

выбор редакции



С хронометрами Longines летали великие: в 1932-м Амелия Эрхарт следила по ним за длительностью одиночного беспосадочного рейса через Атлантику, а Говард Хьюз шестью годами позжеставил рекорд воздушной кругосветки.

Новые часы делают флешбэки в ту славную эпоху массивной заводной головкой, крупным кольцом вокруг стекла и шрифтом на циферблате. А вот размером они больше предшественников. Но уверены, что диаметр 42 миллиметра даже на женском запястье вызовет куда меньше споров, чем версус «авиатор/авиаторка»!

РЕКЛАМА

Приступаем
ремешки
и засекаем
на часах-
авиаторах
Longines
Spirit времени
до открытия
воздушных
границ.

Longines AUTOMATIC CHRONOMETRE



У нас вы подберете ткани для штор, покрывал, подушек, обивки мебели и различные аксессуары. Известные бренды и эксклюзивные материалы: однотонный хлопок, лен, шелк, бархат, сатин, широкие тюли и высокотехнологичные ткани, подходящие на все случаи жизни.

Богатая палитра от сине-фиолетовых оттенков ночного неба, чернослива и какао до нейтральных, серебристых тонов. У нас вы можете выбрать ткани с цветочными рисунками и геометрическими узорами, однотонные ткани, ткани в клетку и полоску.

РОСКОШНЫЙ
ТЕКСТИЛЬ

ПРИХОДИТЕ
г. Белгород,
ул. Щорса 8л, этаж 2-3
ЗВОНИТЕ
тел.: (4722) 23-15-15

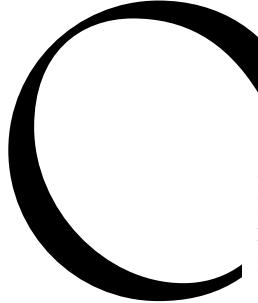
СЛЕДИТЕ ЗА НОВИНКАМИ
www.avtorlab.ru
ПРОСТО УДОБНО ОНЛАЙН
[@avtorlab](https://www.instagram.com)



АВТОР
САЛОН ИНТЕРЬЕРА

ОЛЬГА ЦЫБИНА

Владелица салонов цветов «Оазис» и «Пион.com», магазина подарков «Товары Мира» и сети магазинов «Дом Цветов & PanoramaHome» открывает новую точку в МТРК «Сити Молл «Белгородский».



Сколько лет вы в деле?

С 2002 года появился «Дом Цветов», а до этого были две точки на «Центральном рынке». Между этими этапами жизни уместилась целая история, которая определила мое бизнес-будущее. В одной из поездок в Москву меня осенило — нужно открывать оптовку с комнатными растениями. По ощущениям это было похоже на откровение. Почему именно оптовка? На тот момент в Белгороде не было ни одной фирмы, где можно было купить цветы оптом. Сначала я долго искала место, где можно открыть магазин. Никто не хотел сдавать помещение. Спустя множество телефонных звонков, переговоров и встреч помешение нашлось. Было трудно представить, как в гараже для грузовой машины может расположиться цветочный магазин. Да, это был гараж. Своими силами мы сделали ремонт, привели все в порядок. Я сама занималась закупкой, составляла заявки, ездила за товаром в Москву и Голландию. Могу без стеснения сказать, что в прямом смысле жила на работе. Со временем количество клиентов увеличивалось, заказы становились объемнее. Появились розничные покупатели. В какой-то момент стало ясно, что розничная торговля вышла на первый план. Пришлось разделить эти два направления. В 2004 году оптовая точка переехала в Дубовое. Мы надеялись, что здесь не будет розничных покупателей, так как магазин далеко от города. Но здесь их стало еще больше. Вот так мы добрались до оптово-розничной компании. Моя деловая история в совокупности насчитывает более двадцати лет. *(Улыбается)*.

Как женщине стать успешной, если она выбрала путь бизнес-леди?

У Ольги взрослый сын, с которым сложились партнерские отношения в бизнесе. Она энергичная и всегда идет в ногу со временем. Не может долго сидеть на одном месте, поэтому часто путешествует. Любит читать и как настоящий гурман пробовать изысканные блюда со всего мира.

Часто ли вы сталкивались с гендерной дискриминацией в бизнесе?

В начале моего пути таких случаев было очень много. Даже для того, чтобы взять кредит в банке, нужно было доказать, что я надежный плательщик. Сегодня неважно женщина вы или мужчина. Важна личная сила духа. Люди чувствуют энергию и уважают ее. Сильным проще наладить личные контакты и обеспечить надежное партнерство.

Существует ли ваша личная философия, которая лежит в основе бизнеса?

Нужно идти туда, где тебя драйвит. Состояние, когда просыпаешься утром и заряженный идешь

заниматься любимым делом, творить новое, воплощать самые безумные идеи, должно быть перманентным. Наградой будет кроткое чувство, когда добиваешься больших целей. Это помогает понять, что двигаешься в правильном направлении.

Какое место в вашей жизни имеет самообразование?

Первое. Моя история успеха началась с книги Наполеона Хилла «Думай и богатей». Я просто прожила все, что было написано в этой книге. Все начало получаться после того, как она впиталась в мое подсознание. Люблю получать знания через книги, поэтому много читаю про философию успеха и бизнес-литературу. Но чтением тема самообразования не ограничивается. Сейчас, например, участвуя в образовательном проекте @X10_Academy. Курс полностью реконструирует меня путем анализа и работы со своими сильными и слабыми сторонами. С каждым новым занятием сознание переворачивается с ног на голову и обратно. *(Смеется)*. Одним из таких переворотов стало ведение личного аккаунта в Instagram @tsybina9797. В блоге рассказываю про бизнес, свою жизнь, сложности и успехи. Стараюсь быть интересной и полезной для аудитории.

Что для вас является высшей радостью?

Когда просыпаешься утром и чувствуешь во всех уголочках своей души спокойствие. Для меня это состояние гармонии с самой собой. Лишь бы у близких и родных людей все было хорошо. Это и есть высшая радость.

Кто из известных женщин вас вдохновляет?

Вдохновляют мужчины. *(Смеется)*. Не могу привести пример женщин, которые бы вдохновили меня. С мужчинами проще. *(Улыбается)*. В последнее время восхищаюсь Игорем Рыбаковым. Мне нравится, как человек изменил свою жизнь, нравится и его подход к бизнесу. Эта история заставляет посмотреть на многие вещи абсолютно с другого ракурса.

У вас есть домашние питомцы?

Да, конечно. Есть просто невероятная любовь — американская акита Ричард. Собака в нашем доме появилась неожиданно и наполнила его новыми взаимоотношениями, которые дарят тепло и понимание.

Назовите качества, которые делают Ольгу Цыбину самой собой.

Все просто — я люблю то, что делаю. Обожаю, когда новые идеи сваливаются как снег на голову и стараюсь всегда легко относиться к трудностям на моем пути. *Красные квадраты*

ВАЖНО

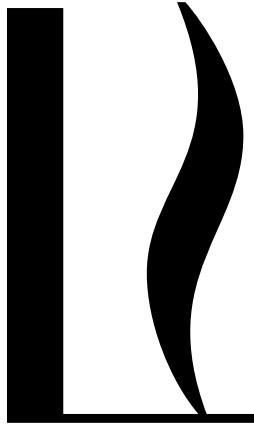
У Ольги взрослый сын, с которым сложились партнерские отношения в бизнесе. Она энергичная и всегда идет в ногу со временем. Не может долго сидеть на одном месте, поэтому часто путешествует. Любит читать и как настоящий гурман пробовать изысканные блюда со всего мира.

текст: Илья
ГОРГИЛАДЕ
фото: Геннадий
ЛИТВИНОВ



М И Х А И Л

Главный специалист Петербурга по спортивной медицине уже три года поднимает российскую нейрофизиологию, возглавляя Институт мозга человека им. Бехтеревой, которому в 2020 году исполнилось 30 лет.



Школьные учителя любят говорить, что человек использует возможности мозга лишь на 5%. А что тогда делают остальные 95%?

Этой легенде уже почти сто лет. У мозга очень молодая ткань, в нем происходят дико энергомые процессы — спросите у студентов, которые во время сессий килограммами едят шоколад и не толстеют. Мозг при массе 2% от массы тела потребляет 20% всей энергии. Мы ходим, говорим, думаем, работаем, учимся, и что, вы хотите сказать, что на это все хватает 5%? Вы же не можете сказать, что используете руку на 1%? Тем более даже Карл Маркс говорил, что рука — это мозг, который вывели на периферию. Тут, правда, возникает другой вопрос — почему одни становятся великими учеными и талантливыми программистами, а другие нет? Просто потому что 100% работы мозга можно использовать эффективно и не очень. А вот как достичь этой эффективности — вопрос, на который пытаются ответить все нейрофизиологи мира.

Это тайна мозга, которую все хотят разгадать?

Биология и медицина очень прагматичны, мы работаем со знанием или незнанием, а никак не с тайнами. Сейчас мы знаем, как формируются и функционируют речь, память, движение, но пока не понимаем, как эти процессы гармонично сочетаются, то есть не можем собрать коннектом мозга, его полную «дорожную карту». Это такая же глобальная задача, как расшифровка генома человека. Пока что коннектом мозга собран только на уровне кольчатого червя.

Хорошо, а что команда института сделала первой в российской или мировой науке?

В 1960-е годы нейрофизиолог и внучка знаменитого психиатра Наталья Петровна Бехтерева (основательница института, в честь которой он и назван) первой в мире описала общемозговой механизм детекции ошибок. То есть сделала понятной важную штуку — какие именно реакции происходят в мозгу, когда в поведении человека или с организмом что-то не так. Это работает, например, при диагностике эпилепсии: вживленные электроды оценивают готовность мозга к эпилептическому приступу, меняют «настройки» и купируют приступ. По аналогии с кардиостимулятором. Еще ни у кого в стране нет такого большого, как у нашего института, опыта работы с позитронно-эмиссионным томографом, это такой диагностический аппарат вроде аппарата МРТ, но с более широким функционалом. Сего помощью мы (опять-таки первыми в России!) больше десяти лет назад разработали систему диагностики онкологических заболеваний головного мозга — у нас вообще одно из лучших в стране оборудований для распознавания рака и эпилепсии.

Главное достижение института под вашим руководством?

Организационное! Когда я пришел в институт, речь шла о его ликвидации, но мы смогли увеличить

бюджет в два раза, а научных исследований стало больше в 10 раз! Выросло и число тематик исследований, с 6 до 18. Короче говоря, сейчас институт — полноценный игрок в российской науке, а не аутсайдер.

Что это за исследования?

Они узкоспециальные, но одно из новых направлений — адресная доставка препаратов к областям мозга, зараженным онкозаболеваниями. Здесь мы работаем в коллaborации с химико-фармакологическим университетом — есть запатентованные разработки. Еще вместе с ФМБА занимаемся изучением последствий травм мозга у профессиональных спортсменов.

Вы педиатр по врачебной специальности, затем погрузились в спортивную медицину, а в итоге руководите нейрофизиологами. Как так вышло?

Педиатрия — дела минувших дней. Я долго занимался исследованиями в области пульмонологии, сердечно-сосудистых заболеваний, в 1986 году пришел в спортивную медицину, в 2002 стал деканом факультета спортивной медицины в Первом меде им. Павлова. Хоть я и не нейрофизиолог, но спорт — это сфера, напрямую завязанная на функциях мозга. Однако возглавить Институт мозга меня пригласили не поэтому, а потому что у меня был опыт в управлении: работал в институте экспериментальной медицины, не говоря уже о ректорстве в том самом Первом меде! Назначение в институт им. Бехтеревой было немного неожиданным, но кажется, мы с коллегами справились — коллектив работает, планы исследований расписаны на три года вперед.

Успехи в спорте и правда так сильно зависят от работы мозга?

Не то слово! Спортсмены ведь задействуют предельные возможности организма, а так как мозг — это командный пункт, он должен работать без сбоев. В Китае в спорте используют народные медицинские практики, на Западе и в России — фармакологию (речь не о допинге, существует много вполне разрешенных препаратов). Поиском этого баланса я в спортивной медицине и занимаюсь.

Вы заведуете кафедрой спортивной медицины в Первом меде. Как вам уровень выпускников, за будущее медицины можно быть спокойным?

Хотел бы быть оптимистом, но буду реалистом. У нас постоянно реформируют медицинское образование, обновляют стандарты каждые три года, и студенты вместе с преподавателями за ними не успевают. На выходе мы можем получить выпускника, знания которого уже устарели, хотя он не проработал по специальности ни минуты! В общем, ситуация тревожная, наблюдаем.

ВАЖНО

Дидур — эксперт по терапевтическому использованию запрещенных субстанций в РУСАДА — российском антидопинговом агентстве. Помимо работы в институте им. Бехтеревой, Дидур — главный внештатный специалист по спортивной медицине в комитете по здравоохранению Правительства Петербурга.

Текст: ИГОРЬ ТОПОРКОВ

Фото: АЛЕКСЕЙ КОРЗОВ



АССИСТИНГ ПРОДЮСЕРА: ЮЛИЯ СВИРИЛОВА