mix and Match.
სასანთლე-Candle Holder Barock.

კომფორტის ზონა

ცისანა სეფიაშვილი

პიარმენეჯერი:

KARE-ში სხვადასხვა სტილის კომბინაციებია წარმოდგენილი, რაც ძალიან მომწონს. აქ ყველაფერი იმდენად დახვეწილი და სრულყოფილია, შეუძლებელია გულგრილად ჩაუარო. **KARE**-ს შოურუმებში განსაკუთრებით მომწონს კლასიკურ ერთ სტილში შემოტანილი განსხვავებული ფერი. რაც შეეხება ჩემ მიერ არჩეულ შოურუმებს, უპირატესობა მივანიჭე კლასიკურისა და მოდერნის შერეულ ინტერიერსა და ფერებს.

დივანი-Sofa Miami Black

სავარძელი-Rocking Chair Florida Turquoise

თარო-Shelf Comb Black

სარკე-Mirror Sprocket

მაგიდა-Coffee Table Garbo Rectangular

ჭაღი-Pendant Lamp Swing Iron Oval

ხალიჩა-Carpet Circle Multi Blue

სარკე-Mirror Art Deco

დეკორაცია-Deco Head Black and White Assorted

ბალიში-Cushion Code

KARE
FURNITURE ACCESSORIES LIGHTS

KARE
FURNITURE ACCESSORIES LIGHTS

სარკეები და ცივი ფერები

სალომე კასრაძე
ჟურნალისტი:

ძალიან მომწონს ინტერიერში ცივი ფერები და სარკეები, როგორც დეკორის ნაწილი, ამიტომ ადვილად ვიპოვე **KARE**-ში ჩემი გემოვნების შესაფერისი შოურუმი. რაც შეეხება ამ თეთრ სავარძელს, ყოველთვის მინდოდა მსგავს სავარძელში განტვირთვა და მგონია, რომ დასასვენებლად არაჩვეულებრივი ადგილია.

ტორშერი-Floor Lamp Chromatic Tripod
კომოდი-Dresser Illusion Big 4 Drawers
ვაზა-Vase Under Water Silver 30cm Assorted
სარკე- Mirror Involuto
სარკე-Mirror Module
სავარძელი-Arm Chair Rivet Black

სარკე-Mirror Triangle White
კომოდი-Sideboard Triangle White
ყულაბა-Money Box Civetta
ყულაბა-Money Box Snoopy Bear
დეკორაცია-Deco Figurine Dog Necklace
პატარა მაგიდა-Side Table Tear Drops Fibre White
სკამი-Relax Chair Snake White
ტორშერი-Floor Lamp Gooseneck White

სიმი ნატალია **შევარდენიძე**
ფოტო: კახაბერ შარტავა

ყველა დროის ყლაბიყა index-ისგან

თავისი არსებობის დასაწყისშივე ადამიანმა დაიწყო იმ ნივთების შექმნა, რომლებიც მას და მის ყოფას ემსახურებოდნენ. თავდაპირველად მათ მხოლოდ ფუნქციური დატვირთვა ჰქონდა, მაგრამ მალევე ფუნქციას დაემატა ესთეტიკა. ადამიანმა იმაზე დაიწყო ზრუნვა, რომ მისი შექმნილი ნივთი, გამოსადეგის გარდა, მოსახერხებელი, კომფორტული და, ამასთან ერთად, ლამაზიც ყოფილიყო. ასე იქმნებოდა პირველი დიზაინი.

კაცობრიობისა და დიზაინის განვითარების ამჟამინდელ ეტაპზე კი, როგორც სტეფენ ანდერსონი ამბობს: „დამაკმაყოფილებელი“ – უნდა იყოს ნორმა, ხოლო მიზანი – „აღფრთოვანება“.

სერიაში **All Time Classic, INDEX** წარმოგიდგენთ ავეჯის იმ შედევრებს, რომლებიც აღაფრთოვანებენ, რომელთაც თავიანთი არსებობით შექმნეს ისტორია და რომლებიც **MUST HAVE** ნივთებად იქცნენ ადამიანებისთვის, რომელთათვისაც თანამედროვე ავეჯს სხვა, უფრო მეტი დატვირთვა აქვს, ვიდრე უბრალოდ ფუნქციური.

პირველი, რასაც გაგაცნობთ, ლეგენდარული „ჩესტერფილდია“ (**Chesterfield**). ავეჯი, რომელიც, ალბათ, ყველაზე ძველია და თანამედროვე ინტერიერში ყველაზე ხშირად გამოიყენება.

ავეჯის ისტორია შორეულ მე-18 საუკუნეში იწყება. მისი სახელი უკავშირდება ცნობილ ინგლისელ საზოგადო მოღვაწეს, ჩესტერფილდის (დიდი ბრიტანეთი) გრაფს ლორდ ფილიპ სტანჰოპს (**Lord Phillip Stanhope**), რომელიც ჩვენში ცნობილია, როგორც ავტორი წიგნისა „წერილები ჩემს ვაჟს“.

გადმოცემის თანახმად, ლორდმა სთხოვა ხელოსნებს, შეექმნათ ისეთი დივანი (**sofa**), რომელზედაც შესაძლებელი იქნებოდა ჯდომა სწორად, მაგრამ კომფორტულად და, ამავდროულად ისე, რომ იმდროინდელ ჯენტლმენებს ტანისამოსი არ დასჭმუჭვნოდათ. შედეგად შეიქმნა დივანი „ჩესტერფილდი“, მისთვის დამახასიათებელი ღრმა ფოლაქებით, გადახვეული სახელურებით, სწორი, სახელურების სიმაღლის საზურგითა და დაბალი დასაჯდომით.

მალე დივანი „ჩესტერფილდი“ იქცა ინგლისური სტილის დესპანად. ის, როგორც ელეგანტურობის და კლასის სიმბოლო, ამშვენებს ბევრი სახელმწიფო თუ საზოგადო მოღვაწის პორტრეტებს, რომლებიც კონიაკის ბოკალითა თუ სიგარით ხელში ამაყად პოზიორობენ მუქი ხით მოპირკეთებულ კაბინეტებში.

მე-19 საუკუნეში დივანის სახელი უკავშირდება ზიგმუნდ ფროიდს. სწორედ „ჩესტერფილდის“ დივანს იყენებდა მეცნიერი თავისი სეანსების ჩასატარებლად.

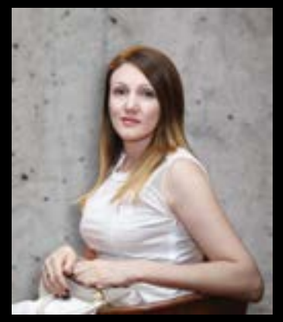
ათწლეულების განმავლობაში „ჩესტერფილდი“ ამშვენებდა სამეფო სასახლეებსა და ცნობილ ბიზნესოფისებს, სასტუმროებსა და რესტორნებს, ჯენტლმენურ კლუბებსა და საკუთარი რეზიდენციების სალონებს.

ის, რაც ოდესღაც წარმოადგენდა ელიტის სტატუსის სიმბოლოს, მოგვიანებით ხდება სასურველი ატრიბუტი თანამედროვე სახლებსა და ბიზნესოფისებში.

ძნელად მოიძებნება სხვა, ყველა დროში ასე აღიარებული ავეჯი, რომელიც დღესაც ღირსეულად ამშვენებს ინტერიერის თანამედროვე შედევრებს.

მიუხედავად ჟამთასვლისა, დივანი „ჩესტერფილდი“, ალბათ, სამუდამოდ დარჩება კლასის, ფუფუნებისა და სტილის სიმბოლოდ.

ავეჯის პირველი ნიმუშის შექმნიდან დღემდე იქმნება სხვადასხვა მასალის, ფერისა და დიზაინის ნაირსახეობა, რომელთა ავტორების შთაგონების წყარო დივანი „ჩესტერფილდია“.



ნონა ტერზიანი,
index-ის გაყიდვების დეპარტამენტის ხელმძღვანელი

დღეს ბევრი კომპანია აწარმოებს ავეჯს ამ დიზაინით, მაგრამ „ჩესტერფილდის“ სახელის გამოყენების უფლება მხოლოდ ინგლისურ კომპანია **Fleming & Howland**-ს აქვს.

კომპანია **INDEX** წარმოგიდგენთ ნამდვილ „ჩესტერფილდს“ – ღირსეულ ავეჯს, ღირსეული ხელოსნებისგან, შექმნილს ღირსეული ადამიანებისთვის.

index
design materials | lighting | furniture
PREMIUM INTERIOR

ოქვენოვის
ზრუნვითა
ერთგული...

ირ. აბაშიძის ქ N 73. | ტელ: (+995) 322 43 05 03; მობ: (+995) 574 08 05 03 | info@index.com.ge

შოპინგფესტი „ლილო მოლში“

„ლილო მოლი“ 25 წლის გახდა. საიუბილეო თარიღთან დაკავშირებით ყველასთვის კარგად ნაცნობი და განახლებული სავაჭრო სივრცე მომხმარებელს სიახლეებითა და გრანდიოზული „შოპინგფესტით“ შეხვდა. იმის გამო, რომ აქაურობა უზარმაზარ ტერიტორიას და უამრავ მაღაზიას აერთიანებს, შეიქმნა „ლილო მოლის“ ვებგვერდი და დამზადდა მობილური აპლიკაცია, რომელიც აქ თქვენს მეგზურობას იკისრებს. აპლიკაცია დაგეხმარებათ, მიუთითოთ სასურველი მაღაზია, ან პროდუქცია და სასურველ ადგილამდე მისასვლელი მარშრუტიც თქვენი ტელეფონის ეკრანზე გაჩნდება. „ლილო მოლის“ კატალოგი ნაწილობრივ მოიცავს სავაჭრო ცენტრში არსებულ პროდუქციას ფასისა და მაღაზიის ნომრის მითითებით. ამ სიახლეების ძირითადი გზავნილი ის არის, რომ გემოვნებით ჩაცმა ყველასათვის ხელმისაწვდომია.

„ლილო მოლმა“ 25 წლის იუბილეზე ჟურნალი „სითი“ და ოთხი საქმიანი დიასახლისიც მიგვიწვია: თიკო ნატროშვილს, მაკო რატიანს, მარგო ლუჩკოს და ნანა ნებიერიძეს კი 200-ლარიანი ვაუჩერები გადასცა, რომლითაც სტუმრებმა სასურველი ნივთები შეიძინეს. ოთხივე მათგანი საოცრად გამოიყურებოდა, ვუყურებდი და მახსენდებოდა კადრი ფილმიდან „სექსი დიდ ქალაქში 2“, როდესაც ქერი ბრედშოუ და მირანდა ჰობსი აბუ-დაბის ბაზარში აღმოჩნდებიან, იმდენად დიდი იყო კონტრასტი იქაურ გარემოსა და მაღალი მოდის მიმდევარ ორ ლამაზ ქალს შორის. ასეთივე სიტუაცია იყო „ლილო მოლში“, ერთმანეთს ძალიან მოუხდნენ ოთხი ულამაზესი, გამოპრანჭული, წარმატებული, საქმიანი ქალი და ბაზრობის ჩვეული არეულობა და ხალხმრავლობა.

ნანა ნებიერიძე

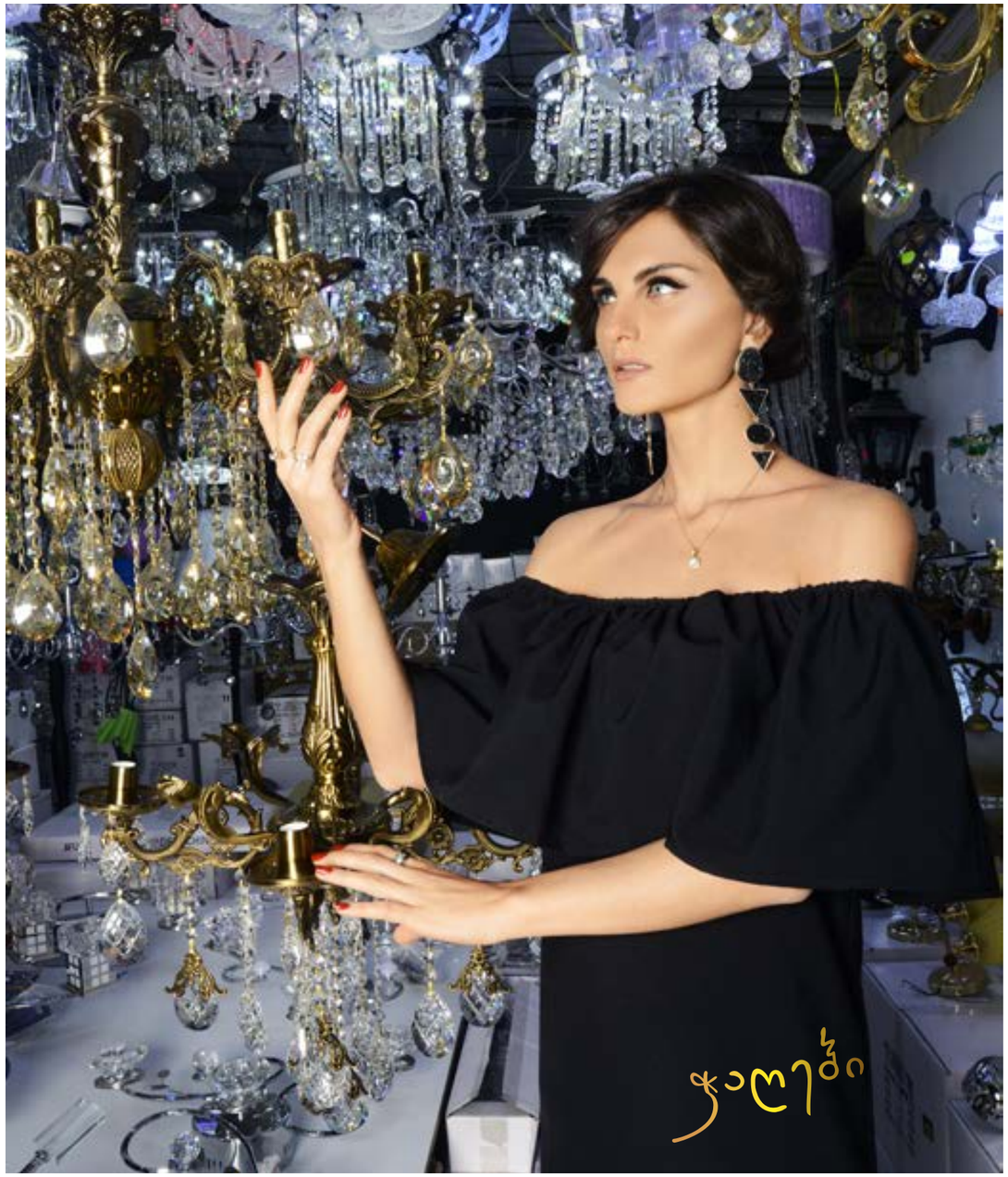
ძალიან დიდი სიამოვნება მივიღე „ლილო მოლში“ შოპინგისა და ფოტოსესიის დროს. მიმაჩნია, რომ აქაურობა ქალაქის ღირსშესანიშნაობაა, ის უკვე 25 წელია არსებობს და დღემდე ძალიან პოპულარულია. ვფიქრობ, ამის მიზეზი ის უზარმაზარი არჩევანია, რომელსაც „ლილო მოლი“ გვთავაზობს, ძალიან კარგი ფასებია, შესაძლებელია ვაჭრობა, რაც, ვფიქრობ, ერთგვარი რიტუალიცაა. ძალიან მიყვარს სახლისთვის საჭირო ნივთების შეძენა, ყველა ქვეყნიდან, სადაც ვმოგზაურობ, მომაქვს ხოლმე სუვენირები. „ლილო მოლში“ შევიძინე სამზარეულოსათვის საჭირო ნივთები და წვრილი ტექნიკა, შვილიშვილისთვის კი პატარა სკამი და საქანელა.

მარგო ლუჩკო

„ლილო მოლში“ გატარებული დღე ძალიან სასიამოვნო და საინტერესო იყო. გადავწყვიტე, 200-ლარიანი ვაუჩერი, რომელიც „ლილო მოლმა“ თითოეულ ჩვენგანს გადმოგვცა, დედაჩემისთვის მეჩუქებინა. მე და ნანა ნებიერიძეს ძალიან მხიარული ფოტოსესია მოგვიწყვეს ფარდების სალონში. დედამაც ნაჩუქარი ვაუჩერით სწორედ ფარდები და წვრილი საყოფაცხოვრებო ტექნიკა შეიძინა.

მაკო რატიანი

ბევრი მსმენია „ლილო მოლის“ ხელსაყრელი ფასებისა და უსაზღვრო არჩევანის შესახებ, თუმცა ჩემი მოუცლელობის გამო, აქამდე ვერ მოვახერხე მოვსულიყავი. ძალიან კმაყოფილი ვარ. საოცრად სასიამოვნო დღე გავატარეთ გადაღებაზე. უამრავი საოჯახო ნივთი შევიძინე, მათ შორის თეთრეული, გადასაფარებელი, პირსახოცები და მსგავსი საყოფაცხოვრებო ნივთები. ნამდვილად ღირს დროის გამონახვა ამ პატარა სავაჭრო ქალაქში საყიდლებზე წამოსასვლელად.



თიკო ნატროშვილი

როდესაც „სითიმ“ გადაღებაში მონაწილეობა შემომთავაზა, ზუსტად არ ვიცოდი, როგორი იქნებოდა ჩემი როლი. საბოლოოდ „ლილო მოლში“ არაჩვეულებრივ გოგონებთან ერთად ფერადი და ხალისიანი ფოტოსესია გამოგვივიდა. სასაჩუქრე ბარათით კარგი არჩევანი გავაკეთე – საოჯახო ნივთები შევიძინე. სასარგებლო „შოპინგი“ გამომივიდა. ფართო არჩევანმა, კარგმა ხარისხმა და შედარებით დაბალმა ფასებმა კომფორტული გარემო შემიქმნა. აქ მართლაც ყველაფერია – დაწყებული თეთრეულით, ჭურჭლით, ტექნიკით, ფარდებით და დასრულებული უმნიშვნელო თუ მნიშვნელოვანი წვრილმანებით. ვფიქრობ, თუ ადამიანს ერთდროულად ბევრი რაღაცის ყიდვა სურს, „ლილო მოლი“ საუკეთესო გადაწყვეტილებაა.

სითი ანაკო **ტურაშვილი**
ფოტო: ირა კურმაევა

5 მიზეზი
„რიქსოს ბორჯომში“ სტუმრობისთვის

– მხოლოდ ხუთი? – გვეკითხება ანარა კესიკბაევა, „კაზმუნაი გაზ საქართველოს“ დირექტორი; კომპანიის, რომელიც ქართველ პარტნიორებთან ერთად ფლობს „რიქსოს ბორჯომს”. ანარა ბორჯომში ორი დღის წინ ჩამოვიდა, ჩვეული სამუშაო რეჟიმი რამდენიმე საერთაშორისო გამოცემისათვის ინტერვიუებისა და ფოტოსესიებისათვის უნდა შეეთავსებინა. „სითისთან“ შეხვედრა საღამოს საათებში დაიგეგმა. „რიქსოს ბორჯომის“ ლობი ბარში ელეგანტურ კაბაში გამოწყობილი ეფექტიანი ქალბატონი შემოვიდა, გადამღებ ჯგუფთან მუშაობის დეტალები გაიარა და ღიმილით გვანიშნა, რომ მზად იყო. ცოტათი დაღლილი ჩანდა. იმ დღეს სასტუმროში ერთ ნომერსაც ვერ დაჯავშნიდით, განსაკუთრებული ხალხმრავლობა იყო, „რიქსოს ბორჯომისთვის“ ბოლო დროს ეს ჩვეული ამბავია, თუმცა ჩვეული ამბავიც საყოველთაო მობილიზებას და ყურადღებას ითხოვს, რასაც ანარა მის გუნდთან ერთად წარმატებით ახერხებს.

–ე.ი. ხუთი მიზეზი, არა?

–დიახ.

– კი ბატონო, დავიწყოთ. უპირველეს ყოვლისა, ეს გახლავთ თავად ბორჯომის წყალი, შემდეგ ის უნიკალური ბუნება, რომელიც აქ გხვდებათ, მესამე – „რიქსოს ბორჯომის“ კომფორტული პირობები და სერვისი, მეოთხე – ჩვენი მთავარი სიმდიდრე, პარკები, რომლებითაც გარშემორტყმულია სასტუმროს კომპლექსი და ბოლოს, ეს გახლავთ ჩვენი გუნდი, თანამშრომლები, რომლებიც ყველა სტუმრის მიმართ განსაკუთრებული განწყობით გამოირჩევიან. თითოეული დამსვენებელი ჩვენთვის ვიპპერსონაა

ანარა მართალია. მანქანა შემოსულიც არ არის „რიქსოს ბორჯომის“ შესასვლელთან, რომ ხვდები, აქ გელოდებიან. უფრთხილდებიან შენს ყოველ წამს და მით უფრო, თუ კომპლექსს ოჯახთან და შვილებთან ერთად სტუმრობ, ცდილობენ, დაჯავშნილ ოთახში რაც შეიძლება სწრაფად მოხვდეთ.

– პირველი ჩამოსვლა და პირველი შთაბეჭდილება, რომელიც აქაურობამ დაგიტოვათ:

– 2015 წლის 6 ივნისი, იმის მიუხედავად, რომ საქართველოს შესახებ ბევრი რამ ვიცოდი, პირველად ერთი წლის წინ ჩამოვედი. ორიგინალური არ ვიქნები, ალბათ, მაგრამ პირველი შთაბეჭდილება ბორჯომის ბუნებამ მოახდინა. მსგავსი სიმწვანე და სილამაზე მსოფლიოს არცერთ ქვეყანაში არ მინახავს, საოცრად ჯანსაღი გარემოა. მთავარი აქაური მოსახლეობაა. ბოლო პერიოდი მოსკოვში მიწევდა მუშაობა და საოცრად დიდი კონტრასტი იყო მოსკოვის შემდეგ საქართველო, ხალხის კეთილგანწყობა. აქაურები ძალიან ამაყობენ საკუთარი ქვეყნით, მისი ისტორიით და ბუნებით. ხშირად მიყვებიან „რიქსოს ბორჯომის“ ქართველი სტუმრები ამ ადგილის უნიკალურობის შესახებ, იხსენებენ ლიკანის კურორტზე გატარებულ წლებს, ეს ხომ ყოფილ საბჭოთა კავშირში ერთ-ერთი ყველაზე პოპულარული და ცნობილი ადგილი იყო, შესაბამისად, საკმაოდ ბევრ დამსვენებელს ლიკანთან დაკავშირებული საკუთარი ისტორია აქვს.

– წელს საქართველოში ტურისტთა განსაკუთრებით დიდ ნაკადს ელოდებიან, რას სთავაზობს ტურისტებს „რიქსოს ბორჯომი“?

– „რიქსოს ბორჯომის“ მთავარი კონცეფცია, გარდა უმაღლესი დონის სერვისისა და კომფორტისა, მუდმივი დინამიკაა, რაც ახალ-ახალ პროექტებში გამოიხატება. უკვე ძალიან პოპულარულია ჩვენს სტუმრებში დეტოქსპროგრამა, რომლითაც მართლაც ვამაყობთ, ვინაიდან მოფიქრებულია ყველა ნიუანსის დაცვით. მნიშვნელოვანია, რომ გარდა სპაპროცედურებისა, აქ საქმიან ადამიანებს გამაჯანსაღებელი პროგრამის მიღებაც შეუძლია. ეს ძალიან კომფორტულია საქმიანი ადამიანისთვის, მას თავისუფლად შეუძლია ერთმანეთს შეუთავსოს საქმიანი მოლაპარაკებები, დასვენება და გამაჯანსაღებელი პროცედურები. ბევრს სმენია „ბორჯომის“ წყალზე, ცხადია, მაგრამ გაოცებას ვერ მალავენ, როცა იგებენ, რომ ჩვენს კომპლექსში ბორჯომის წყლის აბაზანების მიღება შეუძლიათ.

ანარა ჩვენთან ერთად კომპლექსს ათვალიერებს, სავარაუდოდ, მეათასედ, მაგრამ, როგორც თავად ამბობს, სტუმრებისათვის ჩატარებული ყოველი ახალი ექსკურსია საოცარ სიამოვნებას ანიჭებს.

– გასაკვირი არ არის „რიქსოს ბორჯომის“ ასეთი პოპულარობა, ვინაიდან ის ნებისმიერი გემოვნებისა თუ მოთხოვნის მქონე დამსვენებელს დააინტერესებს. „რიქსოს ბორჯომი“ იდეალური ადგილია კორპორაციული დასვენებისათვის, კომფორტული გარემოა სხვადასხვა

ანარა კესიკბაევა
“კაზმუნაი გაზ საქართველოს“ დირექტორი

ქვეყნიდან ჩამოსული იმ ტურისტებისათვის, რომელთაც დასვენებასთან ერთად საკუთარ ჯანმრთელობაზე ზრუნვაც სურთ, უყვართ აქაურობა საქართველოს მოქალაქეებს, ისინი, როგორც წესი, ოჯახებთან ერთად უქმე დღეებზე ჩამოდიან. სულ რამდენიმე ხნის წინ კი სპეციალური პროგრამა მოვიფიქრეთ მათთვის, ვისაც აქტიური დასვენება უყვარს.

„რიქსოს ბორჯომში“ უცხოელ ტურისტთა სიმრავლეა, მათ შორის ძალიან ბევრია ტურისტი ყაზახეთიდან. ანარა გვიყვება, რომ ყაზახეთში ბორჯომი ერთ-ერთი ყველაზე პოპულარული ადგილია და მსხვილი კომპანიები საკუთარი თანამშრომლებისათვის ე.წ. სასაჩუქრე სერტიფიკატებსაც კი არიგებენ მარშრუტით „რიქსოს ბორჯომისკენ".

თანამშრომელთა უმრავლესობა საქართველოს მოქალაქეა, ანარას თქმით, ეს მათთვის და მათი ქართველი პარტნიორებისათვის პრინციპული საკითხია:

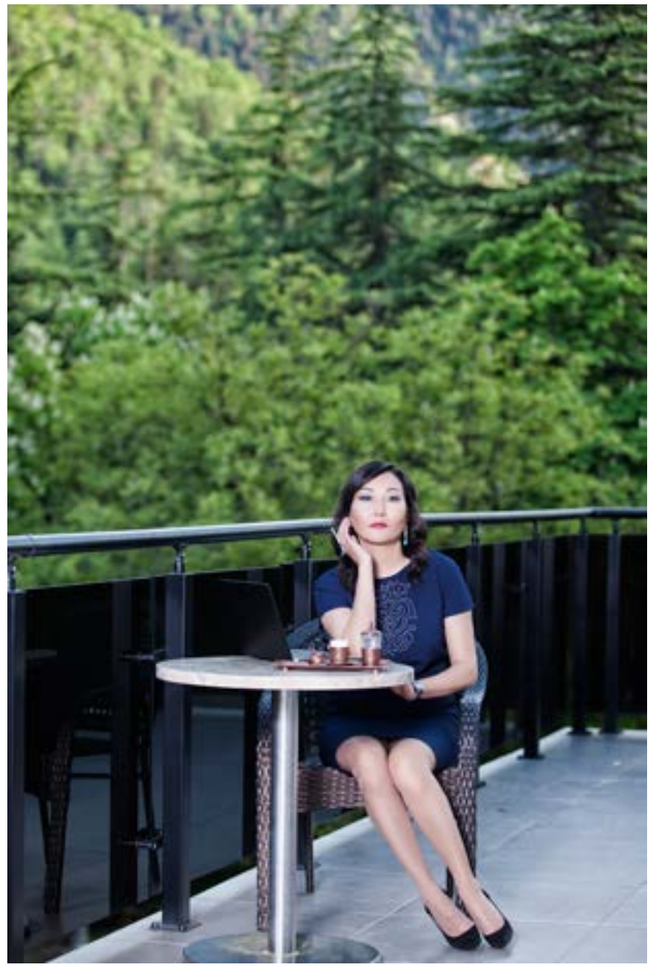
– მართლაც ვერ ვხვდები, რატომ უნდა გყავდეს მოწვეული სპეციალისტები, როდესაც ამდენად დიდი რესურსია საქართველოში, რესურსი მშრომელი და ნიჭიერი ადამიანებისა, რომლებსაც ძალიან ეამაყებათ ამ ისტორიულ ადგილზე მუშაობა. საკმაოდ ხშირად ვატარებთ ტრენინგებს ჩვენი თანამშრომლებისათვის და თუკი რამეს ვისურვებდი, ესაა ბორჯომში სპეციალური სასწავლო ცენტრის შექმნა, სადაც ადგილობრივები შესაბამის განათლებას მიიღებენ. საქართველოს უდიდესი რესურსი აქვს ტურიზმის კუთხით და ის, რომ ამ ზაფხულს ტურისტთა განსაკუთრებით დიდ რაოდენობას ელოდებიან, არც არის გასაკვირი.

სეირნობისას კიდევ ერთ ისტორიულ ადგილს – რომანოვების სასახლეს მივადექით. სასახლე ახლახანს გადაეცა საპარტნიორო ფონდს, რაც იმას ნიშნავს, რომ უახლოეს მომავალში ამ უნიკალური შენობის რესტავრაცია დაიწყება.

– ეს იქნება კიდევ ერთი დიდი საჩუქარი „რიქსოს ბორჯომის" დამსვენებლებისა და სტუმრებისათვის. მიუხედავად იმისა, რომ სასახლის უშუალო ტერიტორიაზე შესვლა ამ ეტაპისთვის აკრძალულია, ტურისტები მაინც ახერხებენ შორიდან ფოტოს გადაღებას, შემდეგ კი ამ ფოტოებს სოციალურ ქსელში ტვირთავენ და ამით საოცრად ამაყობენ. ინტერესი ძალიან დიდია და ცხადია, ჩვენი ერთ-ერთი მთავარი მიზანი და სურვილი ისაა, რომ აქ ჩამოსულმა ტურისტებმა რაც შეიძლება მალე შეძლონ სასახლის დათვალიერება. საბოლოო ჯამში, „რიქსოს ბორჯომში „ჩამოსასვლელად რამდენი მიზეზი გამოგვივიდა?

– ძალიან ბევრი

– დიახ, ასე რომ, გელოდებით!



„აქაურები ძალიან ამაყობენ საკუთარი ქვეყნით, მისი ისტორიით და ბუნებით. ხშირად მიყვებიან „რიქსოს ბორჯომის" ქართველი სტუმრები ამ ადგილის უნიკალურობის შესახებ, იხსენებენ ლიკანის კურორტზე გატარებულ წლებს, ეს ხომ ყოფილ საბჭოთა კავშირში ერთ-ერთი ყველაზე პოპულარული და ცნობილი ადგილი იყო, შესაბამისად, საკმაოდ ბევრ დამსვენებელს ლიკანთან დაკავშირებული საკუთარი ისტორია აქვს."

სიმი ნატალია **ყიფიანი**
ფოტო: **LIG Studio**

აღნიშნეთ ცხოვრების ყველაზე მნიშვნელოვანი მოვლენები ჩვენთან! თქვენი სურვილების ასრულებაზე ჩვენი გამოცდილი და კრეატიული გუნდი იზრუნებს. კორპორაციულ წვეულებებს, დაბადების დღეებს, ქორწინების იუბილეებსა და, უბრალოდ, ლამაზ საღამოებს ულამაზეს გარემოში დახვეწილი სერვისითა და უგემრიელესი მენიუთი ვუმასპინძლებთ. სასტუმრო "რივერსაიდი" და "ტიფანი ბარი" აღფრთოვანებულს დატოვებს თქვენს სტუმრებს: მშობლებს, ახლობლებსა და მეგობრებს.

Winner of Travelers' Choice Awards 2016 by Tripadvisor

"ტიფანი ბარის" დახვეწილი, გემოვნებიანი გარემო ნამდვილად მოახდენს თქვენზე დაუვიწყარ შთაბეჭდილებას. უგემრიელესი კერძები, ჩვენი შეფმზარეულის შექმნილი განსხვავებული დესერტები, სპეციალური კოქტეილები და ექსკლუზიური წვეულებები კი ამ შთაბეჭდილებას კიდევ უფრო გაამყარებს. ოთხშაბათიდან კვირის ჩათვლით "ტიფანიში" ცოცხალი მუსიკა ჟღერს. ჩვენ მუდამ ვზრუნავთ იმაზე, რომ თქვენი სტუმრობა დაუვიწყარი იყოს.

2016 TRAVELLERS' CHOICE tripadvisor

მის: ძველი თბილისი, ბროსეს ქუჩის კუთხე, სასტუმრო "რივერ საიდის" პირველი სართული
ტელ: +995 32 224 22 44; მობ: +995 597 97 67 57
WEB: WWW.TIFFANY.GE

BIOLI

როცა მოგზაურობით მდიდრდები...

„მოგზაურობა ერთადერთი შემთხვევაა, როდესაც ფულის ხარჯვით მდიდრდები“.

ბარგს ვალაგებთ და მივდივართ სამოგზაუროდ ახალი შთაბეჭდილებების, ემოციების, ინფორმაციის და საინტერესო ისტორიების დასაგროვებლად.

ბარგს ვალაგებთ და მიგვაქვს ყველაფერი, რაც მოგზაურობისთვისაა აუცილებელი, თუმცა ჩვენი ბარგის ყველაზე დიდ ნაწილს, ბოლო მოგზაურობის შემდეგ, ან მთელი ცხოვრების განმავლობაში დაგროვილი სტრესი იკავებს. ეს მოგზაურობაც ქვეცნობიერად, ან გააზრებულად, ალბათ, იმ იმედით დავგეგმეთ, რომ ვფიქრობთ განახლებულები დავბრუნდეთ.

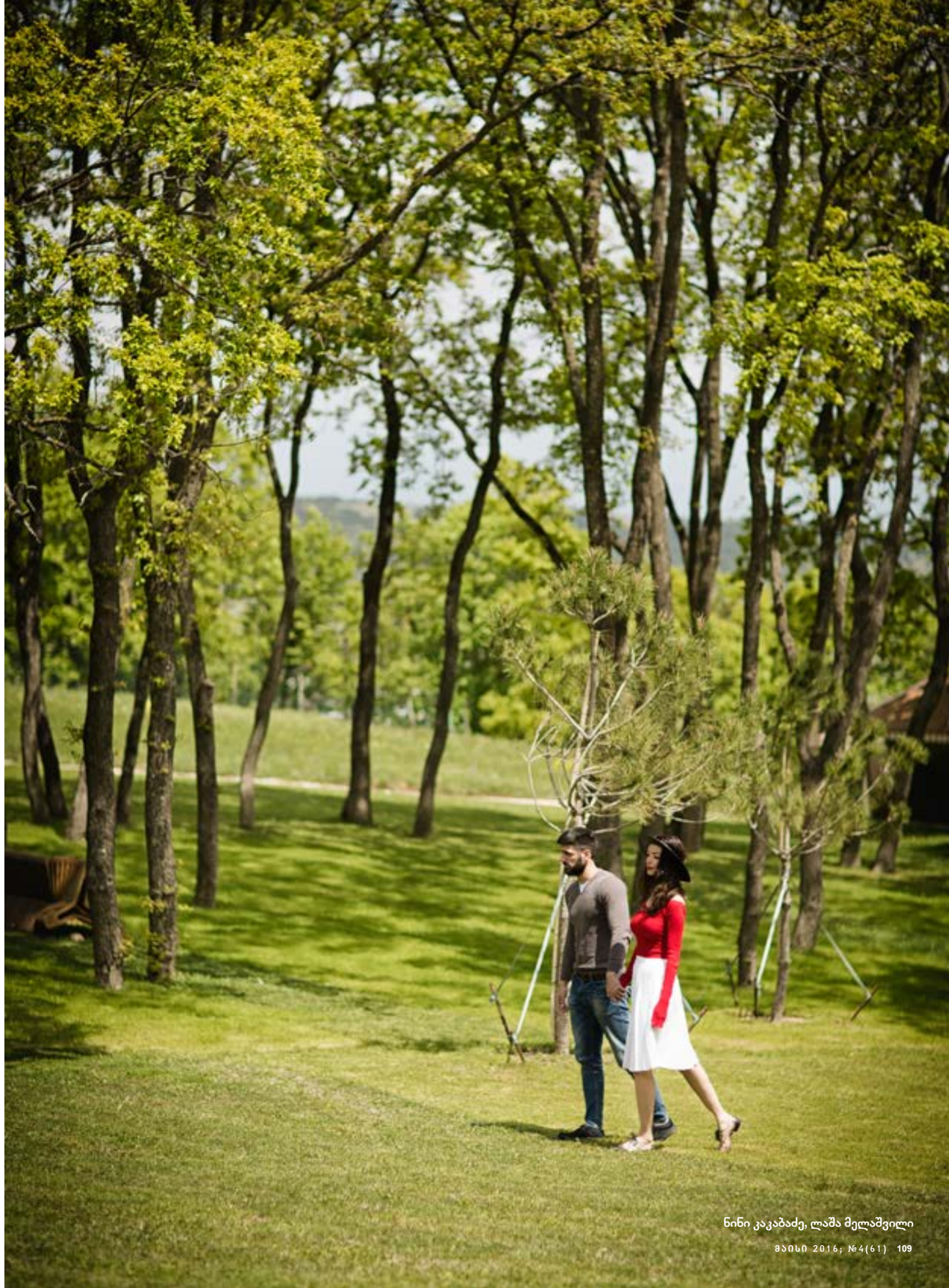
„ჩვენ ვმოგზაურობთ, რომ ცხოვრება არ გაგვექცეს და არა იმიტომ, რომ ცხოვრებას გავექცეთ“.

ამიტომ ჩავალაგოთ...

ყველაზე განსხვავებულ მოგზაურობას ვიწყებთ...

საქართველოში, თბილისთან ახლოს, კოჯრის სარეკრეაციო ზონაში, სამედიცინო ველნესკურორტის **BIOLI**-ს ტერიტორიაზე ფეხის შედგმისთანავე ოცდაათ ჰექტარზე გაშენებული სამოთხე შენი საკუთრება ხდება. მრავალფეროვანი ბუნებით, იდეალური კომფორტისთვის სრულად აღჭურვილი, 180-გრადუსიანი ხედით თბილისსა და კავკასიონზე. ეს პირველი შთაბეჭდილებაა, ყველაზე მთავარი კი წინ გელოდებათ – დაუვიწყარი მოგზაურობა საკუთარ თავსა და **BIOLI**-ს ფილოსოფიაში.

ჯანმრთელობა მკურნალობაში კი არა, დაავადების ადრეულ პრევენციაშია – სწორედ ამ პრინციპზე დააფუძნა **BIOLI**-ს კონცეფცია რამდენიმე ათეული სხვადასხვა პროფილის კლინიკის დამაარსებელმა, მედიცინის მეცნიერებათა დოქტორმა თამაზ მჭედლიძემ. თანამედროვე სამედიცინო თეორიებზე დაყრდნობით და ექიმთა გუნდის დახმარებით მან ახალი იდეოლოგია შექმნა, რომლის საკუთარ თავზე გამოცდით ერთ წელიწადში 74 კილოგრამის დაკლება და ორგანიზმის სრულად გაჯანსაღება შეძლო.



ნინი კაკაბაძე, ლაშა მელაშვილი

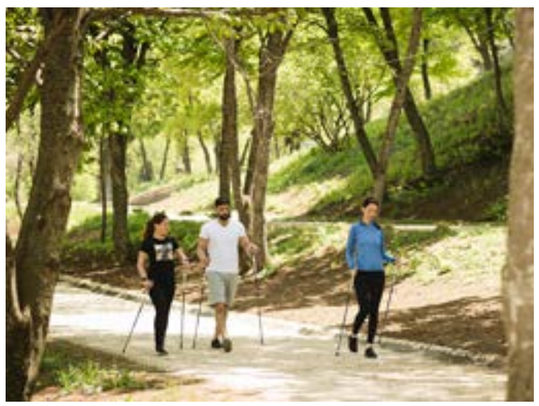
„მიიღებს რა ცხოვრების ყველა შესაძლო მატერიალურ სიკეთეს, ადამიანს რჩება და ხანდახან უძლიერდება სურვილი თავს გრძნობდეს აბსოლუტურად ჯანმრთელად და არ ავადმყოფობდეს. კოლეგებთან ერთად გადავწყვიტეთ, ჩვენი ძალისხმევა სწორედ ამ სურვილების ასრულებისაკენ მიგვემართა და გამოგვეყენებინა მსოფლიო სამედიცინო გამოცდილება დაავადების ადრეულ პრევენციაში. ამ თვალსაზრისით აუცილებელია გავითვალისწინოთ ჯანმრთელობის მთავარი მტერი საერთო სახელით – სტრესფაქტორები, რომლის ქვეშაც მათგან ხუთი ყველაზე გავლენიანი გავაერთიანეთ:

- არასწორი კვება;
- არასწორი ფიზიკური აქტივობა;
- ფსიქოლოგიური გადატვირთვა;
- ქრონიკული ინტოქსიკაციები;
- ძილის დარღვევა;

ჩვენი ამოცანაა სტრესფაქტორებთან ბრძოლა, რათა მოვახდინოთ დაავადებების ადრეული პრევენცია. სწორედ ამაშია **BIOLI**-ს ფილოსოფია.“ – ამბობს თამაზ მჭედლიძე.

სტრესთან, ნაადრევ დაბერებასთან და, რაც მთავრია, 100-ზე მეტი დაავადების მიზეზებთან ბრძოლა, თავისუფალ რადიკალებსა და ანტიოქსიდანტებს შორის დისბალანსი, ანუ ოქსიდაციური სტრესის დონე, რომლითაც ჯანმრთელობის „რღვევის“ პროცესი იწყება, აქ უჯრედის დონეზე გამოიკვლევა და ამის მიხედვით დაიგეგმება მხოლოდ თქვენს ორგანიზმზე მორგებული ინდივიდუალური პროგრამა:

- ბიოლი ინტრო;
- პროგრამა ანტისტრესი;
- პროგრამა დეტოქსი;
- ქრონიკული დაღლილობის მართვა;



თითოეული მათგანი თქვენ მიერ **BIOLI**-ში გატარებულ რამდენიმე დღეს და შემდეგ უკვე მთელ ცხოვრებას განსაზღვრავს.

საქართველოს უნიკალური ბუნებრივი რესურსი, ყველაზე მრავალფეროვანი კლიმატი, იმაზე მეტი სამკურნალო მცენარე და მინერალური წყალი, ვიდრე მთელ დანარჩენ ევროპაში და მხოლოდ ბიოლოგიურად სუფთა პროდუქტი; ინდივიდუალურად გაწერილი მენიუ, ვარჯიშები, სპა, ყველა პროცედურა სრული გავჯანსაღებისთვის... ესაა ადგილი, საიდანაც ახალი ათვლა იწყება ახალი მომავლისთვის; ნამდვილი ურთიერთობა საკუთარ თავთან და შემდეგ დანარჩენ სამყაროსთან...

ამის გარდა, **BIOLI** გვაძლევს შანსს საკუთარ ჯანმრთელობასთან ერთად დრო საქართველოს მონახულებასაც დავუთმოთ, ესაა ტურები ისტორიულ ადგილებში; ფოლკლორის და ტრადიციული სუფრის თავისებურებების გაცნობა, ნაციონალური სამზარეულოს და უნიკალური ქართული ღვინოების დეგუსტაცია.

BIOLI-ს კრისტალურად სუფთა გარემოში, ბედნიერების კუნძულზე გატარებული რამდენიმე დღის შემდეგ საკუთარ თავს უბრალოდ ვეღარ მისცემთ უფლებას ჯანმრთელობა ხელოვნურად ჩაიგდოთ საფრთხეში, მით უფრო მაშინ, როცა კურსის დასრულების შემდეგ თქვენ განმეორებით ჩაგიტარდებათ ოქსიდაციური სტრესის დიაგნოსტიკა და ნათლად დაინახავთ უჯრედში ბალანსის აღდგენის პროცესს, ანუ დაავადებების გამომწვევი რისკების შემცირებას.

თუმცა სამედიცინო დასკვნებამდე ყველაზე სწორად თავად შეძლებთ საკუთარი მდგომარეობის შეფასებას, ყველაზე უკეთ თქვენ იგრძნობთ აქ დაგროვილი სიცოცხლის ენერგიას და უკან დატოვებული სტრესის სიმძიმეს.

BIOLI-ში ცხოვრების თითოეული დღე არის დიდი ამოსუნთქვა იმისთვის, რომ მომავლისკენ მყარად გაიხედო. ესაა ყველა სეზონის, ყველა დროის და ყველაზე გასაგებად განსაზღვრული ჯადოქრობა, რომლის გამოცდაც მხოლოდ საკუთარ თავზე შეიძლება. ესაა ადგილი იმისთვის, რომ ცხოვრება არ გაგეცქეს და ადგილი იმისთვის, რომ სიცოცხლე იგრძნო.

სიმი თეკლა **გოგოლაშვილი**
ფოტო: **LIG Studio**

მილა ანუფრიევა
მოდის ბიზნესის სათავეებთან

მილა ანუფრიევა მონაკოს პრინც ალბერტთან ერთად

თბილისში მოდის სამყაროში საკმაოდ ცნობილი ქალბატონი მილა ანუფრიევა ჩამოვიდა, კონკრეტული პროექტები აქვს, საინტერესო. – მიყვება ჩემი კარგი ნაცნობი, ნინიკო სხირტლაძე ჩათში. „დაგუგვლას“ ინტერნეტში განთავსებული ფილმის ნახვას მირჩევს. ფილმს ერთი ამოსუნთქვით ვნახულობ და თვალწინ 90-იანი წლების ყოფილი პოსტსაბჭოთა რეალობა იშლება დიდი ფულით, ახალი ბიზნესებით, ვარსკვლავებით, ბანდიტებით, ბიზნესის წართმევითა და... მაღალი მოდით. მილას მეორე დღესვე შევხვდი. ფილმში ძლიერი, მაგრამ ცოტათი ნაღვლიანი და თითქოს ოდნავ დაღლილი ქალი მესაუბრებოდა. ვიდრე ჩემი რესპონდენტი „თბილისი რუმსის“ რესტორანში შემოვა, მის წარმოდგენას ვცდილობ. ქალი, რომელმაც რუსეთში მოდა ბიზნესად პირველმა აქცია, ადამიანი, რომელმაც ჩემოდნებით ჩამოტანილი ტანსაცმლის გაყიდვით რამდენიმე წელიწადში მილიონიანი ბიზნესი შექმნა, რომელსაც თვალდახუჭული ენდობოდა მთელი რუსეთის პოლიტიკური თუ შოუ-ბიზნესის ელიტა და რომლისთვისაც დღეს ეს ქვეყანა და მშობლიური სანკტ-პეტერბურგი დაკეტილია.

მილა რესტორანში დაგვიანებით ჩამოდის. სრულიად განსხვავებულია: საშუალო სიმაღლის, კარგი აღნაგობის და ენერგიული საქმიანი ქალი. ჩემ პირდაპირ ზის. ასე მგონია, მასზე უკვე ყველაფერი ვიცი. კითხვები თითქოს მხოლოდ გადამოწმების ფუნქციას იძენს.

ყველაფერი უნივერსიტეტის წლებიდან დაიწყო. სწავლობდა პედაგოგიურზე, თუმცა მაშინვე ხვდებოდა, რომ პედაგოგად ვერასდროს იმუშავებდა. უფრო დაკვირვება აინტერესებდა, დაკვირვება „იმათ“ – სანკტ-პეტერბურგში ჩამოსული უცხოელების სამოსზე. უკვე ოცი წლის ასაკში ზუსტად იცოდა, რომ მისი ცხოვრება და საქმიანობა მოდას დაუკავშირდებოდა. ჰყავდა მეგობარი გოგოები, ზოგი იტალიაში გათხოვდა, ზოგიც – საფრანგეთში, მილა სტუმრად ჩადიოდა და ევროპის სხვადასხვა ქალაქიდან საინტერესო და გემოვნებიანი ტანსაცმელი ჩამოჰქონდა. პოსტსაბჭოთა პეტერბურგში გაჩენილი პირველი **Lanvin**-იც მისი იყო და თითქმის ყველა ცნობილი ბრენდის სამოსი.

– ადამიანები თვალდახუჭული მენდობოდნენ. ცარიელ ჩემოდნებს მატანდნენ და გადავსებული ჩამომქონდა. ზეპირად ვიცოდი ყველა ჩემი კლიენტის არათუ პარამეტრები, არამედ ის, თუ როგორ იცვლებოდა მათი ცხოვრების წესი: ვარჯიშობდა, ორსულად იყო, გასუქდა

მილა ანუფრიევა კლაუდია შიფერთან, ანატოლი სობჩაკთან და ლიუდმილა ნორუსოვასთან ერთად

მილა ანუფრიევა ლინდა ევანგელისტასთან ერთად

მილა ანუფრიევა კლაუდია შიფერთან ერთად

თუ გახდა, შეიძლებოდა სახელი დამვიწყებოდა, მაგრამ 2000 კლიენტის ზომები და სტილი ზუსტად ვიცოდი.

ამ ორი ათას კლიენტს შორის იყვნენ მეგავარსკვლავები: ალა პუგაჩოვა და ჯერ კიდევ პატარა კრისტინა ორბაკაიტე, ფილიპ კირკოროვი და ვლადიმერ პრესნიაკოვი, თვით ბორის ბერეზოვსკი, მედვედევი და პუტინიც კი, რომელსაც მილა ანუფრიევა სამი წლის მანძილზე აცმევდა. გასაკვირი არც იყო, რომ მილას მიერ დაფუძნებული და დაარსებული მულტიბრენდული მაღაზია „ვენითი“ განწირული იყო სუპერპოპულარობისათვის: ექსკლუზიური კონტრაქტები ყველაზე ცნობილ მოდის სახლებთან, პრეზენტაციებზე მოწვეული მსოფლიო ტოპმოდელები, უსაზღვრო გავლენა და დიდი ფული.

– მანქანასავით ვიყავი. წარმოიდგინეთ, მთელი კვირის განმავლობაში ყველას ვჭირდებოდი, ყველას უნდა დავხმარებოდი, ყველას ზარისთვის მეპასუხა, მოვიდოდა კვირა და კაციშვილს არ ვახსენდებოდი, იქნებ მოვკვდი, იქნებ ცუდად ვარ. არა. მოვიდოდა ორშაბათი და ტელეფონი კვლავ არ ჩერდებოდა.

საქმიანი ქალის ცხოვრება დაოჯახების შემდეგ იცვლება. ბიჭების გაჩენა მას ოდნავ ცვლის, თითქოს პრიორიტეტებიც განსხვავებულია, მაგრამ ცხოვრების რიტმი – არა. სანკტ-პეტერბურგში კი იმ დროისათვის უკვე „ბანდიტური პეტერბურგის“ წესები და ცხოვრება მკვიდრდება;

– ბიჭები, რომლებიც გუშინ კაფეში კოქტეილს მიმზადებდნენ, დღეს ჩვეულებრივი რეკეტიორები ხდებოდნენ და ფულს მთხოვდნენ. არ მიმიცია არასდროს, ყოველთვის ისე ვახერხებდი, რომ ეგრძნოთ, თითქოს მაგარი ზურგი მყავს და ხელშეუხებელი ვარ, როგორღაც ვახერხებდი წვიმის წვეთებს შორის გადახტომას, როგორღაც გამომდიოდა.

...დიაგნოზი თავდაპირველად არასწორად დაუსვეს. უთხრეს, რომ ინსულტი აქვს. იწყება დამატებითი გამოკვლევები, საბოლოო ვერდიქტი – თვალის მელანომა, პროგნოზები – არადამაიმედებელი.მილა სასწრაფოდ შვეიცარიაში მიემგზავრება სამკურნალოდ. ავადმყოფობის პარალელურად ნელ-ნელა იმსხვრევა მისი შექმნილი ბიზნესი. ღალატობს უკლებლივ ყველა, ჯგუფები, რომლებიც თავის დროზე ბიზნესქალბატონს ბიზნესის გაყიდვას ურჩევდნენ და სთავაზობდენ, მილას ბიზნესის მფლობელები ხდებიან. სანკტ-პეტერბურგში დაბრუნებული ხვდება, რომ მხოლოდ ბიზნესის წართმევით არ დასრულდება ყველაფერი, საქმე გაცილებით რთულადაა და ერთადერთი გამოსავალი ქვეყნიდან სასწრაფოდ გაქცევაა.

მილანში ჩასული ყოფილი მილიონერისათვის გავლენიანი ადამიანების სახლების კარები დაკეტილია.

– მოდის სამყაროს არ უყვარს ადამიანები პრობლემებით. ერთი-ორ ახლობელს ვთხოვე ფული ესესხებინა, შვილის ნათლიამ მითხრა, მეუღლეს უნდა ვკითხოო, მეორე მეგობარმა საერთოდ არ მიპასუხა. სანკტ-პეტერბურგიდან ვერაფრის წამოღება ვერ შევძელი, ის მცირედიც, რაც წამოვიღე, კაპიკებში გავყიდე...

დღეს მილა მილანში ერთ-ერთი გავლენიანი პერსონაა. დღეს მისთვის ღიაა ნებისმიერი მოდის სახლის კარი, თუმცა მილა იქ აღარ შედის. ახალი შოურუმი გახსნა, რომლითაც ახალგაზრდა დიზაინერების პოპულარიზაციას ეწევა. როგორ წამოდგა? როგორც ხდება ხოლმე, ერთი შემთხვევის წყალობით. მილას ამბავი ცნობილ რუს მსახიობს სტას სადალსკის გაეგო, პირველი 200 დოლარი სესხად სწორედ მან გაუგზავნა. მოგვიანებით თავის ონლაინგამოცემაში მილაზე სტატიაც დაწერა, სტასის სტატიას ცნობილი რუსი ბლოგერის ნიკა ბელოცერკოვსკაიას სტატია მოჰყვა და წავიდა და წავიდა. მილიონობით წერილს იღებდა რუსეთიდან. ბევრი საკუთარი ავადმყოფობის შესახებ სწერდა და რჩევას სთხოვდა, ბევრიც – უბრალოდ, როგორც ერთ დროს ცნობილ და გავლენიან საქმიან ქალბატონს. პირველი ათასი ევროც კერძო შეკვეთით გამოიმუშავა, ჟენევაში ერთ პერსონას ბუტიკის გახსნა ჰქონდა დაგეგმილი, მილამ ურჩია, რა და როგორ, ბიზნესკონტრაქტი გაფორმდა, პირველს მეორე მოჰყვა და მილა ანუფრიევა კვლავ დაუბრუნდა მოდის სამყაროს.

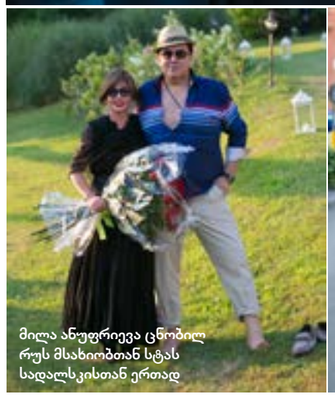
შეცვალა თუ არა ის ამ ისტორიამ?

– უფრო დამაფიქრა ბევრ რამეზე. ფული არასდროს ყოფილა ჩემთვის მთავარი მოტივაცია და, მით უფრო, ახლა. ჩემი მოტივაცია ნიჭიერი ადამიანებია, მათი პოვნა, მათი გაცნობა მსოფლიოსთვის. ამიტომ ვარ თბილისში. ბევრი პროექტი მაქვს დაგეგმილი და მათგან ერთ-ერთი თქვენს უნიჭიერეს მხატვარს ომარ მესხელს უკავშირდება. დიდი სურვილი მაქვს

მილა ანუფრიევა პრინცესა ირინა და ნატალია შტროცთან და გვიდო დამიანისთან ერთად

მილა ცნობილ სილვია ფენდისთან ერთად

მილა ანუფრიევა ჯუზაპე ძანოტი და ერმანო შერვინოსთან ერთად



მილა ანუფრიევა ცნობილ რუს მსახიობთან სტას სადალსკისთან ერთად

მილა ცნობილ რუს ტელეწამყვანთან ოქსანა პუშკინასთან ერთად

მილა ანუფრიევა ლიუდმილა ნარუსოვასთან ერთად

მისი ნახატების გამოფენა მოვაწყო პიეტრასანტაში, თქვენ არც კი იცით, რა გენიალური მხატვარი გყავთ. ალბათ, ვერც იმას ხვდებით, რა საოცარ ქვეყანაში ცხოვრობთ, აქ, ქუჩებში რომ დავდივარ, ხელით მინდა შევეხო შენობებს, თითქოს თითოეულ სახლს თავისი განსაკუთრებული ისტორია აქვს გადმოფენილი, საოცარი ხალხი ცხოვრობს, ნიჭიერი, თვითმყოფადი.

ჩემი სურვილია, რაც შეიძლება მეტი ნიჭიერი ადამიანი გავაცნო მსოფლიოს საქართველოდან.

მილა თბილისის ხშირი სტუმარი იქნება, მშობლიური მილანის გარდა, დღეს მის ცხოვრებაში ორი ამოჩემებაა: აფრიკა, სადაც მილა ქველმოქმედებითაა დაკავებული და პაწაწინა საქართველო, რომელიც თანდათან მისი ცხოვრების ახალი გატაცება ხდება.

მილა ანუფრიევა მილა იოვოვიჩთან ერთად

RED FANTASY

ISEE
studio

ფოტო: I SEE STUDIO /აკო ხარისთვალაშვილი
მოდელი: თამუნა ტაბატაძე
ვიზაჟი/ვარცხნილობა: ეკატერინე ჩანჩიბაძე

დამიხატე მშვიდობა

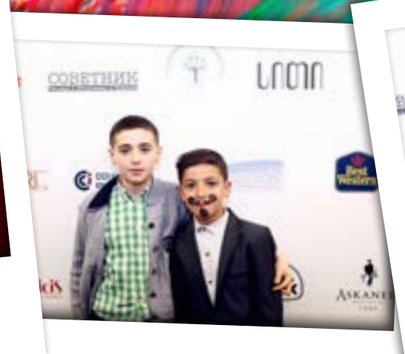
ხატვის საერთაშორისო კონკურსი „დამიხატე მშვიდობა“ ქართულ-ფრანგული ორგანიზაციის **Club de Chance**-ის ინიციატივით იმართება. კონკურსის მიზანია ბავშვებისა და მათი მშობლების ყურადღება მიაპყრონ მშვიდობის და მეგობრობის თემას. მასში მთელი საქართველოს მასშტაბით 4-დან 16 წლამდე ასაკის ბავშვები მონაწილეობენ 16 ქვეყნის 300-ზე მეტ კონკურსანტთან ერთად. კონკურსში საქართველო წელს პირველად ჩაერთო. ძირთადი მონაწილე ქვეყნები არიან საფრანგეთი, საქართველო, თურქეთი, ესტონეთი, ა.შ.შ, ჩინეთი, უკრაინა, რუსეთი, სომხეთი, მოლდავეთი, ყირგიზეთი, ტაჯიკეთი და ა.შ.

ტატიანა ბალდუკი

კონკურსის ნახევარფინალი აპრილში თბილისში გაიმართა. ღონისძიების ფარგლებში ჟიურის მიერ გამოვლენილი 50 საუკეთესო ნამუშევრის გამოფენა მოეწყო. კონკურსის 49 მონაწილე დაჯილდოვდა პრიზებით, ლოტოტრონით გამოვლენილ ერთ მონაწილეს სასკია ბურს და მის მშობლებს კი გადაეცათ საგზური პარიზში, კონკურსის ფინალურ ღონისძიებაზე დასასწრებად. ნახევარფინალის მონაწილეთა ნამუშევრები, სხვა ქვეყნის მონაწილეების ნახატებთან ერთად პარიზში, მეორე მსოფლიო ომის დამთავრების წლისთავისადმი მიძღვნილ ღონისძიებაზე გამოიფინა. ცერემონიალზე საქართველოს წარმომადგენელი ნახევარფინალის გამარჯვებული სასკია ბური იყო. მედლებისა და დიპლომების უმეტესობა ჩინეთის, რუსეთისა და საქართველოს წარმომადგენლებს გადაეცათ.

სიმი ანა **არაბიძე**

ფოტო: **LIG Studio**



საერთაშორისო სამშენებლო კომპანია **„მაქრო ქონსთრაქშენმა“** გრანდიოზულად აღნიშნა პროექტ **„მწვანე გუდაპეშტის“** მშენებლობის წარმატებით დასრულება და ახალი საცხოვრებელი კომპლექსის **„მწვანე ალმასის“** გახსნა.

„მწვანე ალმასის“ მშენებლობა თბილისის ეკოლოგიურად სუფთა უბანში, დიღომში, ოლიმპიური ობიექტების მახლობლად დაიწყო. საცხოვრებელი კომპლექსი 70 000 კვ. მეტრამდე ტერიტორიაზეა განთავსებული, აქედან 23 143 კვ.მ შიდა გამწვანებული ეზო იქნება. კომპლექსში 23 საცხოვრებელი ბლოკი აშენდება 1772 ბინით. „მწვანე ალმასში“ მობინადრეებისთვის ხელმისაწვდომი იქნება ყველაფერი, რაც კომფორტული ცხოვრებისთვის არის საჭირო: საცურაო აუზები, საბავშვო და ღია სპორტული მოედნები, კალათბურთის სათამაშო სივრცეები, სარბენი ბილიკები, სპორტული დარბაზი, სავაჭრო ობიექტები, სოციალური აქტივობებისთვის განკუთვნილი ვერანდები, საბავშვო ბაღი და სკოლა.

MAQRO CONSTRUCTION