



**ВСЕ ГОРДЯТСЯ  
РОДНОЙ ПРИРОДОЙ,  
СОХРАНЯЕТ —  
1% РОССИЯН**



**ИЗМЕНИТЕ ЭТО  
ОТПРАВЬТЕ SMS  
ПРИРОДА  
НА НОМЕР  
3443**

СУММА ПОЖЕРТВОВАНИЯ —  
100 РУБЛЕЙ

СЕРГЕЙ И ВЛАДИМИР  
КРИСТОВСКИЕ  
ПОДДЕРЖИВАЮТ  
ПРОЕКТЫ WWF  
ПО СОХРАНЕНИЮ ЗУБРА

WWF.RU

ЖУРНАЛ АВИАПУТЕШЕСТВЕННИКА № 3 2021

ЖУРНАЛ АВИАПУТЕШЕСТВЕННИКА № 3, СЕНТЯБРЬ 2021

**АЛРОСА**

АВИАКОМПАНИЯ



*Моя страна*  
**СОЛОВЕЦКИЕ  
ОСТРОВА:**  
суровая  
красота  
Севера

*Психология*  
**ОТЦЫ  
И ДЕДЫ**

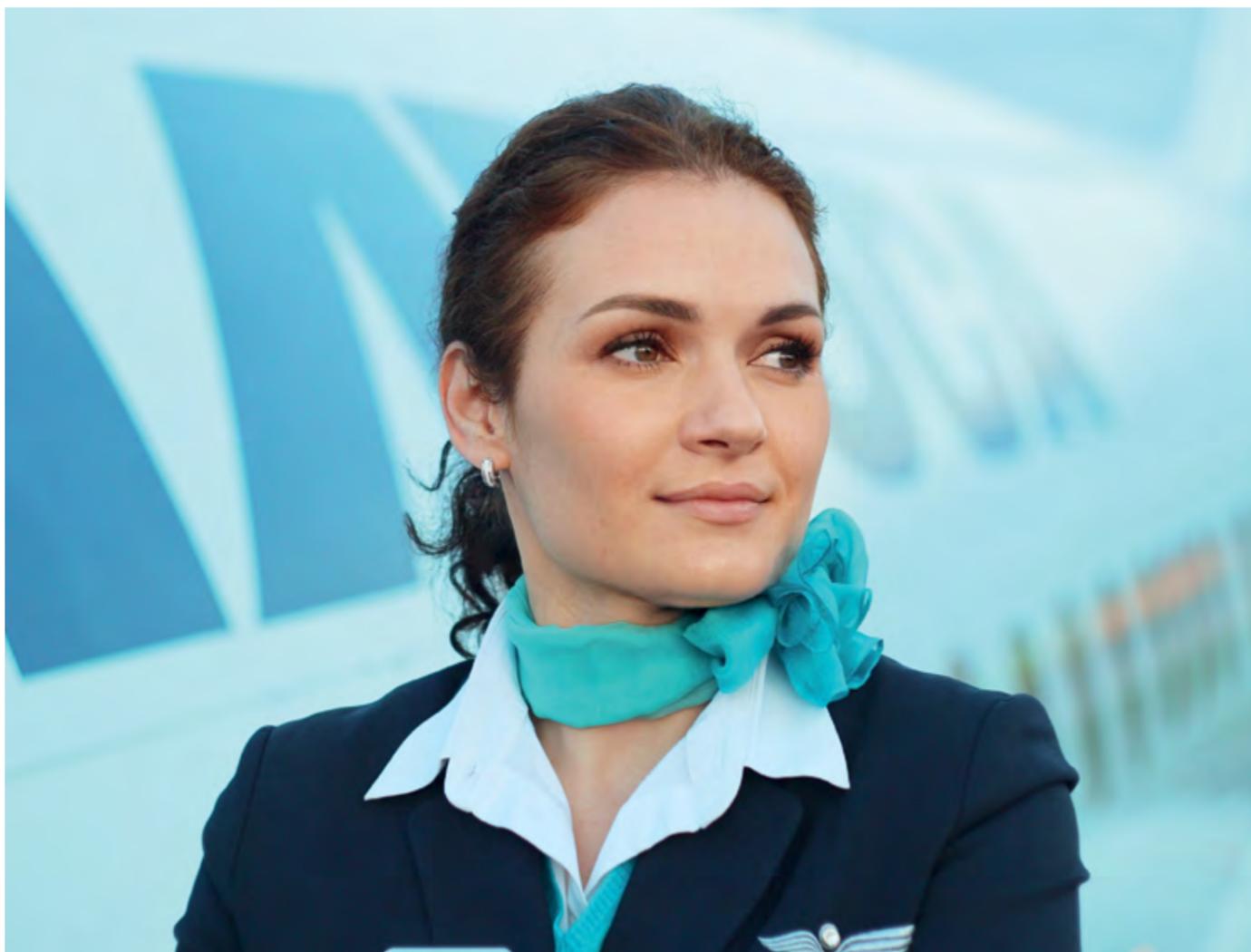
*Вещи*  
**История  
зубной  
щетки**

*Навигатор*  
**Лучшие  
отели для  
удинения**



*Персона*

**НАОМИ КЭМШЕЛЛ**  
*впервые стала мамой в 51 год*



«Авиакомпания АЛРОСА»  
с 1 июня по 28 сентября открыла  
продажу билетов для всех категорий  
пассажиров без ограничения  
по субсидированным маршрутам:

- рейс 6R-656 Мирный – Тюмень, 2-й день недели
- рейс 6R-655 Тюмень – Мирный, 2-й день недели

МИНИМАЛЬНЫЙ ТАРИФ С БАГАЖОМ – ОТ 9090 РУБЛЕЙ – УЖЕ В ПРОДАЖЕ НА САЙТЕ АВИАКОМПАНИИ: [WWW.ALROSA.AERO](http://WWW.ALROSA.AERO).

ЭТО НАШЕЙ ИСТОРИИ СТРОКИ...





# Дорогие друзья!

Я Андрей Чернышев, начальник летно-методической группы «Авиакомпания АЛРОСА». Влюбился в авиацию, что называется, с головой и навсегда связал с ней свою жизнь неслучайно, так как вырос в семье авиаработников. Папа – командир авиаподразделения с мамой – инженером-синоптиком постоянно обсуждали дома производственные вопросы, связанные с самолетами и вертолетами. Навсегда запомнилось их искреннее отношение к работе. И хотя подростком я сильно увлекался музыкой и спортом, решающую роль в выборе профессии сыграли все-таки романтические рассказы отца об авиации. После окончания с отличием Кировоградского высшего летного училища в 1985 году была возможность распределиться в любое место тогда еще Советского Союза. Я выбрал Якутию, Мирный, потому что считалось, что здесь более сложная и интересная работа для летчика. С тех пор ни разу об этом не пожалел.

Сейчас «Авиакомпания АЛРОСА» – это серьезный оператор воздушных перевозок не только в Якутии, но и далеко за ее пределами. У нас относительно небольшой, но творческий коллектив, которому по плечу любые задачи. Традиционно ценим в молодом поколении любовь к профессии, желание постоянно развиваться и расти. Поэтому всем, у кого загораются глаза при словах «авиация», «самолет», – добро пожаловать в «Авиакомпанию АЛРОСА»!

Меня зовут Вадим Чернышев, я второй пилот самолетов Boeing. Для меня авиация – это бесконечный источник познания человеком мира, окружающего его, и мира, скрытого в самых глубоких уголках человеческой души. Авиация – это и бескрайний океан неба, и гордые железные птицы, и счастливые улыбки пассажиров, и усердная работа мечтателей и романтиков. Сегодня по всему миру летают десятки тысяч самолетов, однако не каждая авиакомпания может гордиться таким трудовым коллективом, как «Авиакомпания АЛРОСА». Он не только соответствует высочайшим стандартам безопасности полетов, но и заботливо относится к своим пассажирам. Когда я впервые попал в трудовую семью авиакомпании, мое сердце наполнилось восхищением от того, что мне выпала честь трудиться бок о бок с такими потрясающими авиаторами – романтиками, честными, смелыми и самоотверженными людьми, обладающими блестящими знаниями и умениями.

Конечно, не могу не сказать и об огромной роли, которую сыграл в выборе профессии мой папа – настоящий летчик, сумевший заразить меня любовью к прекрасному миру авиации с самого детства. Бесспорно, путь в небо требует от человека самоотверженного труда и постоянной работы над собой, но я горжусь, что этот путь я начал с родным и дорогим мне человеком – отцом, близким другом, воспитателем, учителем, инструктором и командиром.

С уважением, руководитель летно-методической группы Андрей Чернышев  
и второй пилот Boeing 737NG Вадим Чернышев

# СОДЕРЖАНИЕ



**ТРЕНДЫ И БРЕНДЫ**  
Часы, одежда, украшения,  
аксессуары  
стр. 4

**АФИША**  
Кино: что посмотреть  
стр. 10

**БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ**  
Остров вечной весны  
Мадейра – море, горы  
и «зеленый коридор»  
для россиян  
стр. 12

**ВЕЩИ**  
А по зубам?  
История зубной щетки  
стр. 20



# 4



**ПЕРСОНА**  
Укрощение строптивой  
Наоми Кэмпбелл впервые  
стала мамой  
стр. 22

**НАВИГАТОР**  
Соблюдай дистанцию!  
Лучшие отели, где можно  
насладиться уединением  
стр. 28

# 28

**МОЯ СТРАНА**  
Осоловелые острова  
Соловки  
Суровая красота Севера  
стр. 32

**ЭТО АЛРОСА**  
Бриллианты каждый день!  
Коллекция OHMY Diamonds  
стр. 38

**ПСИХОЛОГИЯ**  
Отцы и деды  
Когда старость – в радость!  
стр. 40

**КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ**  
Утренняя зарядка  
Лучшие косметические  
средства для  
путешественников  
стр. 42

**Фабрика Звезд**  
Убираем сосуды  
на лице  
стр. 43

**ЕДА**  
Найти в капусте  
Интересные рецепты  
и полезные советы  
стр. 44

# 22



«АВИАКОМПАНИЯ  
АЛРОСА»

АО «Авиакомпания АЛРОСА»:  
678170, Республика Саха (Якутия),  
г. Мирный, аэропорт  
Телефон: 8 (800) 234-49-24  
Факс: +7 (41136) 9-81-21  
E-mail: avia-info@alrosa.ru



ЖУРНАЛ  
АВИАПУТЕШЕСТВЕННИКА  
№ 3 2021

Издание зарегистрировано  
в Федеральной службе по надзору  
в сфере связи, информационных  
технологий и массовых коммуни-  
каций (Роскомнадзор)  
Свидетельство о регистрации СМИ  
ПИ № ФС77-69058 от 13.03.2017

Учредитель и издатель –  
ООО «Апдейт Медиа»:  
105082, г. Москва,  
ул. Большая Почтовая,  
д. 43-45, стр. 3

Главный редактор:  
Екатерина Олеговна Прянник

Арт-директор:  
Константин Михайлович Юшин

Фото на обложке:  
Featureflash Photo Agency /  
Shutterstock.com

Распространяется бесплатно

Электронная версия на сайте  
авиакомпания: [www.alrosa.aero](http://www.alrosa.aero)

Адрес редакции:  
105082, г. Москва, ул. Большая  
Почтовая, д. 43-45, стр. 3  
[www.mlgr.ru](http://www.mlgr.ru)

коммуникационная группа  
**MEDIA LINE**

Типография «МедиаКолор»  
Адрес: 127273, г. Москва,  
Сигнальный пр-д, д. 19, стр. 1  
Подписано в печать: 20.08.2021  
Дата выхода в свет: 01.09.2021  
Тираж: 10 000 экз.

© 000 «Апдейт Медиа»



# 12



# 32



# 44

**О КОМПАНИИ**  
Правила безопасности  
стр. 46

**Правила поведения  
на борту**  
стр. 48

**НАШ  
АВИАПАРК**  
стр. 50

**КАРТА ПОЛЕТОВ**  
стр. 52

**АВИАНОВОСТИ**  
стр. 54

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ  
+7 (495) 640-08-38/39

+7 (916) 106-97-21  
[e\\_bryleva@mlgr.ru](mailto:e_bryleva@mlgr.ru)

+7 (962) 924-38-21  
[a\\_perevezentseva@mlgr.ru](mailto:a_perevezentseva@mlgr.ru)

— ТРЕНДЫ —

— ТРЕНДЫ —

# РАЙ на земле

Незадолго до начала Каннского кинофестиваля, официальным партнером которого Chopard является с 1998 года, спрезидент и художественный директор Chopard Каролина Шойфеле представила очередной ювелирный шедевр: все 74 модели новой коллекции Red Carpet, в основе которой – тема фантастического райского уголка.

«Каждый год коллекция Red Carpet позволяет мне дать волю воображению. В последнее время я увлеклась идеей рая. Мне захотелось, чтобы наши украшения навевали женщинам мечты о пристанище, где можно найти отдых, новые силы и оптимизм. Каждый представляет себе рай по-своему, и я постаралась отразить это разнообразие в коллекции Red Carpet. Каждый год нам приходится

выполнять все более сложную задачу, поскольку число украшений в коллекции должно быть равно возрасту кинофестиваля», – говорит Каролина Шойфеле.

Причудливый пышный стиль изделий навеян изобильной природой реальных или мифологических пространств, представленных в творческом репертуаре Каролины Шойфеле. Коллекция – это отражение рая в собственной душе, созданное полетом фантазии и самых смелых желаний. Это место, где невозможное становится возможным, где легко скрыться от враждебной реальности и обрести новое дыхание. Это фантастический сад, где драгоценные камни просятся в руки, словно спелые ягоды, где растения, звери и птицы дарят нам свою красоту и яркие краски.



## F. P. Journe Octa FFC Blue

Осенью в Женеве пройдет благотворительный аукцион Only Watch 2021. Лотами станут оригинальные модели от ведущих часовых мануфактур. Вырученные средства от продажи этих уникальных изделий пойдут на научные и медицинские исследования, проводимые под эгидой Монакской ассоциации борьбы с мышечной дистрофией Дюшенна.

F. P. Journe передадут на аукцион модель Octa FFC Blue в корпусе из тантала, оснащенную автоматом в виде руки. Столь неординарный автомат был придуман в память о механической руке, созданной отцом современной хирургии Амбруазом Паре. В зависимости от часа пальцы на руке будут указывать ту или иную цифру на циферблате. Секунды же можно будет считать по вращению диска с помощью острой вершины треугольника у отметки «12 часов».

# перевести СТРЕЛКИ



## Bell & Ross BR01 Cyber Skull Sapphire

Специально для аукциона часовщики Bell & Ross проапгрейдили модель Cyber Skull. В центре прямоугольного корпуса по-прежнему вписан череп, оснащенный автоматом, приводящим в движение нижнюю челюсть при подзаводе. Вот только выполнен он, как и корпус, из сапфирового стекла в двух цветах: прозрачном и оранжевом (дань уважения цветам Only Watch).

## Новая модель De Bethune с функцией GMT

Корпус из полированного титана зафиксирован на фирменных подвижных ушках, позволяющих часам эргономично садиться на запястье любого размера. В центре циферблата – пластина, разделенная на две части, символизирующие день (с полированным золотым солнцем на небосклоне) и ночь (с Млечным Путем из десятков золотых звезд). Центральные стрелки показывают местное время, тогда как «домашнее» время отсчитывает двухцветная сфера,двигающаяся в выемке с 24-часовой шкалой, опоясывающей центральную часть циферблата. В 6 и 18 часов

сфера поворачивается, меняя цвет с синего на золотой и обратно и таким образом как бы символизируя восход и закат солнца. Третья центральная стрелка с белым наконечником отсчитывает дату по круговой шкале.



## Bell & Ross Br 03-92 Red Radar

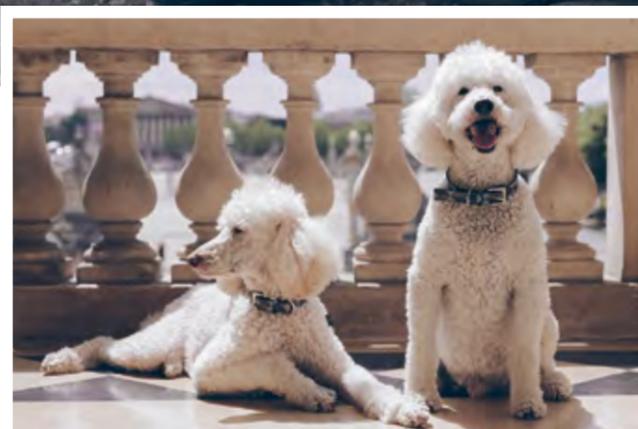
Со дня основания в 1994 году авиация была и остается главной страстью этого часового бренда. В 2011 году бренд выпустил завораживающую модель Red Radar. Необычные и новаторские, эти часы были похожи на экран радара с авиационной приборной доской и произвели фурор на рынке часовой роскоши. В этом году Bell & Ross представил новую модель BR 03-92 Red Radar Ceramic. Ее дизайн также списан с радарного экрана. Часы предлагают нестандартную интерпретацию часовой индикации. Время показывается посредством системы вращающихся дисков в сочетании с аналоговой стрелкой. Новинка выпущена ограниченной серией из 999 экземпляров.



# Жизнь СОБАЧЬЯ



В последние годы модные бренды выпускают целые коллекции для домашних питомцев, будь то ошейник, галстук или даже солнечные очки, а сама индустрия моды для животных стремительно развивается. Этим летом легендарный французский бренд Au Départ, специализирующийся на чемоданах и travel-аксессуарах, выпустил роскошную коллекцию аксессуаров для собак эксклюзивно для Hôtel de Crillon, A Hotel. Коллекция включает: коврик и кровать, жетон, боул для корма, ошейник и поводок в разных размерах, а также сумку с лакомствами для собаки. Кроме того, Hotel de Crillon в коллаборации с брендом Au Départ разработал специальное предложение Parisian Pets для гостей отеля и их домашних



питомцев, которое включает завтрак на двоих, гарантированное повышение категории номера, ранний заезд, два ужина для четвероногих гостей, сумку с лакомствами в подарок, а также специальную кровать для собаки и ошейник, который можно использовать во время прогулок по Парижу. Бренд Au Départ появился еще в далеком 1834-м: все началось с коллекции чемоданов и аксессуаров для путешествий. В начале XX века он обзавелся фирменной монограммой, которая была навеяна руинами Помпей. Эксклюзивная коллекция для отеля Crillon в Париже – это оммаж этой оригинальной монограмме, разработанной брендом в 20-х годах прошлого века.



# ЗОЛОТАЯ АНТИЛОПА



Международная компания QNET обновила роскошную линию ювелирных украшений Leya великолепными наборами – Yellow Gold Diva и White Gold Grace. Первый выпуск Leya из золота и бриллиантов состоялся в 2019 году, он включил в себя три комплекта – серьги и подвеска. В нем мастера стремились передать очарование природы Европы и Азии. Экзотическая магнолия сияла в Rose Gold Fleur, изысканные астры – в Rose Gold Aster, а пальмовые листья – в White Gold Palms. Второй выпуск Leya навеян художественными фантазиями о формах. В нем отражена строгая геометрия Запада и манящие изгибы и завитки Востока. В Yellow Gold Diva это овалы, а в White Gold Grace – плавные изгибы из белого золота.

Примечательно, что имя Лея переводится как «антилопа», что означает утонченность и грацию. Лея создана для женщин, которым присущи красота, смелость и уверенность в себе.

Лицом первой линии стала казахстанская модель, многократная чемпионка Казахстана по плаванию и легкой атлетике среди людей с нарушением слуха Айгерим Аяпбергенова. Бренд пригласил Айгерим, потому что для него важны идеи бесконечности возможностей для каждого. Амбассадора для второй линии Leya выбрали по результатам голосования среди подписчиков QNET в Instagram. Новой избранницей бренда стала обладательница короны Mrs. Global Universe 2020, гран-при «Достоиние Евразии – 2019» Диана Стахеева.



# КЛУБ путешественников

QVI Club – это клуб отдыха для настоящих любителей путешествовать. Карта QVI Club дает широкие возможности и существенные преимущества. В распоряжении владельцев карты – как курорты, находящиеся в собственности клуба в Таиланде, Малайзии и Турции, так и партнерские предложения из «Сезонной» и «Всемирной» коллекций, в которых представлены более 1000 отелей и курортов в 63 странах мира. Существует три категории карт – Bronze, Silver, Gold, наиболее подходящую можно выбрать исходя из собственных предпочтений. Никаких регулярных ежемесячных взносов не требуется, оплате

подлежит только членский взнос за каждую положенную неделю отдыха. Гарантией для владельца клубной карты служит более чем 22-летнее присутствие на рынке, статус мировой компании и наличие собственных отелей. Такой формат путешествий идеально подходит для семейного отдыха, тем, кто привык планировать свой отпуск заранее и хочет отдыхать по фиксированной стоимости на момент приобретения карты.





# Будущим победителям

**В** ikkembergs представляют новую динамичную коллекцию, созданную специально для детей. Детская капсула, так же как и взрослая, отсылает к спортивным дисциплинам. Акценты сделаны на ключевых предметах одежды, их отличают инновационные материалы и цвета. Но не обошлось и без деталей городского стиля – ведь, несмотря на то что бренд имеет спортивную ДНК, он рассчитан на комфорт и удобство в любых ситуациях. Для самых маленьких поклонников марки здесь есть множество интересных новинок, которые идеально подходят для путешествий, и для отдыха, и для похода в гости.

# Летим НАЛЕГКЕ!

**Л**иния Pack Your Moose демонстрирует новейшее инновационное изобретение канадского бренда Moose Knuckles – верхнюю одежду, которая легко упаковывается. Разработанные для удобного хранения и транспортировки модели Pack Your Moose представляют собой оригинальный выбор для непредсказуемой погоды. Коллекция анораков предназначена не только для женщин и мужчин, но и детей. Ключевыми их особенностями являются: внешняя сторона из переработанного нейлона без подкладки, склеенные швы, переработанная фурнитура и встроенные карманы с защелками для удобного хранения. С Pack Your Moose вам не страшна любая непогода и лишние килограммы в багаже!



В нашем обзоре — несколько красивых, глубоких и ярких фильмов. Каждый из них — отличный повод, чтобы встретиться с друзьями и посмотреть кино в хорошей компании. Читайте гайд по самым ожидаемым и достойным внимания новинкам российского и мирового проката.

## Ожидаемые премьеры



### «Не время умирать» (боевик, триллер, приключения)

Режиссер: Кэри Дзэдзи Фукунага  
В ролях: Дэниэл Крэйг, Рами Малек, Леа Сейду, Лашана Линч, Бен Уишоу, Наоми Харрис, Билли Магнуссен, Ана де Армас, Кристоф Вальц, Рэйф Файнс

25-й фильм бондианы наконец-то выходит в широкий мировой и российский прокат 30 сентября. На этот раз захватывающий сюжет о приключениях легендарного агента МИ-6 подарил миру режиссер Кэри Фукунага. В его версии Джеймс Бонд оставляет оперативную службу и наслаждается спокойной жизнью на Ямайке. Однако все меняется, когда на острове появляется его старый друг Феликс Лейтер из ЦРУ с просьбой о помощи. Миссия по спасению похищенного ученого оказывается опаснее, чем предполагалось изначально. Бонд попадает в ловушку к таинственному злодею, вооруженному опасным технологическим оружием.

### «Параллельные матери» (драма)

Режиссер: Педро Альмодовар  
В ролях: Пенелопа Крус, Росси де Пальма, Айтана Санчес-Хихон, Даниэла Сантьяго, Милена Смит, Хульета Серрано, Исраэль Элахальде, Адельфа Кальво, Инма Очоа, Хосе Хавьер Домингес

В этом году Венецианский международный кинофестиваль (78-й по счету) откроется картиной живого классика Педро Альмодовара. Он продолжает исследовать тему природы материнства и предлагает зрителю понаблюдать, как она меняет женщин. В центре сюжета — судьба двух испанок, ставших матерями в один день. При этом обе женщины одиноки, а обе беременности не были запланированы. Но случайная встреча оборачивается тесной связью, которая безвозвратно изменит их жизни навсегда. В российском кинопрокате фильм появится спустя ровно два месяца после премьеры в Венеции — 11 ноября.



## НОВОСТИ КИНО

• Октябрь — ноябрь этого года станут жаркими для съемочной группы фильма — вольной интерпретации «Мастера и Маргариты» «Воланд». Режиссером картины стал Михаил Локшин. Адаптировал роман для кинофильма Роман Кантор. На главную роль выбран немецкий актер Аугуст Диль. Компанию ему составят Юлия Снигирь (Маргарита) и Евгений Цыганов (Мастер). На российские экраны фильм выйдет только во второй половине 2022 года. Когда именно? Информацию об этом съемочная группа держит в строжайшем секрете.

• С 13 по 22 октября в столице Польши пройдет 32-й Международный варшавский кинофестиваль. В его программе — конкурс полнометражных фильмов, документальных и короткометражных картин. Среди жюри фестиваля — ведущие мировые режиссеры, актеры, а также представители польского кинематографа.

• 5 октября этого года российская актриса Юлия Пересильд и режиссер Клим Шипенко полетят на Международную космическую станцию для съемок эпи-

зодов фильма «Вызов». Они уже прошли медкомиссию и предполетную подготовку. Вернутся актеры на Землю в том же месяце вместе с космонавтом Олегом Новицким. Сам фильм — часть большого научно-просветительского проекта, в рамках которого планируется также снять цикл документальных фильмов о предприятиях ракетно-космической отрасли. Проект станет наглядным свидетельством того, что полеты в космос постепенно становятся доступными не только для профессионалов.

## Русское кино



### «Иван Денисович» (драма)

Режиссер: Глеб Панфилов  
В ролях: Филипп Янковский, Артур Бесчастный, Александр Караваев, Степан Абрамов, Игорь Савочкин, Сергей Карякин, Денис Карасев, Андрей Фролов, Михаил Хмуров, Владимир Еремин

В свое время повесть Александра Солженицына «Один день Ивана Денисовича» официально приоткрыла для миллионов жителей СССР чудовищную правду о сталинских репрессиях. Фильм легендарного Глеба Панфилова, снятый по сценарию, созданному на основе этого текста, вновь возвращает к теме сохранения «человечного в человеке» в самых экстремальных условиях: когда сил почти нет, а испытания вот-вот закончатся. Ивану Шухову — заключенному Ш-854 — осталось всего несколько дней до окончания 10-летнего срока в трудовом лагере. Выйдет ли он на свободу, сбудутся ли его мечты о встрече с дочерьми и сможет ли он остаться самим собой среди остальных политзаключенных, так по-разному проходящих испытание за колючей проволокой?..

### «Летчик»

Режиссер: Ренат Давлетьяров  
В ролях: Петр Федоров, Анна Пескова, Павел Осадчий, Максим Емельянов, Алексей Барабаш, Елена Дробышева, Евгений Михеев, Гела Месхи, Роман Книжка, Марчин Стец

Российские режиссеры продолжают открывать зрителям истории летчиков — героев Великой Отечественной войны. В апреле 2021 года на экраны вышел эпический боевик Тимура Бекмамбетова «Девятаев». В ноябре зрителям представит свою версию подвига советских пилотов, выживших после падения самолета, Ренат Давлетьяров. Николай Комлев чудом сажает свой Ил-2 на глухую лесную поляну. С этого и начинаются его испытания. Раненому пилоту предстоит проделать немислимый путь, преодолевая мороз, боль и голод, спасаясь от волков и спецотряда нацистов. Летчика ведут воля к жизни, мужество и, конечно, любовь. Дома его ждет Ольга — именно ее образ согревает его в стужу и помогает двигаться вперед, к спасению. У него лишь один шанс выжить, чтобы вернуться к любимой, снова подняться в небо и победить.



## Сериалы

### «Ломка»

В ролях: Уилл Чейз, Розарио Доусон, Кейтлин Дивер, Джон Хугенэккер, Майкл Китон, Джейк МакДорман, Уилл Поултер, Питер Сарсгаард, Филиппа Су, Селена Андусе, Мэрилин Буш, Клеопатра Коулман, Рэй МакКиннон, Майкл Стулбарг

В середине октября в мировых и российских онлайн-кинотеатрах состоится премьера сериала, рассказывающего о кризисе в фарминдустрии США. Вернее, о той беде, в которую уже давно втянули ее лидеры: зависимость американцев от тяжелых наркотиков, развивающаяся в том числе из-за легальных опиоидных болеутоляющих препаратов. Зрители вместе с главными героями Dopesick отправятся в путешествие по Америке, какой ее не принято показывать на экранах: из насыщенного проблемами горнодобывающего городка в штате Вирджиния прямоком в кабинеты богатейших фармацевтических компаний, получающих на фоне наркотической эпидемии огромную прибыль.



# Остров вечной весны

Мадейра – это Португалия. Но сами жители считают, что они сами по себе и в корне отличаются от тех, кто живет на материке. Это касается даже их разрешения принимать туристов из России: континентальная Португалия пока не ждет в гости россиян, а вот власти Мадейры объявили для нас «зеленый коридор». Изучаем, зачем туда ехать и что смотреть.

Текст: ОЛЬГА САПРЫКИНА,  
журналист и путешественник  
Инстаграм: @olgasapra



Находится остров в водах Атлантики. До Африки от Мадейры – всего-то 500 км. До континентальной Европы – в два раза дальше, 1000 км.



менными крышами до земли изображены на всех открытках, посвященных Мадейре. Когда приедете сюда, постарайтесь уйти подальше от туристических троп. Хотя это не так-то просто (почти все открыточные домики превращены в магазины сувениров), но возможно. Зато увидите много нерастиражированных ракурсов.

**Лучше могут быть только горы**

Собираясь на Мадейру (да, мы помним, что вы летите на море!), непременно положите в багаж дождевик и спортивную удобную обувь. Даже если вы не поклонник пеших прогулок, все это вам обязательно понадобится. Проверено! Еще будут лишними шапка и теплая толстовка. Дело в том, что погода на Мадейре изменчива. Буквально на глазах солнце может смениться тучками, прольется дождь, а потом опять наступит безмятежная ясность. К тому же когда вы отправитесь на прогулку в горы, то поймете, что там



лимона, банана, яблока, дыни, киви, апельсина, ванили и помидора. Похожий на ананас местный фрукт абакаши при дегустации оказывается намного слаще своего сородича, да и созревает в разы быстрее. А еще здесь есть дерево монстера со съедобными плодами – этакий «бананас», микс ананаса и банана, внешне напоминающий кукурузный початок. Словом, поход на местный рынок может стать большим открытием даже для людей, объехавших полмира.

**Все краски мира**

Обычно путешествие по острову начинают с города Фуншал, где находится аэропорт. Это первый и единственный крупный город на Мадейре. Тем не менее обойти его можно за полдня, максимум за день. Начните экскурсию с посещения рынка, утром он особенно колоритен. Потом загляните в один из многочисленных музеев, а вечером отправляйтесь на улицу Санта Мария. Лет десять назад правительство разрешило художникам разрисовать все двери на этой улице. Так обычная улочка превратилась в галерею под открытым небом. Изучать ее разнообразный декор можно несколько часов кряду. Важно: смело открывайте понравившиеся двери – внутри наверняка окажется либо кафе, либо арт-галерея, либо синтез того и другого.

Еще обязательно загляните в Сантану. Эта деревушка известна на весь мир. Местные разноцветные домики с соло-

— КСТАТИ —

Хотя на Мадейре отлично развит общественный транспорт, лучше взять в аренду машину. Люди бывалые советуют сменить как минимум четыре локации за время отдыха. Только тогда вы в полной мере оцените разнообразие Мадейры. Ведь достопримечательности находятся на достаточно большом расстоянии друг от друга.



намного холоднее, да и поливает чаще, чем на побережье.

А в горы вы обязательно пойдете. Иначе считайте, что вы не ездили на Мадейру. Ведь походы – одно из главных развлечений всех местных туристов. Гуляют здесь вдоль левад – специальных оросительных инженерных систем. Их начали строить еще в XVI веке, чтобы доставить воду с полноводного севера на юг. В итоге длина каналов сегодня составляет более 2150 километров. Вдоль них проложены узкие тропинки, по которым обычно и путешествуют туристы.

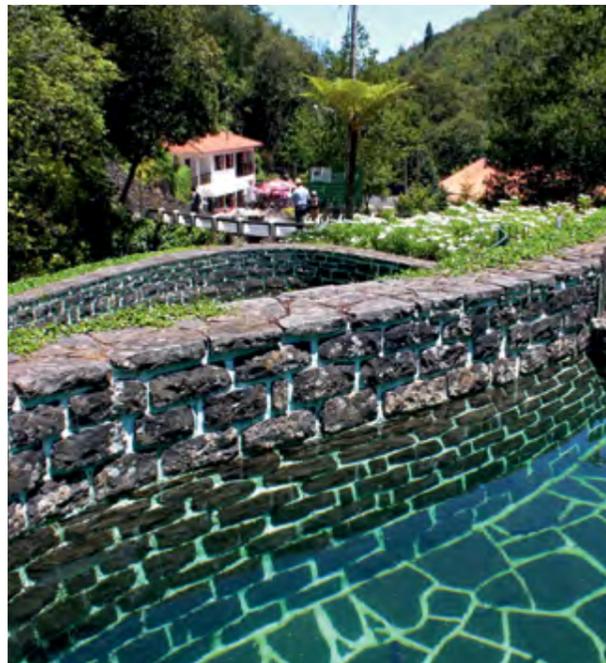
Самые популярные левады – Кальдейрао Верде, Рибейро Фрио и 25 фонтанов. Все маршруты разной степени сложности, выбирайте тот, что по вкусу. Есть и такие, где можно гулять с детьми.

Две самые популярные тропы стартуют с плато Рабакал в часе езды от Фуншала. Многие левады приводят к смотровым площадкам, где дух захватывает от окружающих видов. Одна из самых впечатляющих смотровых площадок, с которой

— КСТАТИ —

Еще одно знаменитое место, связанное с именем известного человека, – рыбацкая деревушка Камаради-Лобуш на западе острова. Тут в 1950 году Черчилль провел несколько плодотворных дней, выдав на-гора множество акварелей.

Поэтому все, кто хоть немного знаком с живописными опытами британского политика, точно опознают здешние места по его работам. А благодарственные письма Черчилля можно увидеть в винодельнем музее Blandys в Фуншале.



hbro / Shutterstock.com, wjarek / Shutterstock.com, joyfull / Shutterstock.com, Pack-Shot / Shutterstock.com, Max\_555 / Shutterstock.com

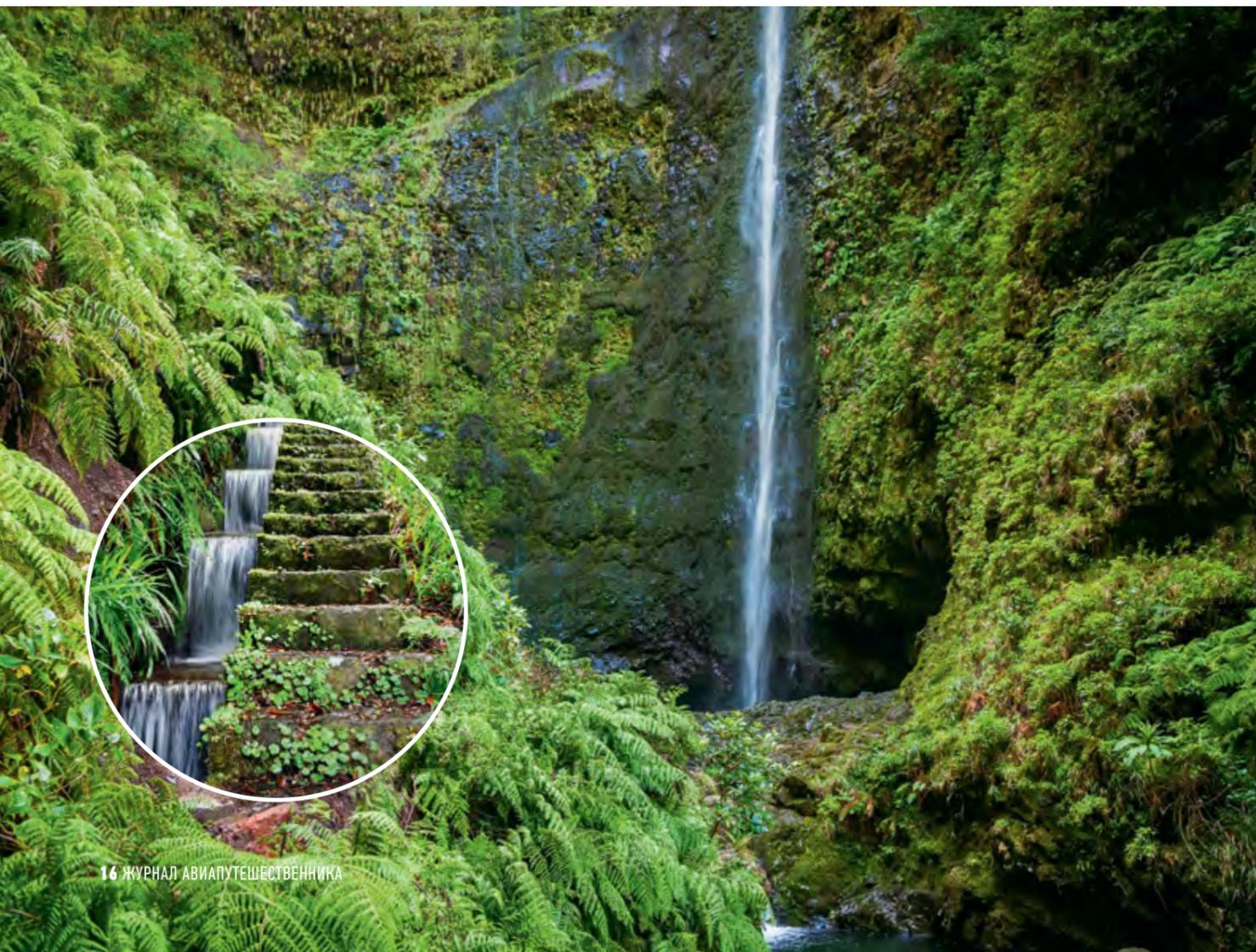


— КСТАТИ —

Природа Мадейры – это целый мир в миниатюре. На юге острова климат влажный тропический, на севере – умеренный. Поэтому, если в одном месте целый день моросит дождь, можно не ждать милостей от природы, а просто переместиться на другой конец острова. Там наверняка будет светить солнце.

открывается панорама на долину Монахинь Куррал-даш-Фрейраш, – Эйра-ду-Серраду, она находится на высоте 1000 метров над уровнем моря.

Другой viewpoint подойдет для людей бесстрашных. Кабо Жирао (Cabo Girão) в паре километров от города Фуншал считается самой высокой природной скалой в Европе. Именно здесь была построена смотровая площадка со стеклянным полом. Пройти по ней, когда у тебя под ногами обрыв и дальше пара сотен метров бездны, может не каждый. Но виды открываются отсюда нереальные. Если повезет, можно увидеть далеко в море резвящихся китов и дельфинов.



— КСТАТИ —

В столице Мадейры Фуншале с недавних пор можно встретить бюст Карла Брюллова, который был установлен на участке Третьяковской галереи. Художник провел здесь всего несколько месяцев с 1849 по 1850 год, поправляя здоровье.

На одной волне

Поскольку Мадейра со всех сторон окружена океаном, то странно было бы не вспомнить про пляжный отдых. Вот только купаются здесь обычно не в самом океане, вода в котором холодновата даже в летний сезон (от 18 до 21 градуса тепла), а в так называемых океанических бассейнах.

Их в большом количестве можно найти в Порто-Мониш (Porto Moniz), местечке на западе Мадейры. Сам этот берег считается почти неприступным: волны разбиваются об острые скалы, идея поплавать здесь в открытом океане кажется самоубийственной. Но природные бассейны укреплены бетонными бортиками, поэтому внутри – тишь и гладь.

Такие бассейны бывают как платные – с кабинками для переодевания и туалетами, так и бесплатные, без подобных удобств.

Но если вы решительно настроены поваляться на пляже, то вот вам пара адресов. Примерно в 15 минутах езды от Фуншала есть пляж Formosa с черным вулканическим песком. На юго-западе очень популярен пляж Calheta, он находится рядом с гаванью для яхт. Песок сюда завозили аж из Марокко.

А на юге есть целый пляжный комплекс Gorda, куда можно смело отправляться с детьми. Здесь имеется вся инфраструктура, в том числе и бассейны с океанической водой.



— КСТАТИ —

На Мадейре родился Криштиану Роналду. И вы об этом будете вспоминать постоянно. Даже аэропорт острова назван его именем.

Также на Мадейре есть целый музей имени Роналду – CR7 Museum – и памятник. Примечательная деталь: все туристы, для того чтобы им сопутствовала удача, потирают руки памятника и его... мужское достоинство.



Вообще же за типично пляжным отдыхом местные жители и туристы ездят на соседний остров Порту-Санту. На пароме дорога занимает 2,5 часа, на самолете – 25 минут. Между прочим, на Порту-Санту когда-то жил сам Христофор Колумб.

— КСТАТИ —

На мысе Понта-ду-Гаражуа еще в 20-х годах прошлого столетия установлена статуя Христа, очень похожая на ту, которая стоит в Рио-де-Жанейро.

**Готовь сани летом!**

Хотя вся Мадейра – это большой ботанический сад под открытым небом, есть и отдельный парк, который считается обязательным для посещения. Тропический парк Монте создал в конце 80-х годов прошлого столетия португальский бизнесмен Жозе Берарду. Точнее, он облагородил



все то, что росло в пригородном городке Монте, добавил немного экзотики в виде восточного сада с пагодами и статуями Будды и разнообразил музеем с драгоценными камнями из Северной и Южной Америки.

Добраться до парка можно минут за десять на фуникулере. Бродить там – целый световой день. А вот уезжать оттуда лучше на тобоггане. Это такие плетеные санки, которые со скоростью более 10 километров в час летят с горы Монте. Стоит эта забава порядка 30 евро за двух человек (столько помещается в корзине).

Вход в парк – 12 евро. Если хотите посмотреть примерно то же самое, но без лоска и бесплатно, то вам дорога в парк Санта-Катарина, он находится неподалеку.

**Рыбный день**

Нельзя не упомянуть и про самую вкусную часть путешествия – местную кухню. Хотя сами жители Мадейры любят мясо, все-таки сюда стоит ехать за рыбными блюдами. Фирменное мадейранское блюдо – эшпада под соусом

— КСТАТИ —

Мадейра – это целый архипелаг, в составе которого два заселенных острова (собственно, Мадейра и Порту-Санту) и две группы необитаемых островков.

из маракуйи. Эшпада – это рыба-сабля, длинная и страшная, с острыми зубами и большими глазами. Ловят ее интересно: поскольку водится эшпада на глубине примерно 1000 метров, рыбаки приманивают ее фонариками. Мясо у рыбы-сабли белое, практически без костей.

Другое коронное блюдо – тунец, которого обычно предлагают приготовить самостоятельно. Для этого вам принесут раскаленный камень и сырой стейк, а вы уже сами готовите его до нужной степени прожарки.

И конечно, на Мадейре вы повсюду встретите блюда из трески, которую обожают по всей Португалии – и на континенте, и на островах.

Надо ли говорить, что запивать все это великолепие стоит мадерой, родина которой находится именно здесь. Мадера – это крепленое вино, бывает любым: белым, красным, розовым, сухим, сладким, смешанным, односортовым. Чтобы не запутаться, можно просто попросить хозяина ресторана подобрать подходящий именно к вашему ужину напиток.



Голливудские фильмы заставили нас поверить, что даже в древние времена у людей были идеальные белые зубы. На самом деле это не так уж далеко от истины – наши предки заботились о зубах всеми возможными способами. Например, с помощью зубной щетки.

# А ЛЮ ЗУБАМ?



## — ЩЕТКИ В РОССИИ —

В Древней Руси для чистки зубов использовали разные приспособления: от тонких палочек – прообраз современных зубочисток – и острых концов перьев птиц до веток кустарника, разжеванных на конце. Причем самым надежным и испытанным способом для поддержания красоты улыбки долгое время считался банальный уголь. Березу или липу сжигали, а после натирали зубы толченым углем. Правда, после такого приходилось долго полоскать рот. При Иване Грозном на Русь транзитом через Европу пришли «зубные метлы» с конским волосом на конце, а во время правления Петра I их заменили на толченный мел и мягкую тряпицу. Благодаря им на эмали зубов не оставалось жутких царапин.

## КСТАТИ

Гигиена зубов и полости рта всегда заботила человечество. Археологи, исследуя захоронения в различных частях света, обнаружили на зубах скелетов небольшие ямки. Ученые установили, что это следы истлевших пучков жесткой травы – с их помощью более полутора миллионов лет назад первобытные люди чистили зубы.



MediaPunch/BACKGRID/Leigton-Media

Ничего удивительного в этом нет. Для народов, создававших пирамиды и сложные системы канализаций, придумать примитивную палочку с щетиной не составляло никакого труда. Прототипы сегодняшних щеток появились уже в III–IV тысячелетиях до нашей эры. Веточки деревьев, расщепленные на конце, археологи нашли в гробницах египетских владык, а также на территории Вавилона.

Первую щетку, более или менее похожую на современные, изобрели в Китае в XV веке. Это чудо стоматологии состояло из костяной или бамбуковой ручки с закрепленной на конце щетиной из заправка кабана – «зубная метла». Когда изобретение пришло в Европу, кабийный волос заменили на конский – он был мягче, меньше портил эмаль зубов и не носил на себе такое количество бактерий.

Своеобразный прорыв произошел в XVIII веке. Его автором стал то ли старьевщик, то ли скорняк из Лондона Уильям Эддис. По легенде, Эддиса отправили в тюрьму за организацию бунта и участие в нем. От безделья и мучительных мыслей о судьбах Британии он принялся по привычке мастерить что-то руками, и в итоге у него получилась обновленная щетка – он сделал дырки в коровьей кости, продел в них всю ту же свиную щетину и закрепил клеем. Вряд ли

## ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ?

Электрические щетки появились почти 100 лет назад, в 1939 году, хотя их массовое производство началось лишь в 60-е. Первые подобные щетки работали только от розетки и создавались для людей с ограниченными возможностями и брекетами. Позже компания General Electric приспособила к изобретению аккумулятор, который заряжался вертикально. Правда, такой способ вредил никель-кадмиевому аккумулятору, при этом замене он не подлежал. Модели, похожие на современные электрические щетки, появились лишь в 90-е годы XX века.



английские тюрьмы были настолько роскошны, чтобы найти в них все необходимое, и, скорее всего, Эддис изобрел щетку уже после выхода из темницы. Но тем не менее именно его имя вошло в историю. Вдохнув воздух свободы, Эддис основал компанию по массовому производству щеток, которая, кстати, существует и по сегодняшний день. Вскоре выпуск стали осваивать и другие страны, в том числе Франция и Германия, щетки превращались из предмета относительной роскоши в обыденную вещь. Под конец XIX века ее можно было найти в любом, даже самом бедном доме. Если, конечно, его обитатели хотели иметь мало-мальски здоровые зубы.

Следующая важная дата в истории щетки – 1938 год, тогда американская компания DuPont изобрела нейлон, который заменил волосы животного происхождения. Нейлон был прочнее и лучше чистил зубы, хотя и оставался довольно жестким. Однако со временем технологии позволили сделать волоски мягче, сохранив их чистящие качества. Дальнейшее развитие щетки – это не более чем усовершенствование имеющихся разработок, а конструкция, изобретенная много веков назад, так и остается неизменной.

Еще пару лет назад на вопрос, не мечтает ли она о материнстве, Наоми с присущими ей резкими интонациями однозначно отвечала: «Я пока не готова». И объясняла, что не собирается становиться матерью-одиночкой. Сначала надо найти подходящего мужчину на роль спутника жизни и заботливого отца. Многие в ответ удивленно пожимали плечами: возраст модели приближался к пятидесяти, а она строила из себя юную неопытную диву в ожидании принца на белом коне.

Но сценарий, который обрисовала журналистам Наоми, похоже, так и остался «рабочей версией». Ее дочь появилась на свет, когда Кэмпбелл было 50 с хвостиком. Причем еще в конце 2020-го она многозначительно говорила, с каким нетерпением ждет наступления нового года. «Он точно будет «удивительным годом», – загадочно намекала она на грядущие перемены.

Так и случилось. В мае Кэмпбелл опубликовала в своем «Инстаграме» трогательный пост, который тут же растиражировали все мировые СМИ. «Это маленькое чудо выбрало меня на роль своей матери. Для меня большая честь встретить эту нежную душу. Нет слов, чтобы описать ту прочную нить, которой мы теперь связаны с тобой, мой ангел. Бесконечная любовь».

Папарацци тут же бросились осаждать жилище Наоми, журналисты спешно стали обзванивать все окружение супермодели. Но тщетно. Никаких подробностей узнать не удалось. Так что до сих пор непонятно, то ли малышку выносила суррогатная мать, то ли она была взята из приюта, а может, Наоми родила сама. Даже имя новорожденной пока неизвестно. Не говоря уж о предполагаемом отце. Но он есть. Инсайдеры уверяют, что воспитывать дочь

*В 50 лет жизнь только начинается. Наверное, Наоми Кэмпбелл могла бы произнести эту знаковую для русских женщин фразу на свой лад. Одна из самых востребованных моделей накануне 51-летия впервые стала мамой. До этого в ее биографии было всякое: романы с богатейшими людьми планеты, громкие скандалы и даже тюрьма. Но сейчас, уверяет Наоми, все изменилось – она начала с чистого листа.*

помогает Наоми ее таинственный бойфренд. Модель прячет его от всего мира. И на сегодняшний день – весьма успешно.

Зато невозможно спрятать ту блаженную улыбку, которая теперь все чаще блуждает на лице Наоми, когда она гуляет по улицам вместе с дочкой. Все, кто знает Кэмпбелл, в голос утверждают: сегодня скандальную супермодель не узнать. Она, которая могла раскрыть голову незнакомого человека за неосторожно брошенную фразу, превратилась в тихую спокойную мать семейства. «Черная пантера» стала домашней пушистой кошечкой.

#### Уроки танцев

Она родилась в 1970 году в семье танцовщицы. Отца своего Наоми никогда не знала и не видела. Впрочем, и с матерью встречалась урывками. Та постоянно гастролировала с танцевальной группой Fantastica,

#### — КСТАТИ —

Несмотря на свой вспыльчивый характер и неоднозначное реноме, Наоми жертвует много денег благотворительным фондам. Каждый год она устраивает показы, собирая средства для детских садов в бедных странах вместе с представителями ЮНЕСКО, а также помогает пострадавшим от ураганов, землетрясений и цунами.

# Укрощение

# строительной





Наоми с мамой  
Валери Моррис

— ПЕРСОНА —

— КСТАТИ —

В 90-х Наоми Кэмпбелл вместе с Линдой Эвангелистой, Кристи Тарлингтон, Клаудией Шиффер и Синди Кроуфорд возглавила «поколение супермоделей». Хотя и говорят, что модный мир — настоящий террариум, в случае с Наоми и ее подругами этот стереотип не действует. Известен случай, когда в 1990 году Кэмпбелл не утвердили на один из показов Dolce & Gabbana. Узнав об этом, Линда Эвангелиста и Кристи Тарлингтон, кандидатуры которых были согласованы для участия, отказались выходить на подиум. В знак протеста, что забраковали их соратницу. В итоге пришлось кастинг-директору срочно вызывать Наоми, чтобы вся троица вышла на подиум.

скинув малышку на своих родственников и няню. Поэтому будущая звезда подиумов была по большей части предоставлена сама себе. И с детства поняла, что будущее зависит только от нее. Поэтому пошла заниматься балетом, благодаря чему и приобрела свою знаменитую грацию. А еще — она научилась защищаться от постоянных наездов сверстников. Даже не просто «защищаться» — а бить первой, не дожидаясь, пока обидчик нанесет удар. С тех пор ее взрывной и непримиримый характер не раз становился притчей во языцех.

Благо, у нее был отличный козырь — яркая экзотическая внешность. В жилах Наоми течет африканская, ямайская и китайская кровь. Сногсшибательный коктейль — неудивительно, что прохожие замирали при виде Наоми. Уже в семь лет она заработала свои первые серьез-

ные деньги, снявшись в клипе у самого Боба Марли. А в 15 покорила парижские подиумы: на улицах Лондона Кэмпбелл заметил скаут модельного агентства Elite и пригласил во Францию. Там темнокожую модель быстро оценили по достоинству, и вскоре ни один показ не проходил без участия Наоми. И это при том, что тогда еще были сильны расовые предрассудки. Так, французский Vogue поставил на обложку фото чернокожей модели только после того, как Ив Сен-Лоран, большой друг Наоми, лично позвонил в редакцию и пообещал отозвать из издания всю рекламу своих продуктов, если с «черной пантеры» не снимут негласное эмбарго.

**Буйный нрав**

Почти в самом начале карьеры она получила прозвище «черная пантера» — сначала просто за свою неподражаемую походку и пластику. Позже — за буйный нрав и неконтролируемые вспышки гнева. Про ее скандальные выходы ходят легенды, но есть и целый список доказанных фактов. Чаще всего доставалось помощницам Наоми. Так, в 1998 году, во время съемок фильма «Пленник любви» в Торонто она жестоко избила свою помощницу Джорджину Галанис. Последняя даже подала в суд, но от наказания супермодель освободили с формулировкой «выучила урок и продемонстрировала раскаяние».



Dennis Makarenko / Shutterstock.com, emka74 / Shutterstock.com, FashionStock.com / Shutterstock.com, FashionStock.com / Shutterstock.com, Avron Denisov / ITAP-TACC, Legion-Media / Shutterstock.com, Ovidiu Hrubaru / Shutterstock.com

Но, увы... Позже еще как минимум пять помощниц Наоми рассказывали, что подверглись нападению. В 2007 году Кэмпбелл все-таки была наказана — после того, как в очередной раз кинула свой дорожный телефон в горничную и разбила ей нос. Тогда Наоми приговорили к исправительным работам и принудительным курсам по управлению гневом. С решением суда модель была явно не согласна. В знак протеста она появлялась на исправительных работах при полном параде: на высоких шпильках и в соблазнительных нарядах от-кутюр стоимостью в несколько тысяч евро.

Также имя Кэмпбелл пожизненно внесено в черный список British Airways. Случилось это после того, как во время перелета была потеряна одна из сумок. Сначала Наоми чуть не покалечила сотрудника авиакомпании, сообщившего ей печальную новость. А потом досталось еще и полицейским, которые были вызваны на подмогу. Она дралась как настоящая пантера, исцарапав окружающих и плюнув в лицо представителям порядка. В итоге Наоми приговорили к 200 часам общественных работ и штрафу в 2300 фунтов, а еще она выплатила оскорбленным полицейским 200 и 150 фунтов лично.

В 2009 году Наоми получила срок в шесть месяцев (пусть и условный) за избивание итальянского фотографа, которому она серьезно повредила глаз. Да, все эти люди, с которыми модель за всю свою карьеру ругалась-дралась несчетное количество раз, выходили после схватки с изрядно пополнившимися банковскими счетами: за свои приступы ярости Наоми всегда платила. И иногда — очень много. Но репутацию взбалмошной истеричной



66

*Я научилась внезапно появляться и так же внезапно исчезать. Частые поездки — мое спасение. Единицы людей знают о моих планах — куда я собираюсь и чем буду там заниматься.*

— КСТАТИ —

В 2011 году Кэмпбелл выступила в роли журналиста и взяла интервью для британского GQ у Владимира Путина, который на тот момент занимал должность премьер-министра РФ. Собеседники обсудили ЗОЖ, браконьерство и даже чуть-чуть эротику.

особы она завоевала на годы вперед. А если добавить к этому пятилетнюю кокаиновую и алкогольную зависимость супермодели, которой она страдала в конце 90-х, то картина получается довольно красноречивая. «Мне было весело. Я жила прекрасной жизнью, путешествуя по миру и имея друзей, которые обеспечивают тебя всем, чем угодно. Но со временем здоровый румянец на твоём лице исчезает... Это очень противный наркотик», — так вспоминала она о своем прошлом.

К счастью, от этих пагубных привычек Наоми удалось избавиться после долгой реабилитации. А в 2019 году она даже курить бросила.

Карла Бруни, Клаудия Шиффер, Наоми Кэмпбелл, Синди Кроуфорд и Желена Кристенсен, сентябрь 2018 года





— КСТАТИ —

Весной 2020 года Наоми создала свое авторское шоу No Filter with Naomi на YouTube. Она приглашает своих друзей-знаменитостей и по душам разговаривает с ними о жизни и моде. У нее в гостях уже побывали Синди Кроуфорд, Кристи Тарлингтон, Николь Ричи, Марк Джейкобс, Эшли Грэм и многие другие.

### Кровавые алмазы

Разумеется, с финансами у Наоми всегда был полный порядок. Поскольку все мировые бренды бились за возможность сотрудничать с Кэмпбелл, ее личный счет стремительно пополнялся. Но бывало, что деньги туда поступали не совсем легальные. Речь – о серьезном мировом скандале, в котором однажды оказалась замешана Наоми.

Еще в 1997 году, когда модель находилась на приеме у Нельсона Манделы в ЮАР, ее познакомили с представителями делегации либерийского диктатора Чарльза Тейлора. На вечере они мило пофлиртовали, а глубокой ночью в дверь ее апартаментов кто-то постучался. Неизвестный вручил подарок – мешочек «с какими-то грязными камешками». Именно так позже Наоми расскажет о том странном презенте. По ее словам, она не спросила ни имя анонимного дарителя (видимо, привыкла, что ей дарят драгоценности на каждом шагу), ни что это вообще за камни. Содержимое мешочка она вскоре продала, получив, судя по всему, серьезную сумму – несколько миллионов долларов. Ну а какое-то время спустя выяснилось, что те «грязные камешки» действительно были грязными. По одной из версий, подобные неограниченные алмазы обычно идут на финансирование терроризма и гражданских войн в Африке, поэтому их называют кровавыми (об этом – фильм «Кровавый алмаз» с Леонардо ДиКаприо).

Спустя годы эта история всплыла, когда Тейлора судили за зверства, совершенные в ходе его правления. Сам он отрицал, что дарил «кровавые алмазы» Наоми. Да и Кэмпбелл не спешила на судебные слушания, оправдываясь то нехваткой времени, то боязнью за свою жизнь. Лишь десять с лишним лет спустя, в 2009 году, она все-таки призналась, что камни были.

### Как перчатки

Личная жизнь Наоми была не менее бурной, чем ее характер. Какое-то время она встречалась с Майком Тайсоном. Их называли «красавица и чудовище» и предрекали крепкий брак. В конце 90-х говорили о помолвке Наоми с менеджером «Формулы-1» Флавио Бриаторе. Также среди ее бойфрендов значатся актеры Роберт Де Ниро, Сильвестр Сталлоне, Леонардо ДиКаприо, танцовщик Хоакин Кортес, музыкант Эрик Клэптон, а также басист группы U2 Адам Клейтон.

Но ни один из них не смог приручить «черную пантеру». Лишь в 37 лет она



Роман Наоми с Владиславом Дорониным обсуждал весь мир

встретила того, с кем собиралась провести остаток дней. В 2008 году в Каннах Наоми познакомилась с российским миллиардером Владиславом Дорониным и, как многие считали, встретила свою судьбу. Она переехала в Россию, лихо спелась с нашей светской богемой, даже стала изучать русский язык. А Владислав Доронин, даром что привык просчитывать каждый свой шаг, ради Кэмпбелл развелся со своей женой после 21 года

— КСТАТИ —

Наоми Кэмпбелл не только появлялась в клипах у мировых звезд – от Боба Марли до Майкла Джексона, но и сама пробовала записывать музыку. Увы, ее вокальные опыты оказались не столь удачными, как дефиле.

брака, потеряв в качестве отступных 10 миллионов долларов.

За их красивым романом следил, затаив дыхание, весь мир. Наоми рассказывала о своей любви и желании наконец иметь детей и готовила свадебное платье. Доронин построил для возлюбленной особняк на Рублевке в форме космического корабля площадью более 2,5 тысячи м<sup>2</sup>, состоящий из основного здания и двух башен высотой 22 метра. Футуристический замок спроектировала знаменитый британский архитектор Заха Хадид. Однако спустя пять лет, в 2013 году, роман неожиданно завершился. Наоми отбыла восвояси, без объяснения причин. По одной из версий, модель застала Доронина в объятиях какой-то особы. По другой, влюбленные поняли, насколько они все-таки разные. Оба до сих пор не рассказали о том, из-за чего расстались. Зато Доронин и Кэмпбелл с прошлого года забрасывают друг друга финансовыми исками. Один требует назад свои подарки, другая – свои же вещи.

Но есть вероятность, что Наоми сейчас возьмет длительную паузу в этой битве с экс-возлюбленным. Ведь у нее появились дела поважнее: воспитание дочери, которой она собирается посвятить все свободное время. «Я сделала много ошибок в своей жизни, – говорит модель. – Но ни о чем не жалею. Человек должен иногда делать ошибки. Важнее другое: каким образом он решает свои проблемы и проживает свою жизнь».



Кэмпбелл и Флавио Бриаторе в Москве на вечеру памяти Джанни Версаче

# Соблюдай дистанцию!

*Сегодня как никогда мы научились ценить личное пространство и все больше понимаем, какая это роскошь – чувствовать себя защищенным. Какое счастье, что есть на земле места, позволяющие нам ощутить наслаждение от уединения, безупречного сервиса и мягкого морского климата.*



— КСТАТИ —

Три года подряд Naladhu Private Island был удостоен звания лучшего курортного отеля в Индийском океане, по мнению читателей Conde Nast Traveler, а также вошел в тройку лучших курортов мира.



наты декорированы изысканной мебелью и множеством элементов, выполненных с помощью филигранной резьбы по дереву. Основой интерьерной концепции от Ямазаки стало создание нескольких уютных зон отдыха вокруг каждого дома, где так приятно неспешно завтракать, любоваться океаном, потягивать коктейли у бассейна, медитировать и просто отдыхать на свежем воздухе. По задумке Ямазаки, внешнее пространство, по сути, превратилось в максимально жилое и обитаемое. Помимо номеров, новыми интерьерами смогут похвастаться и зоны общего доступа – ресторан, бар, винный погреб, спортзал.

На территории курорта всего лишь 20 домов – это гарантирует приватность и ощущение «необитаемости» острова. Гостевые виллы площадью 300 кв. метров каждая делятся на две категории: дом с бассейном на пляже и дом у океана

с собственным бассейном, панорамным видом на океан и уютной беседкой на террасе с огромной кроватью.

Жемчужиной номерной коллекции считается роскошная резиденция Two Bedroom Pool Residence с двумя спальнями, бассейном и собственным 20-метровым пляжем. Здесь могут легко разместиться до шести человек, при этом у каждого будет достаточно места для уединения. Благодаря удачному расположению прямо с террасы резиденции можно наблюдать как закат, так и рассвет. Собственный пляж, а также обеденная зона на открытом воздухе позволяют проводить максимум времени, не покидая своей персональной зоны комфорта.

А комфорт по местным меркам – это не расхожие слова. Учитывая все пожелания, куваану – так здесь называют личного батлера – создает индивидуальные условия отдыха, будто сняв мерки с каждого гостя. Куваану остается на связи 24 часа в сутки, он одновременно выполняет функцию гида и личного помощника. И берет на себя все хлопоты – от распаковки чемодана и заваривания утреннего кофе до организации пикника на частном острове или подводной экскурсии с морским биологом.

И конечно, куваану зафиксирует ваши гастрономические предпочтения. На курорте действует концепция «без меню», то есть гости могут есть что хотят, где хотят и когда захотят. Все, что нужно, – позвонить куваану и сообщить ему, что вам хочется сегодня и куда это принести. Это может быть итальянский ланч в гостиной с видом на лагуну, завтрак с шампанским прямо

в бассейне или легкие азиатские закуски в полночь на пляже.

Ментальному здоровью уделяется все больше внимания во всем мире, поэтому курорт Naladhu разрабатывает эксклюзивную велнес-концепцию. Помимо спа-процедур, гостям будут доступны консультационные услуги диетолога и натуропата. Опытные специалисты помогут подобрать правильную систему питания, которая, в свою очередь, приведет к нормализации сна, улучшению работы иммунной системы и системы пищеварения, снизит уровень стресса, сбалансирует гормональный фон.



## NALADHU PRIVATE ISLAND, МАЛЬДИВЫ

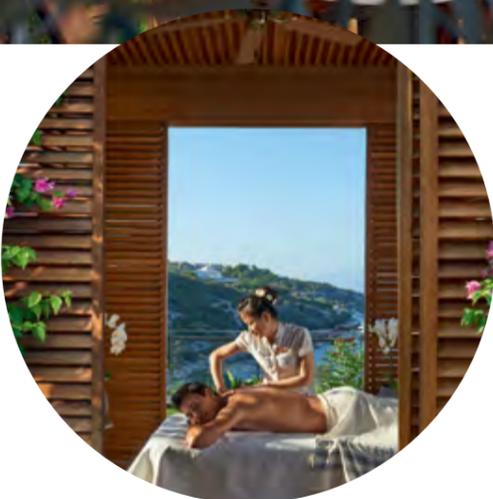
— КСТАТИ —

Остров Naladhu расположен в укромном уголке – на краю лагуны атолла Южный Мале в Индийском океане, добраться до него можно всего за 30 минут на роскошной курортной яхте прямо из аэропорта Мале.

Этот курорт по праву можно назвать одним из ультрасовершенных мальдивских отелей. В ноябре этого года он откроется после масштабной реновации и предстанет в совершенно новом облике. За его создание отвечает Юджи Ямазаки – нью-йоркский архитектор японского происхождения, известный своими многочисленными работами в отельном мире.

Новое убранство номеров выдержано в духе колониальной юго-восточной романтики эпохи Сомерсета Моэма: в интерьерах преобладают мягкие светлые тона, ком-





## MANDARIN ORIENTAL, БОДРУМ

Курортный комплекс расположен на северной стороне полуострова Бодрум, на берегу бухты Сепнет Коуц, название которой переводится как «райская». Огромная территория – 60 гектаров – находится сразу на нескольких ландшафтных уровнях, среди древних оливковых рощ и сосновых деревьев, обеспечивая гостям полную приватность. Во многих

номерах есть собственный сад и бассейн-инфинити. Кроме того, на территории отеля имеются разнообразные площадки для проведения деловых и торжественных мероприятий, два частных песчаных пляжа и многочисленные возможности для активного отдыха, например центр водных видов спорта. Восемь ресторанов и баров и огромный спа-центр с широким

выбором оздоровительных процедур позволяют идеально совместить приятное с полезным.

Интеграция передовых технологий – это то, чем славятся отели группы Mandarin Oriental, и отель в Бодруме не стал исключением. В этом сезоне отель предлагает своим гостям серьезно заняться теннисом в собственной теннисной академии (тренировки подходят для любого уровня подготовки), не забывать о других спортивных нагрузках и посетить фитнес-центр с ультрасовременным оборудованием. Ну и, наконец, насладиться ужином с дополненной реальностью, если вдруг кому-то не хватило реальных впечатлений.

Не обошлось и без других сюрпризов! Начало сезона-2021 сопровождалось открытием нового бара-ресторана Лисса, который предлагает большой выбор средиземноморских блюд, коктейлей, оживленную атмосферу и музыкальную программу от приглашенных диджеев. Недавно открылись и два новых ресторана всемирно известных брендов. Инновационная концепция

стейк-хауса Atelier Di Carne во главе со знаменитым итальянским мясником Дарио Чеккини быстро завоевала отличную репутацию. Не уступает в популярности и китайский ресторан Hakkasan, удостоенный множества наград. Известные на весь мир блюда от Hakkasan подают под открытым небом и с видом на Средиземное море.

А еще здесь настоящий рай для детей. За это отвечает команда Gymboree – мировой лидер в сфере раннего развития, представленная во многих странах мира с 1976 года. Веселые и познавательные игровые программы разработаны с учетом возрастных особенностей. Например, комплекс Play & Kids включает занятия по развитию когнитивных, физических, коммуникативных и эмоциональных навыков ребенка с помощью игр, рисования, музыкальных занятий, классов по лепке из глины, йоги. Волшебники из Gymboree способны исполнить любой каприз – от организации детских дней рождения до индиви-

дуальных занятий по английскому языку, плаванию и фитнесу. А вот творческая студия Art Studio предлагает программы не только для детей, но и для взрослых. Здесь можно самостоятельно разукрасить изделие из фарфора или дерева, создать авторские украшения, выложить мозаику из камня или плитки. Классы проходят и в групповом, и в индивидуальном режиме – кому что больше нравится.



# ОСОЛОВЕЛЫЕ ОСТРОВА

*Описывать Соловки можно с одним прилагательным – «суровая»: природа, погода, местные жители, история. Однако те, кто побывал здесь однажды, пытаются вернуться сюда вновь и вновь. Не случайно ведь есть даже термин «осоловелые» – так называют тех, кто приезжает на Соловки не менее трех раз. Зачем сюда ехать и что смотреть, рассказывает журналист и путешественница Ольга Сапрыкина @olgasapra.*

— КСТАТИ —

Попасть на Соловки можно либо на теплоходе (с июня по октябрь), либо по воздуху (в остальные месяцы). Отчаливают теплоходы от причалов карельских городов Кемь и Беломорска. Идут два часа (из Кемь) и четыре часа (из Беломорска). Можно еще добираться на теплоходе из Архангельска, но тогда придется провести в пути порядка суток. Зато из того же Архангельска самолет вас доставит на острова за 50 минут.

Соловки – это целая россыпь островов в Архангельской области, всего в 160 км от Северного полярного круга. Всего островов около ста, но тех, которые открыты для посещения, шесть. Обычно туристы и паломники едут на Большой Соловецкий остров, он считается самым главным. До XV века здесь никто постоянно не жил, хотя, конечно, рыбаки и охотники сюда добирались. Лишь в 1429 году на Соловках поселились монахи, которые и сегодня здесь – основные жители.

Лучшее время для посещения Соловков – вторая половина лета. Именно в конце июля – в августе здесь более-менее комфортная погода. Примерно до середины августа на Соловках стоят белые ночи. Поэтому если времени у вас не так много, а посмотреть хочется все и сразу, можно заказать ночные экскурсии.

И еще именно летом можно увидеть белых китов – белух. Но помните:



— КСТАТИ —

Жилья на острове не так много, как желающих посмотреть местные красоты. Именно поэтому бронировать себе места нужно заранее, чуть ли не за полгода. Ближе к сезону остаются либо очень дорогие, либо не самые интересные варианты.

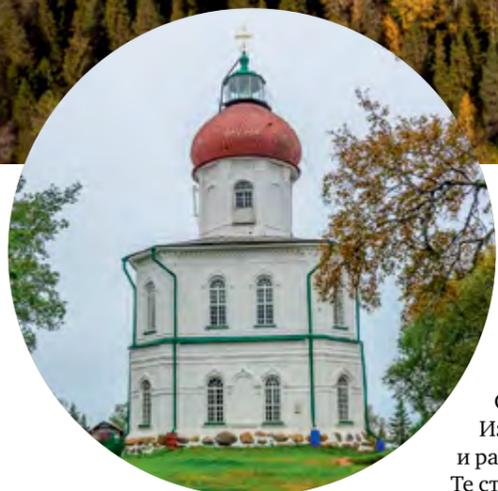
последняя экскурсия на Белужий мыс, откуда их можно лицезреть, проходит 15 августа.

### Страшная «Обитель»

Главная достопримечательность острова – Соловецкий монастырь, включенный в Список Всемирного культурного наследия ЮНЕСКО и изображенный на 500-рублевой купюре. Экскурсии туда обычно длятся часа три: за это время вам расскажут историю острова, покажут все потаенные уголки

крепости и дадут возможность побывать в монастырской тюрьме. Она считалась одной из самых суровых тюрем и просуществовала с начала XVI века до 1903 года.

В 1920 году, когда был закрыт монастырь, здесь появился исправительно-трудовой лагерь. СЛОН – Соловецкий лагерь особого назначения, через который прошло около 70 тысяч человек. Среди известных узников СЛОНа – академик Дмитрий Лихачев, этнограф Николай Виноградов, священномученик Иларион (Троицкий),



философ и ученый священник Павел Флоренский, писатель Борис Ширяев. Многие узники нашли на Соловках последний приют. Известно о 7,5 тысячи погибших и расстрелянных.

Те страшные времена описаны в романе «Обитель» Захара Прилепина, а позже на Соловках был снят фильм с Александрой Ребенко и Сергеем Безруковым. Сергей играл начальника лагеря Федора Эйхманиса, реально существовавшего первого коменданта Соловецкого лагеря.

Можно пройти по тем местам, где работала съемочная группа, – от самого монастыря до Секирной горы со Свято-Вознесенским скитом на вершине. Здесь в 20-е годы прошлого столетия находился мужской штрафной изолятор Соловецкого лагеря особого назначения. Считалось, что те, кого отправляют «на Секирку», живыми уже не вернутся.

#### По канавам и каналам

Передвигаться по острову можно либо на машинах экскурсоводов, либо на велосипедах. Их можно взять в аренду почти

Хотя летом стоит хорошая погода, это время года любят не только люди. Поэтому обязательно захватите средства от комаров (чем больше, тем лучше). В июле-августе их просто целые полчища. Местные жители утверждают, что на Соловках живет более 30 видов комаров.



в любой гостинице. Учтите, что проехать можно не везде, иногда придется бросать велосипед прямо у какой-нибудь дорожки с корнями, а вечером забирать.

Еще по Соловкам можно плавать. Здесь полно озер, которые соединены друг с другом системой каналов – их строили монахи еще много веков назад. Первое упоминание о каналах было найдено в летописи, датированной 1514 годом. Есть два маршрута – протяженностью 6 и 11 километров.

Чтобы вы не заблудились, на берегу вдоль каналов установлены щиты со стрелками. В некоторых озерах можно купаться. Но нужно найти наиболее теплое – температура воды везде разная.

Большой Соловецкий остров с соседним Большая Муксалма соединяет Валунная дамба. Это настоящий раритет: 1,2 километра камней разного размера и фактуры создают впечатление, будто это не творение рук человека, а природный памятник.

Туристический сезон длится несколько месяцев, но сюда приезжают и зимой-весной – именно в это время года здесь можно наблюдать за северным сиянием. А вот экскурсии надо заказывать отдельно, примерно за 3–4 дня.



— МОЯ СТРАНА —



### Каменные джунгли

Второй по величине остров Соловков – Анзер. Здесь находится Свято-Троицкий скит, однако туристы добираются сюда редко.

Ехать нужно два часа по морю, потом идти по узким тропам – даже намек на асфальт здесь нет. Попасты сюда можно с экскурсией, однако помните: из-за ее сложности дети до 12 лет не допускаются.

В скитах до сей поры живут монахи. Поскольку сюда они убежали от всего мирского, то стараются свести общение с туристами до минимума.

Даже когда швартуют катера, то обычно обходятся табличками: «Братья и сестры, не прикасайтесь к позолоте – стирается». Пытаться разговорить монахов не стоит – об этом предупреждают еще в начале экскурсии. Также нужно убрать куда подальше фотоаппараты и телефоны с камерами.

Большой популярностью пользуется экскурсия на Большой Заяцкий остров. Вот сюда можно смело ехать с детьми, особенно с теми, кто обожает истории о заброшенных мирах и других цивилизациях. Ведь на Большом



— МОЯ СТРАНА —



— КСТАТИ —

Летом в местных лесах полно грибов и ягод. Поэтому, если отправитесь на прогулку, захватите корзину. Черника вообще почти падает с кустов.

Местные, к слову, обычно собирают только белые грибы и лисички, а остальные просто игнорируют.

Заяцком острове находятся таинственные лабиринты и каменные насыпи – мегалиты. Археологи до сих пор пытаются понять, кто и зачем создавал их. Ехать до острова минут тридцать, экскурсия продолжается два часа. Самостоятельно находиться на острове нельзя: местный лабиринт охраняется служителем, «бесхозные» туристы могут случайно разрушить строение или даже заблудиться в нем.

— КСТАТИ —

Обязательно возьмите с собой побольше наличных. На острове нет банкоматов, деньги можно снять только в отделении Сбербанка, но там обычно очереди. А еще стоит захватить с собой какой-то еды – хотя бы растворимые каши на завтрак, чай-кофе. Магазины здесь есть не везде, цены там точно не гуманные, а кафе открываются поздно.



Лучший санаторий Новосибирской области в 2020 году по результатам рейтинга портала Деловой квартал

- Современные методики оздоровления организма
- Высокоэффективные программы снижения веса
- Восстановление после COVID-19
- Детские анимационные программы
- Аквакомплекс под открытым небом
- Высокий сервис и гарантированный результат

📍 г. Бердск, ул. Зеленая Роща, 15

☎ 8-800-301-1401

🌐 spsib.ru

📱 @sibiriyak\_relax

★★★★★  
5 из 5 на Яндекс отзывах



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

— ЭТО АЛРОСА! —

# Бриллианты каждый день!

*В российских бутиках  
ALROSA Diamonds появилась  
коллекция OHMY Diamonds.  
Почему стоит поспешить  
за покупкой?*



*Коллекция  
OHMY Diamonds очень  
подходит для лета:  
ее легкость и изящество  
дополнит любой летний  
гардероб, а теплый тон золота  
и искристость бриллиантов  
оттенил загар*

# П

равила этикета когда-то предписывали не носить бриллианты днем – только к вечернему выходу в свет. Разумеется, это правило давно устарело. В поддержку тех, кто любит бриллианты и хотел бы добавить украшения с ними в свой повседневный образ, и была создана коллекция OHMY Diamonds.

Девиз коллекции – Diamonds for whatever! – отражает динамичность жизни, ведь в течение дня может случиться множество событий, запланированных и непредсказуемых. Начавшись с пробежки в парке, он продолжается деловым завтраком, затем – совещанием в ZOOM, а завершается в ночном клубе. И всюду хочется быть в хорошем настроении и выглядеть отлично!

К поистине универсальным украшениям из коллекции OHMY Diamonds не надо подбирать ни наряд, ни

— ЭТО АЛРОСА! —



повод. Они одинаково уместно смотрятся на прогулке и на вечеринке, на рабочей и на дружеской встрече, в сочетании с шелковым сарафаном, льняной рубашкой, кроп-топом, купальником.

Эти украшения к тому же прекрасно гармонируют между собой. Коллекция включает в себя кольца, серьги, браслеты и украшения на шею из желтого золота с небольшими бриллиантами и выполнена в геометричном дизайне. Не составит труда собрать симпатичный сет из пары-тройки колец, или браслета и кулона на цепочке, или разных серег, что отвечает актуальному тренду на асимметрию.

Да, каким-то одним предметом из этой коллекции ограничиться трудно. Но можно этого не делать, ведь цена украшений OHMY Diamonds весьма приятна и необременительна.

# ОТЦЫ И ДЕВУШКИ

*Порой общий язык приходится искать не только с новыми знакомыми, но и с теми, кого знаешь дольше всех в жизни: с собственными родителями. И иногда эта задача сложнее, чем все другие, привычные нам, способы общения с людьми.*



## КАК РАСПОЗНАТЬ ДЕМЕНЦИЮ?

К сожалению, иногда возраст полностью меняет личность человека. Пока что лечить деменцию врачи не умеют. Но чем раньше заметите ее признаки, тем эффективнее удастся наладить жизнь в будущем. Если ваш пожилой родственник... стал рассеян и теряет документы, ключи и другие важные вещи, да к тому же убежден, что все это у него украли; ...кладет предметы на не предназначенные для них места; ...переспрашивает одно и то же по много раз; ...перестал ориентироваться на знакомых маршрутах; ...ошибается в том, что раньше прекрасно умел, — это повод обратиться к врачу-неврологу!



### ПОЛЕЗНАЯ КНИГА

Автор книги «Мама, не горюй! Как научиться общаться с пожилыми родителями и при этом не сойти с ума самому?» Саша Галицкий — художник, который работает с израильскими домами престарелых. Там он учит пожилых людей (а многим его ученикам давно перевалило за 90!) резьбе по дереву. Из его опыта общения с ними и родилась эта книга — не научный труд по геронтологии, конечно, но очень поддерживающее чтение.



перевоспитать пожилого человека не получится, увы.

### Неподдающиеся

Критиковать ваш образ жизни — возможно, любимое развлечение вашего родителя. Сознательно или нет, пожилые люди часто провоцируют скандалы с другими членами семьи, и это следствие того, что почва уходит у них из-под ног. Еще недавно они были опорой семьи, все решали и разрешали, а теперь силы тают, память сдает... Конфликт становится единственным способом обратить на себя внимание, обозначить свой авторитет, вновь вернуться в гущу событий.

Постарайтесь на эти провокации не поддаваться. Как бы ни хотелось вам доказать свою правоту, избегайте спора как такового. У вас может возникнуть неприятное чувство недосказанности, но помните: переубедить пожилого человека практически нереально. Поэтому переведите разговор на другую тему, поберегите нервы — свои и родительские.

### Одиночество — сволочь

Пожилые люди одиноки, даже если живут в семье. Они не ходят на работу, многих старых друзей они уже потеряли, а новых найти негде. Именно поэтому они так любят заво-

дить разговоры в общественных местах и постоянно идут за общением к детям и внукам, у которых не всегда есть время и силы на это общение.

Очень важно, чтобы у пожилого человека была своя жизнь, свои увлечения, свои дела. И в ваших силах это обеспечить. Попросите родителей в чем-то помочь, узнайте, чем они хотели бы заняться, пригласите их куда-нибудь.

Речь, конечно, не о разовых акциях. Возможно, вам не понравится, как выполнена ваша просьба, — значит, придется придумать другое дело или тщательнее описывать суть «задания». Возможно, ваш пожилой родитель будет отмахиваться от предложений найти хобби — значит, придется его убедить в том, как важно для вас, чтобы он научился рисовать, или играл в шахматы по скайпу, или приютил у себя щенка, или пошел на ЛФК в спорт-клуб.

Занимать пожилого родителя — почти то же, что занимать ребенка. Вы как будто поменялись с ним местами. Это не значит, что всю свою жизнь нужно посвящать ему. Это значит, что не надо его из этой жизни исключать.

### Жизнь — в движении

Необходимо следить за тем, чтобы пожилой человек был не просто чем-то занят, а занят в том числе и физически активно.

Простая зарядка, ежедневная прогулка, бассейн дважды в неделю — все это по-настоящему продлевает жизнь и поднимает настроение.

Хорошо, если в процессе таких занятий у ваших стариков появятся новые знакомые, приятели, душевные увлечения. В нашем обществе принято с иронией относиться к романам среди людей старшего возраста, а напрасно: даже легкий флирт возвращает молодость — заставляет тщательнее следить за собой, наряжаться, пробуждает интерес к новому, дает заряд энергии. Возрождает к жизни.



CURACEN  
Essence

Концентрированный увлажняющий гель для век, La Roche-Posay

Сыворотка CURACEN Essence, RHANA



# Утренняя зарядка

Тому, кто не понаслышке знаком с джетлагом, необходим не только здоровый сон, но и особый уход за кожей. Потому что бессонница, нарушение режима, тревога и головная боль оставляют на лице самые беспощадные отпечатки. Соответственно, и к выбору средств для лица надо подходить крайне взыскательно – они должны и питать, и увлажнять, и освежать с утренней силой. Полный арсенал таких новинок – в нашей сегодняшней подборке.

Интенсивный увлажняющий уход Hydraphase HA, La Roche-Posay

Солнцезащитный крем для кожи с пигментацией, Esthederm

Крем с ультравысокой степенью UV-защиты, Esthederm

Двойная сыворотка для укрепления и лифтинга Physio Radiance, QNET

Увлажняющий гель для лица, PHYTO-C



Набор для путешественника Beauty Selection, Arcaya



Мало кто обращает внимание на сосуды на лице – кажется, что избавиться от них проще простого. Эти мелкие красные звездочки любой косметолог убирает электрокоагулятором или лазером за пару секунд. Но, как правило, через 3–6 месяцев проблема возвращается.

Наш эксперт, главный врач клиники «Петровка-Бьюти» Марина Раткевич рассказала, что же делать с такими сосудами и можно ли распрощаться с ними навсегда.



# Фабричка звезд

«Начну с того, что любую сосудистую патологию нужно лечить. И конечно, курс лечения врач подбирает каждому пациенту индивидуально. Но и с точки зрения косметолога ситуация с сосудами, особенно если они уже разветвленные, не так проста, как кажется. Навсегда убрать их за один раз, к сожалению, не получится.

Если слегка растянуть кожу вокруг разрушенного сосуда, хорошо видна кровеносная сетка, и с ней тоже необходимо работать.

На самом деле хороших специалистов по лазерной коррекции сосудистых патологий можно по пальцам пересчитать. Связано это с тем, что для качественного удаления сосуда врач должен учитывать много параметров и убрать крупный объект внутри кожи таким образом, чтобы окружающие ткани не пострадали. Простых протоколов не существует: оценивается и фототип кожи, и цвет сосуда, и диаметр, и глубина залегания, и скорость кровотока, и гематокрит. При выборе аппарата важно правильно подобрать длину волны, плотность энергии, длительность импульса, вариант охлаждения и так далее. Любая ошибка спровоцирует

осложнение, вплоть до рубца, и именно поэтому врач действует поэтапно. Убрать видимую часть патологии легче, она на поверхности, а вот с тем, что почти не видно глазу, дела обстоят гораздо сложнее.

В нашей клинике есть несколько сосудистых аппаратов. Это лазеры с разными длинами волн и DVL-система. Необходимые параметры можно подобрать каждому.

Как врач, который занимается этими проблемами более 10 лет, могу дать один совет: обращайтесь к специалисту как можно раньше. Не ждите, что само пройдет. Если вы уже покупаете крем от покраснения, крем, успокаивающий кожу, или используете мейкап для уменьшения красноты лица – это первый показатель того, что стоит заняться своими сосудами».

Сосудистая дисхромия наблюдается более чем

# у 80%

людей после 50 лет. Однако чрезмерное увлечение загаром, курение и другие нездоровые привычки часто провоцируют такую проблему и в гораздо более молодом возрасте.

# Найти в капусте

*В России едят капусту практически круглогодично – со стола не сходят щи, квашенья и соленья, пироги с капустной начинкой. Да и так просто, свежей, она будет хороша – например, в салате. Разнообразить же свой рацион, не изменяя капусте, очень легко – достаточно приглядеться к многообразию ее видов.*



## БРЮССЕЛЬСКАЯ

### КАК ВЫГЛЯДИТ?

Почти так же, как привычная капуста, только ярко-зеленого цвета и маленькая, размером чуть больше грецкого ореха. Растет на длинном стебле, но продается в виде отдельных кочанчиков.

### ЧТО СОДЕРЖИТ?

Витамины В1, В2, В6, В9, РР, К, соли натрия, калия, кальция, магний, фосфор, железо, йод.

### ФАКТ

**Брюссельская капуста выведена искусственно, как нетрудно догадаться, в Бельгии. Название ей дал ботаник Карл Линней – первый, кто описал новое растение научно.**

## ПЕКИНСКАЯ

### КАК ВЫГЛЯДИТ?

Практически овальный кочан, собранный из нежно-зеленых по краям листьев с белой сердцевинкой.

### ЧТО СОДЕРЖИТ?

Витамины А, С, Е, К и группы В, медь, фосфор, железо, магний, калий, цинк, йод.

### ФАКТ

**Покупая кочан пекинской капусты, не гонитесь за размером – овощ должен быть максимум 30 см длиной: более крупная (а значит, перезрелая) капуста будет горчить.**

### КОЧАННАЯ ПОЛЬЗА

Капуста богата витамином С (потому у нас в старину от отсутствия апельсинов не страдали – спасались капустой).

Регулярное употребление ее в пищу способствует укреплению иммунитета, оздоровлению сердечно-сосудистой и нервной систем, улучшению состояния костей, зубов, волос и кожи, нормализации работы ЖКТ.

Насколько блюда из капусты способствуют похудению – вопрос индивидуальных особенностей организма, но уж поправиться они точно не дадут: в 100 граммах этого овоща содержится всего 30 ккал.

### ЭТО ВКУСНО!

Измельчите и обжарьте луковицу и один зубчик чеснока, добавьте 200 граммов шампиньонов, разрезанных пополам, и готовьте на небольшом огне 15 минут, периодически помешивая.

Кочан садовой капусты порежьте и потушите отдельно, в оливковом масле. Добавьте к капусте грибы, вяленые томаты, посолите и поперчите красным и черным перцем.

## САВОЙСКАЯ

### КАК ВЫГЛЯДИТ?

Похожа на белокочанную и сравнима с ней размерами, но листья как бы сморщенные и неплотно прилегают в кочане друг к другу.

### ЧТО СОДЕРЖИТ?

Витамины А, Е, В, В1, В2, В6, РР, калий, фосфор, кальций, магний, натрий, железо, каротин, глицин, фитонциды.

### ФАКТ

**Несмотря на внешнее сходство с белокочанной капустой, ее родственницу из Савойи квасить нельзя. И длительному хранению она тоже не подлежит. Одним словом, нежная особа!**

## КОЛЬРАБИ

### КАК ВЫГЛЯДИТ?

Очень похожа на репу, только не желтая, а белая, зеленая или фиолетовая. То, что можно было бы принять за клубень, на самом деле съедобный и сладкий шарообразный стебель.

### ЧТО СОДЕРЖИТ?

Витамины Е, В9, калий, кальций, магний, железо, бета-каротин, глюкозу, фруктозу.

### ФАКТ

**Сходство с репой этого овоща не осталось незамеченным: название «кольраби» происходит от немецкого kohlrabi, где kohl – «капуста», а rübe, rabī – «репа».**

## РОМАНЕСКО

### КАК ВЫГЛЯДИТ?

Напоминает кактус со множеством отросточков пирамидообразной формы, растущих по спирали. И это настолько красиво, что романеско даже жалко есть!

### ЧТО СОДЕРЖИТ?

Витамины В1, В3, В5, К, холин, каротиноиды, минеральные соли, антиоксиданты.

### ФАКТ

**Романеско – родственник цветной капусты, родом, можно предположить, из Италии (слово romanesco означает «римский»).**

# Внимание! Транспортная безопасность! Важная информация Уважаемые пассажиры!

Вы находитесь в зоне транспортной безопасности!



Требования по соблюдению транспортной безопасности для физических лиц, следующих либо находящихся на объектах транспортной инфраструктуры или транспортных средствах (Постановление Правительства Российской Федерации от 15 ноября 2014 г. № 1208)

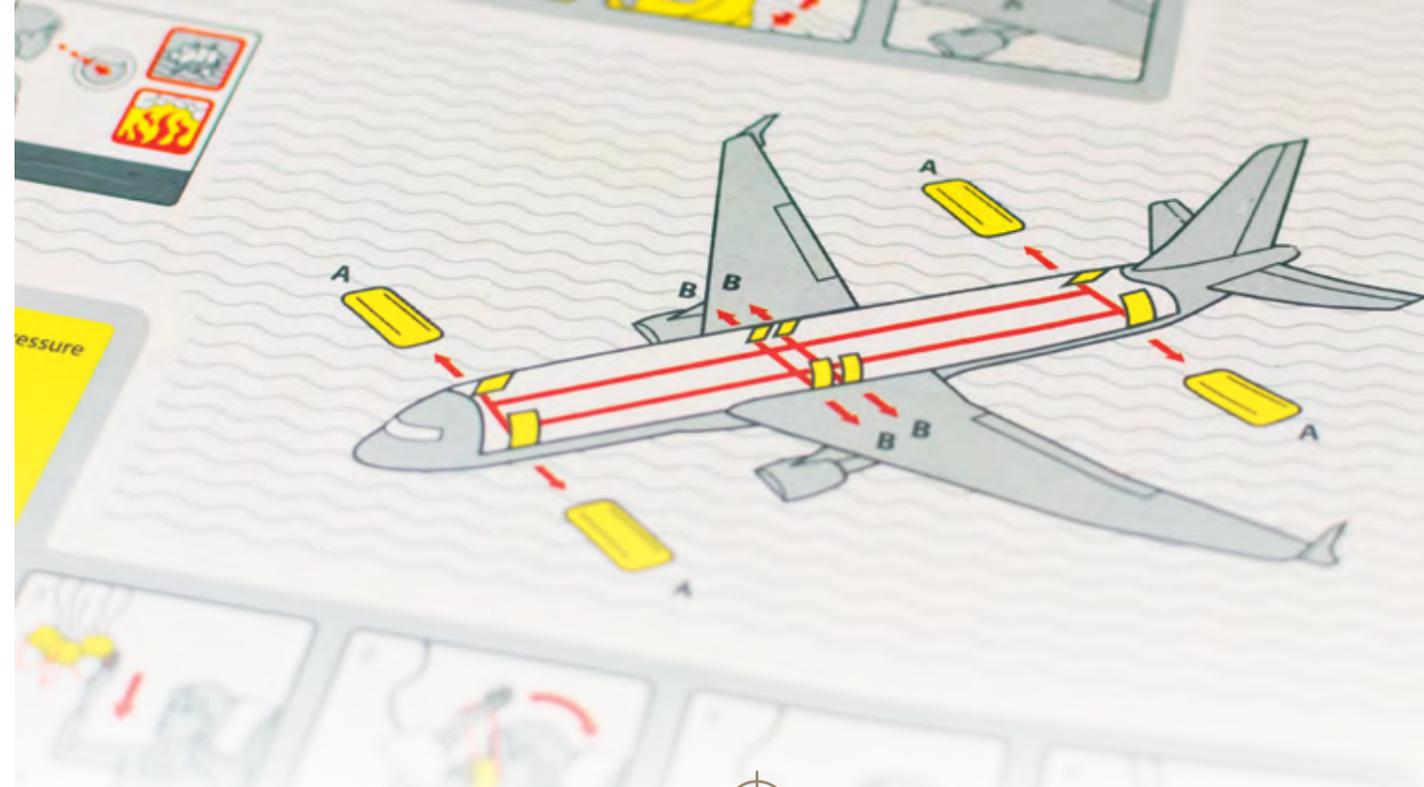
**Все физические лица, следующие либо находящиеся на объектах транспортной инфраструктуры или транспортном средстве, обязаны:**

- а) осуществлять проход (проезд) в зону транспортной безопасности в соответствии с правилами проведения досмотра, дополнительного досмотра и повторного досмотра в целях обеспечения транспортной безопасности, включающими перечень необходимых документов, устанавливаемыми Министерством транспорта Российской Федерации по согласованию с Министерством внутренних дел Российской Федерации и Федеральной службой безопасности Российской Федерации;
- б) выполнять требования сил обеспечения транспортной безопасности, направленные на обеспечение транспортной безопасности, а также не предпринимать действий, препятствующих выполнению ими служебных обязанностей;
- в) информировать силы обеспечения транспортной безопасности о событиях или действиях, создающих угрозу транспортной безопасности объекта транспортной инфраструктуры или транспортного средства.

**Физическим лицам, следующим либо находящимся на объекте транспортной инфраструктуры или транспортном средстве, запрещается:**

- а) проносить (провозить) в зону транспортной безопасности предметы и вещества, запрещенные или ограниченные для перемещения на объекте транспортной инфраструктуры и (или) транспортном средстве;
- б) препятствовать функционированию технических средств обеспечения транспортной безопасности, расположенных в зоне транспортной безопасности;
- в) принимать материальные объекты для их перевозки на транспортном средстве без уведомления сил обеспечения транспортной безопасности и прохождения процедуры досмотра

- в случаях, предусмотренных требованиями по обеспечению транспортной безопасности, установленными в соответствии со статьей 8 Федерального закона «О транспортной безопасности»;
- г) совершать действия, создающие препятствия (в том числе с использованием транспортных и других технических средств) функционированию транспортного средства или ограничивающие функционирование объектов транспортной инфраструктуры, включая распространение заведомо ложных сообщений о событиях или действиях, создающих угрозу транспортной безопасности объекта транспортной инфраструктуры или транспортного средства, а также действия, направленные на повреждение (хищение) элементов объекта транспортной инфраструктуры или транспортного средства, которые могут привести их в негодное для эксплуатации состояние либо состояние, угрожающее жизни или здоровью персонала субъекта транспортной инфраструктуры или подразделения транспортной безопасности, пассажиров и других лиц;
- д) передавать документы сторонним лицам, предоставляющие право прохождения процедуры досмотра в особом порядке, для прохода (проезда) в зону транспортной безопасности;
- е) осуществлять проход (проезд) в зону транспортной безопасности объекта транспортной инфраструктуры или транспортного средства вне (в обход) установленных субъектом транспортной инфраструктуры или перевозчиком проходов (проездов);
- ж) предпринимать действия, имитирующие подготовку к совершению либо совершение актов незаконного вмешательства в деятельность объекта транспортной инфраструктуры или транспортного средства;
- з) использовать пиротехнические изделия без разрешения лица, ответственного за обеспечение транспортной безопасности на объекте транспортной инфраструктуры или транспортном средстве.



Перечни оружия, взрывчатых веществ или других устройств, предметов и веществ, в отношении которых установлены запрет или ограничение на перемещение в зону транспортной безопасности или ее часть

- 1. Перечень оружия:** 1.1. Боевое оружие и его основные части, а также боеприпасы к такому оружию; 1.2. Оружие гражданское и служебное; 1.3. Оружие, производимое только для экспорта, отвечающее требованиям стран-импортеров; 1.4. Оружие служебное и его основные части; 1.5. Холодное оружие.
- 2. Перечень взрывчатых веществ:** 2.1. Средства пиротехнические; 2.2. Взрывчатые вещества; 2.3. Составные части взрывных устройств; 2.4. Снаряжение и прочие составные части взрывных устройств.
- 3. Перечень других устройств, предметов и веществ, в отношении которых установлен запрет или ограничение на перемещение в зону транспортной безопасности или ее часть:** 3.1. Предметы и вещества, содержащие опасные радиоактивные агенты; 3.2. Предметы и вещества, содержащие опасные химические агенты; 3.3. Предметы и вещества, содержащие опасные биологические агенты; 3.4. Предметы, содержащие взрывчатые вещества; 3.5. Изделия, конструктивно сходные с огнестрельным оружием, пневматическим оружием и холодным оружием, а также способные применяться при совершении АНВ в качестве таких видов оружия: 1) огнестрельного оружия; 2) пневматического оружия с дульной энергией более 3 Дж; 3) холодного оружия, включая: кастеты всех видов; метательное оружие; клинковое, древковое, режущее, рубяще-режущее, колющее и колюще-режущее оружие с длиной клинка

или заостренной твердой части более 6 см; ударное, рубящее или ударно-раздробляющее оружие массой более 200 граммов; 3.6. Предметы и вещества, имеющие внешние признаки схожести с оружием, взрывчатыми веществами или другими устройствами, предметами и веществами, в отношении которых установлены запрет или ограничение на перемещение в зону транспортной безопасности или ее часть и (или) которые могут быть использованы для совершения актов незаконного вмешательства.

**Ознакомиться с полным перечнем можно в приказе Министерства транспорта РФ от 23 июля 2015 г. № 227.**

Основаниями для пересечения объектами досмотра – физическими лицами границ перевозочного сектора зоны транспортной безопасности объекта транспортной инфраструктуры и транспортных средств, а также их нахождения на территории данной части зоны транспортной безопасности являются наличие у таких лиц документов, удостоверяющих личность, и перевозочных (проездных) документов, посадочных талонов, оформленных в установленном порядке, действующих на момент проведения досмотра, дополнительного досмотра и повторного досмотра; отсутствие у таких лиц запрещенных или ограниченных для перемещения предметов и веществ.



Ответственность пассажиров за нарушение требований по соблюдению транспортной безопасности

За неисполнение требований по обеспечению транспортной безопасности предусмотрена административная и уголовная ответственность согласно статье 11.15.1 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях и статье 263.1 Уголовного кодекса Российской Федерации.



АО «Авиакомпания АЛРОСА» осуществляет региональные перевозки в Якутии, регулярные и чартерные перевозки по России, чартерные международные перевозки в страны СНГ, Азии и Европы, грузовые перевозки и специальные авиационные работы.

Базируется в аэропортах Мирный и Домодедово (Москва).

Авиакомпания образована на базе Мирнинского авиапредприятия (МАП), являвшегося структурным подразделением АЛРОСА. С 1 января 2013 года функционирует как самостоятельное юридическое лицо.

#### КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Адрес:** 678170,  
Республика Саха (Якутия),  
г. Мирный, аэропорт  
**Телефон:** 8 (800) 234-49-24  
**Факс:** +7 (41136) 48-121  
**E-mail:** [avia-info@alrosa.ru](mailto:avia-info@alrosa.ru)  
**Сайт:** [www.alrosa.aero](http://www.alrosa.aero)

# Вопросы и ответы

Наиболее часто задаваемые вопросы об онлайн-регистрации на рейсы «Авиакомпания АЛРОСА».

#### На какие направления доступна онлайн-регистрация?

Пройти онлайн-регистрацию можно на все регулярные рейсы, вылетающие из аэропортов РФ.

#### Нужно распечатывать посадочный талон?

Если вы зарегистрировались на рейс онлайн, но не распечатали посадочный талон, то получить его можно на стойке регистрации в аэропорту вылета.

#### Можно пройти онлайн-регистрацию на рейс, если я лечу с ребенком до двух лет (без предоставления отдельного места)?

Да, онлайн-регистрация возможна при условии, что пассажиры следуют в одной броне. Ребенку автоматически присваивается место, идентичное с местом взрослого пассажира.

#### Если я прошел онлайн-регистрацию, за сколько времени до вылета необходимо прибыть в аэропорт?

Если вы летите без багажа и ручной клади, то прибыть в аэропорт вам необходимо минимум за 40 минут до окончания посадки на борт, указанной в посадочном талоне.

Если вы летите с багажом и/или ручной кладью, то, чтобы зарегистрировать их на стойке регистрации в аэропорту, прибыть необходимо заблаговременно, до окончания регистрации на рейс (строго не позднее 60 минут до вылета рейса).

Рекомендуемое время прибытия – за полтора часа до вылета рейса, указанного в билете (маршрут-квитанции), для прохождения досмотра служб безопасности, паспортного и таможенного контроля.

#### Не получается выбрать место в салоне – все места уже заняты.

К сожалению, места, доступные к онлайн-регистрации, были заняты пассажирами, прошедшими регистрацию ранее. Возможность выбрать место будет доступна только в аэропорту вылета.

#### Не получается пройти онлайн-регистрацию. Что делать?

Проверьте, пожалуйста, следующие моменты:

- вылет вашего рейса осуществляется из аэропорта РФ;
- до вылета осталось не более 24 часов и не менее 3 часов;
- фамилия пассажира указана такая же, как в билете;
- номер билета содержит 13 цифр и начинается с 67А.

# Правила поведения пассажиров на борту

#### ПАССАЖИРЫ ИМЕЮТ ПРАВО:

- требовать предоставления всех услуг, предусмотренных условиями договора воздушной перевозки;
- в случае если их жизни, здоровью или личному достоинству угрожает опасность, обращаться к работникам авиапредприятия и требовать у них защиты.

#### ПАССАЖИРЫ ОБЯЗАНЫ:

- безоговорочно выполнять требования командира воздушного судна и рекомендации других членов экипажа;
- соблюдать дисциплину и порядок;
- выключать или переключать в автономный режим работы (авиарежим) электронные устройства по требованию членов экипажа на любом этапе полета;
- размещать ручную кладь и личные вещи в специально отведенных для этого местах.

#### ПАССАЖИРАМ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- создавать ситуации, угрожающие безопасности полета или жизни, здоровью и личному достоинству других пассажиров, а также авиаперсонала, допустить по отношению к ним любое оскорбление – словесное или физическое;
- употреблять алкогольные напитки, кроме тех, что были предложены на борту воздушного судна;
- курить (в том числе электронные сигареты) на борту самолета в течение всего полета;
- создавать условия, некомфортные для остальных пассажиров и препятствующие работе членов экипажа;
- портить принадлежащее авиапредприятию имущество и/или выносить его с борта самолета;
- использовать аварийно-спасательное оборудование без соответствующих указаний экипажа;
- покидать свое место при рулении самолета, на этапе взлета, набора высоты, снижения и посадки при включенном табло «Пристегните ремни»;
- выходить из самолета без разрешения командира воздушного судна (членов экипажа);
- производить фото-, видеосъемку членов экипажа воздушного судна и пассажиров без их согласия. В соответствии со ст. 152.1 Гражданского кодекса Российской Федерации, «использование изображения гражданина (в том числе его фотографии, а также видеозаписи) допускается только с согласия этого гражданина».



Maryana Mast / Shutterstock.com

# Добро пожаловать на борт!

*Ежегодно АО «Авиакомпания АЛРОСА» подтверждает статус одного из крупнейших перевозчиков не только Сибирского федерального округа, но и России в целом, с пассажирооборотом, превышающим 500 тысяч человек. Наши постоянные пассажиры ценят нас за современную технологичную инфраструктуру, постоянное совершенствование услуг и привлекательные цены. Мы ежедневно работаем над тем, чтобы оправдать ваши ожидания, поднимая качество обслуживания на еще более высокий уровень, чтобы формировать искренние и положительные эмоции на борту самолета.*

BOEING 737-800

Всего мест: 2 бизнес + 180 эконом  
(или 8 бизнес + 156 эконом)  
Крейсерская скорость: 800 км/ч  
Дальность полета: 5700 км  
Высота полета: до 12 500 м



BOEING 737-700

Всего мест: 2 бизнес + 136 эконом  
Крейсерская скорость: 852 км/ч  
Дальность полета: 6230 км  
Высота полета: до 12 500 м



АН-24РВ

Количество пассажиров: 48 эконом  
Дальность полета: 2000 км  
Крейсерская скорость: 440 км/ч  
Высота полета: до 7000 м



АН-38-100

Количество пассажиров: 26 эконом  
Дальность полета: 1450 км  
Крейсерская скорость: 380 км/ч  
Высота полета: до 4200 м



МИ-8Т / 8МТВ-1 / 171

	Ми-8Т	Ми-8МТВ-1	Ми-171
Количество пассажиров:	22-25	22-25	22-25
Дальность полета:	480 км	590 км	590 км
Крейсерская скорость:	230 км/ч	230 км/ч	230 км/ч
Высота полета:	до 6000 м	до 5000 м	до 5000 м



МИ-26Т

Грузоподъемность: 20 тонн  
Дальность полета: 475 км  
Крейсерская скорость: 255 км/ч  
Высота полета: до 4600 м



# КАРТА ПОЛЕТОВ

## «Авиакомпания АЛРОСА»

ОСЕНЬ 2021

КРОМЕ ТОГО

«Авиакомпания АЛРОСА» в рамках развития международных перевозок организует чартерные рейсы в города СНГ, Европы и Азии. Уже реализованы перелеты по следующим направлениям:

Рига (Латвия), Хельсинки (Финляндия), Барселона (Испания), Анталия, Стамбул (Турция), Ницца, Доль, Ним (Франция), Хургада (Египет), Тель-Авив (Израиль), Марракеш (Марокко), Хевиз (Венгрия), Братислава (Словакия), Фридрихсхафен (Германия), Токио (Япония), Сеул (Южная Корея), Минск (Белоруссия), Рейкьявик (Исландия), Санья (о. Хайнань, Китай), Ларнака (Кипр), Пхеньян (Северная Корея), Бангкок (Таиланд), а также перелеты в Гонконг и в различные города Греции.



# Снова вместе, снова рядом!

«Авиакомпания АЛРОСА» расширила возможности перевозки домашних животных с новой услугой «Перевозка комнатных животных на соседнем кресле». Теперь вам не придется переживать весь полет о питомце, а ваш любимчик не будет испытывать стресс от разлуки с хозяином. Вместе и полет веселее!

Данной услугой могут воспользоваться пассажиры в возрасте 18+, оформившие билет в экономическом классе обслуживания. Стоимость услуги равна тарифу, по которому оформлен билет для пассажира.

Подробную информацию о новой услуге, а также о других услугах и сервисах «Авиакомпания АЛРОСА» можно уточнить на официальном сайте [www.alrosa.aero](http://www.alrosa.aero), в контактном центре авиакомпании по телефону 8 (800) 234-49-24 (звонок по России бесплатный), а также в билетных агентствах вашего города.

«Авиакомпания АЛРОСА» — с заботой о вас и вашем питомце.



## АО «Авиакомпания АЛРОСА» запустила Мобильное приложение для пассажиров.

Это мгновенный доступ ко всем онлайн-сервисам авиакомпании без использования компьютеров и браузеров в любое время и в любом месте!

Все действия можно осуществить, выбрав нужную иконку на экране телефона. Функционал приложения позволит пассажирам быстро находить и приобретать авиабилеты, не привязываясь территориально к кассам Авиакомпания АЛРОСА или сайту [alrosa.aero](http://alrosa.aero).

Новый мобильный сервис компании можно скачать в AppStore и Google Play.

Для удобства пользователей в приложении реализованы сервисы:

- Покупка билета и дополнительных услуг
- Оформление премиальных билетов программы лояльности «Алмазная миля»
- Возможность входа в личный кабинет программы лояльности «Алмазная миля»
- Авторизация в личном кабинете и просмотр истории заказов.
- Онлайн-регистрация
- Статус рейса
- Расписание
- Онлайн-табло и другое

Приложение предоставляет возможность без труда оформить билет на рейс. Оформить все необходимое для комфортного путешествия из перечня дополнительных услуг. Возможность входа в личный кабинет программы лояльности «Алмазная миля» и всегда знать баланс карты. Приложение также предоставляет возможность зарегистрироваться на рейс онлайн, что значительно ускоряет процесс прохождения регистрации в аэропорту.

Первая версия приложения ALROSA Air Co. уже доступна в AppStore и Google Play:



# «Авиакомпания АЛРОСА» запускает новое расписание!

**П**рограммой полетов запланированы как традиционные направления авиакомпании, так и новые, с учетом новых реалий и международных ограничений. Мы кропотливо работали над летней картой полетов, выбирая самые интересные и нужные направления для будущего сезона внутри России.

На сегодня рады предложить прямые перелеты, а также перелеты с удобными стыковками к побережью Черного моря и на полуостров Крым, в курортные города: Анапа, Сочи, Геленджик, Симферополь, а также в Краснодар, Ростов-на-Дону, с вылетами из городов Мирный, Полярный, Якутск, Новосибирск, Томск, Новокузнецк, Кемерово, Москва (Домодедово), Санкт-Петербург, Екатеринбург, Красноярск и Тюмень по доступным тарифам и удобному времени вылета и прилета.

Мы увеличили частотность полетов на некоторых популярных маршрутах:

- Москва – Сочи с 5 марта 6 раз в неделю;
- Москва – Краснодар со 2 апреля 4 раза в неделю;
- Москва – Симферополь с 23 апреля 4 раза в неделю;
- Москва – Новосибирск с 1 апреля 6 раз в неделю.

В летнем расписании мы добавили несколько новых маршрутов: Мирный – Тюмень, Тюмень – Симферополь, Красноярск – Мирный, Якутск – Москва, Якутск – Новосибирск.

Приобрести авиабилеты можно и на прямой рейс по маршруту Красноярск – Краснодар, который «Авиакомпания АЛРОСА» начала выполнять с лета 2019 года и продолжит выполнять круглогодично в 2021 году.

Полеты на маршрутах выполняются на комфортабельных воздушных судах Boeing 737-800, Boeing 737-700.

Более подробную информацию о времени вылета и тарифах вы можете найти на нашем официальном сайте [www.alrosa.aero](http://www.alrosa.aero), в билетных агентствах вашего города или по телефону контактного

ВАШИ  
БЕЗОПАСНОСТЬ  
И КОМФОРТ – НАШ  
ПРИОРИТЕТ!  
ЖЕЛАЕМ ВАМ  
ПРИЯТНЫХ ПОЛЕТОВ  
С АО «АВИАКОМПАНИЯ  
АЛРОСА»

центра «Авиакомпания АЛРОСА»  
8 (800) 234-49-24 (звонок по России  
бесплатный).

Ознакомиться с правилами применения тарифов перед приобретением билета можно на нашем сайте [www.alrosa.aero](http://www.alrosa.aero) в разделе «Тарифы и условия».

Пассажирам АО «Авиакомпания АЛРОСА» доступна широкая линейка сервисов и дополнительных услуг, в том числе программа лояльности «Алмазная миля», позволяющая получать мили за совершенные перелеты и приобретать премиальные авиабилеты. Станьте участником программы премирования «Алмазная миля» и получите первые 600 бонусных миль за регистрацию. Подробно ознакомиться с правилами программы можно на нашем сайте [www.alrosa.aero](http://www.alrosa.aero) в разделе «Алмазная миля».

