

Nwmmб

Журнал про нас и о том, что нас связывает



Нарамо

БЕЧА 2025

Numb

Добро пожаловать в “Нить” — журнал для русскоговорящих во Франции.
Мы создаём его, чтобы рассказывать о вас и для вас.

КОМАНДА

Евгения Арсланова

Веб- и графический дизайнер,
автор концепции и текстов.

Валида Мери

Персональный стилист, автор
рубрик “На стиле” и “Разбор луков”.
отвечает за соцсети и их контент.

НАШИ КОНТАКТЫ:

 nitemedia.life

 contact@nitemedia.life

 [nitemedia_](https://www.instagram.com/nitemedia_)

 [Nitemedia](https://www.facebook.com/Nitemedia)

Поддержите нас!

Распространяйте журнал среди друзей, делитесь нашими постами в
соцсетях и участвуйте в наших рубриках.
Вместе мы создаём “Нить”!

- 5** **От редакции**
- Светская хроника по-нашему**
-
- 7** “Это провал!” – сказали они
и сделали лучшее бизнес-шоу
в Ницце
- Из первых уст**
-
- 17** “Жизнь, как окрашивание:
главное — правильный тон
- Вообразим на минутку**
-
- 27** Жизнь на пороге. Что, если
французы начнут разуваться?
- Французский с улыбкой**
-
- 31** Говори через нос. Секреты
французской простуженности
- Из первых уст**
-
- 35** Красота в деталях:
о свадебном стиле, поиске
себя и праве на ошибку

Кофе между строк

45

Кофе с весной. На юге
Франции цветёт всё,
кроме скуки

Шпаргалка эмигранта

49

Налоги во Франции
без паники

Душевные заметки

55

Эмиграция. Снести старый
дом и начать строить новый

На стиле

62

Гардероб на новом месте:
комфорт, стиль и немного
Франции

68**Стань частью Нити**

СПОНСОР ВЫПУСКА



IMAVOV SECURITE

AGENCE DE SÉCURITÉ



**СОСРЕДОТОЧЬТЕСЬ
НА ГЛАВНОМ.
А МЫ ПОЗАБОТИМСЯ
О ВАШЕМ СПОКОЙСТВИИ.**



+33 7 81 04 07 41



contact@imavovsecurite.com



https://imavovsecurite.com

ЗАЩИТА ПРЕСТИЖНЫХ ВИЛЛ И ЧАСТНЫХ РЕЗИДЕНЦИЙ — БЕЗОПАСНОСТЬ МЕРОПРИЯТИЙ —
ОХРАНА ЗДАНИЙ — ОХРАНА ПРОМЫШЛЕННЫХ ОБЪЕКТОВ И ОБЪЕКТОВ СТРОИТЕЛЬСТВА —
ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ — РЕАГИРОВАНИЕ НА ТРЕВОЖНЫЕ СИГНАЛЫ —
КИНОЛОГИЧЕСКИЙ АГЕНТ — КОНТРОЛЬ ДОСТУПА

Привет, друзья!

Этот журнал начался с одной шальной мысли: “А что, если сделать что-то своё? Ну такое, чтобы тёплое и родное, как мамины котлеты или тот самый любимый плед”. И вот, держите — первый номер “Нити”!

Работа над этим журналом была похожа на создание уютного свитера: сначала кажется, что нитки путаются, петли сбиваются, но потом вдруг начинает вырисовываться рисунок, и ты понимаешь, что всё это было не зря. А ещё это как открыть новый дневник, где первая страница пугает своей белизной, но ты делаешь первый штрих, и вот уже всё складывается в историю.



Этот номер для нас — как первая глотка утреннего кофе: бодрит, волнует, согревает. И мы надеемся, что для вас он станет таким же. Вместе мы можем сплести удивительный узор, в котором найдётся место для каждого из вас.

Спасибо, что вы с нами. Этот номер — только начало. А дальше — больше, интереснее и ещё теплее. Так что не теряйте связь с “Нитью”!

Дорогие читатели,

Добро пожаловать в первый номер “Нити”! Мы создавали этот журнал, думая о вас, о тех, кто живёт между двумя мирами, учится адаптироваться в новой реальности и создаёт свою жизнь заново.

Для меня “Нить” — это место, где мы говорим о том, что волнует, вдохновляет и помогает почувствовать себя собой, даже если вокруг всё кажется чужим.

Я — фэшн-стилист с более чем пятилетним опытом. В этом номере я веду рубрику “На стиле”, где мы поговорим о моде, стиле и о том, как оставаться верными себе в любой ситуации. А ещё я с нетерпением жду ваших фотографий для будущей рубрики — разбор луков! Присылайте свои образы, и, возможно, именно ваш стиль станет частью следующего номера.

“Нить” — это не просто журнал. Это пространство, где мы хотим услышать вас, рассказать вашу историю и, возможно, помочь найти вдохновение. Спасибо, что вы с нами!



«Это прован!»



— сказали они и сделали
лучшее бизнес-шоу в Ницце

Все мы знаем, что успех — дело сложное. Миллионы историй про трудолюбие, стратегию, инвестиции... Бла-бла-бла. Но никто не говорит, что на пути к этому успеху ты будешь фейлиться так, что захочется забраться под стол и остаться там навсегда.

Но если вдуматься — а кому вообще нужен этот «стерильный» успех? Самые крутые истории — это те, где есть провалы, эпичные падения и момент «да, это было больно, но зато как весело потом вспоминать!».

Так вот, в Ницце в декабре прошло мероприятие мечты для всех, кто когда-либо ошибался (то есть, в общем-то, для всех). «Фабрика факапов» — бизнес-стендап, где предприниматели на полном серьёзе выходили на сцену, чтобы рассказать, как они благополучно заporоли сделки, бизнесы и маркетинговые кампании. Причем не просто рассказать, а разорвать зал смехом, потому что с правильной подачей даже самые жесткие провалы превращаются в золотые истории.

«Мы хотели создать место, где люди могут открыто говорить о своих ошибках, — объясняет Яна Пучковская, одна из организаторов. — Потому что в бизнесе все ошибаются. Вопрос в том, умеешь ли ты посмеяться над этим и сделать выводы».

В Ницце в декабре прошло мероприятие мечты для всех, кто когда-либо ошибался (то есть, в общем-то, для всех)

Space Union: когда бизнес — это не скучно

За этим праздником факапов стоит международный бизнес-клуб Space Union. Это сообщество, в котором предприниматели, маркетологи, продавцы и прочие крутые ребята объединяются ради амбициозной цели — стать №1 в мире за два года. Да, именно так. Кто-то мечтает накопить на отпуск в Тоскане, а они планируют стать глобальным бизнес-сообществом.

Основательницы клуба Анна Глушко, Алина Петренко и их команда придерживаются одной философии: «Если делать — то так, чтобы о нас говорили». Поэтому никаких занудных панельных дискуссий и докладов «Как удвоить прибыль за 24 часа». Они хотят взорвать шаблоны, сделать бизнес-мероприятия увлекательными и создать пространство, где люди реально могут расслабиться, общаться и — да, учиться на чужих (и своих) ошибках.



Почему стендап?

Ну, во-первых, а почему нет?

Во-вторых, потому что если есть что-то, что объединяет всех предпринимателей, так это факапы. Можно сколько угодно говорить про лидерские качества, харизму и стратегию, но пока ты не потерял клиента из-за автокоррекции в письме или не угробил бюджет на рекламу, которую никто не увидел — ты не прочувствовал этот путь до конца.

Space Union решили: почему бы не сделать так, чтобы об этом говорили открыто? Без пафоса, без надуманных «поучительных» историй, а просто — по-честному.

Вот так и появился бизнес-стендап про факапы. Без моральных лекций, но с мощными инсайтами. Спикеры выходили на сцену и без стыда рассказывали, как они совершали ошибки, какие выводы из этого сделали и как это помогло им в будущем.

И, конечно, смех. Потому что когда зал хохочет, информация усваивается в разы лучше. В общем, получилось не просто полезно, но и невероятно заряжено энергией.

И самое главное — все, кто там был, поняли: ошибаться — это нормально. Главное — уметь правильно к этому относиться.

Пока ты не потерял клиента из-за автокоррекции в письме или не угробил бюджет на рекламу, которую никто не увидел — ты не прочувствовал этот путь до конца.

Подготовка, или как за 10 минут сломать систему

Как и в любом большом событии, подготовка к «Фабрике факапов» была продумана до мельчайших деталей. Всё шло по плану: четкие регламенты, распределенные обязанности, никаких нервов. Ну, почти. Потому что если вы думаете, что можно организовать бизнес-стендап без неожиданных поворотов, — значит, вы никогда не организовывали бизнес-стендап.

Главный вопрос, который мучил команду Space Union: а придут ли люди? Новый формат, нестандартная подача, зал на 90 мест — организаторы рассчитывали на уверенный, но умеренный интерес. В теории. На практике всё пошло по сценарию «Как переключиться с режима «камерное мероприятие» на режим «аншлаг года».

За 10 минут до начала стало понятно: гостей больше, чем мест. Гораздо больше. Люди продолжали приходить, и к началу мероприятия в зале было уже 130 человек. Экстренно началась операция «Где взять ещё стулья?». В ход пошли запасы бара, соседние залы, технические помещения. В какой-то момент в этом хаосе участвовал, кажется, весь персонал отеля. Официанты бегали между рядами, кто-то предлагал «по-братски» потесниться, кто-то философски поднимал бокал с вином, принимая неизбежное.

Зал оказался забит до отказа, атмосфера — наэлектризована, организаторы — на седьмом небе. «Мы поняли, что сделали что-то действительно важное, ещё до того, как первый спикер взял микрофон», — подытоживает Яна.

Всё пошло по сценарию «Как переключиться с режима «камерное мероприятие» на режим «аншлаг года».

Как отбирали спикеров: одной харизмы мало

С бизнес-мероприятиями есть одна тонкость: если дать слово не тем людям, вечер может превратиться в затянувшийся зум-колл. Поэтому отбор спикеров был жёстче, чем на кастинге в Голливуде. Просто иметь историю провала — недостаточно. Надо уметь рассказать её так, чтобы зал смеялся, сопереживал, делал выводы и уходил с ощущением, что провалы — это не приговор, а повод стать лучше.

Критерии отбора:

- Опыт в бизнесе или экспертиза в своей сфере
- Реальный факап, желательно эпический
- Готовность честно и с юмором рассказать, как именно всё пошло не по плану.

Факап — это не точка. Это запятая перед следующим успехом.

Но и это не всё. Каждый спикер проходил предварительный «черновой прогон» перед организаторами, чтобы убедиться, что его история не просто забавная, а по-настоящему захватывающая. В этом помогал даже профессиональный режиссер Владимир Максимков, который «прокачивал» выступления, добавляя им стройности, драматургии и тех самых «ударных» моментов, когда зал должен взорваться от смеха.

Поэтому на сцене не просто рассказывали истории о бизнес-факапах. Это был стендап, в котором герои не стеснялись говорить о своих самых громких провалах. Они делились неудачами, которые когда-то казались концом света, но теперь стали топливом для роста. В общем, если кто-то раньше боялся ошибок — после этих рассказов страх исчезал, уступая место желанию попробовать снова. Потому что факап — это не точка. Это запятая перед следующим успехом.

Когда вечер наполнен историями про провалы, закономерно возникает вопрос: а был ли среди них один, самый эпичный? Тот, что сорвал овации и оставил зал без сил от смеха? Был.

Обложка, которая чуть не похоронила тираж

Поздний вечер. Дедлайн. Редакция на грани нервного срыва, но — ура! — журнал наконец-то уходит в печать. Можно выдохнуть. Можно. Но, как показала практика, лучше не расслабляться.

Потому что утром, на свежую голову, кто-то решает ещё разок взглянуть на обложку. И вот тут-то он замечает:

Что певица на обложке...
улыбается.

Ну и декольте её тоже.

В ракурсе, который кричит: «Мама, я в журнале! Но не так, как хотелось бы».

Редакция впадает в ступор, кто-то хватается за телефон, кто-то — за валерьянку. Срочные переговоры, звонки в типографию, молитвы о чуде.

В итоге — новый тираж, новые расходы, новый седой волос у главного редактора.

«Когда на экране появилось ТО САМОЕ фото, зал рухнул», — смеётся Яна. — «Это было то самое сочетание боли и комичности, которое делает стендап великим».

Вот так факап стал золотом. Или, по крайней мере, тем, что обсуждают за бокалом вина ещё лет десять.



Когда зал встал и запел

Но самым неожиданным финалом вечера стала песня. Нет, не просто песня — импровизированный гимн факапов.

Организаторы предложили спикерам исполнить переработанный хит с текстом про пиар и проявленность. Без репетиций, без текста на экране, просто — вот вам гитара, поехали!

«Честно? Мы вообще не планировали этого, — улыбается Анна. — Это была чистая импровизация, но в какой-то момент решили: а почему бы и нет?».

И понеслось.

Сначала неуверенно начали спикеры. Потом подключился зал. А дальше — полный зал голосов, не всегда попадающих в ноты, но зато громких, весёлых и невероятно искренних.

Этот момент нельзя было инсценировать. Нельзя было предсказать. Это не просто мероприятие. Это вечер, который останется в памяти, даже если ты завтра забудешь пароль от рабочей почты.

Что дальше?

Когда утром организаторы открыли чаты мероприятия, их ждала лавина сообщений:

- Когда следующее?
- Я хочу выступить!
- Боже, у меня столько факапов, можно несколько?
- Я пропустил, сделайте повтор!

В следующий раз никто не останется без стула — это уж точно. Мемы про «стойку у бара» гуляли по чатам ещё месяц, так что теперь запасные места учтены.

Но самое главное — это погружение. Организаторы хотят, чтобы их события не просто оставались в памяти, а ощущались как целый мир.

Фишка Space Union в том, что их мероприятия не повторяются.

«Фабрика факапов» будет жить. Но будет ли следующий вечер таким же? Нет. Потому что фишка Space Union в том, что их мероприятия не повторяются. Каждое — с новой концепцией, новым подходом, новой атмосферой.

Что ещё изменится?

Декорации, атмосфера, визуальный стиль — всё будет работать на эффект присутствия.

«Мы хотим, чтобы люди выходили с наших мероприятий с ощущением, будто побывали в другой реальности, — говорит Яна. — Где бизнес — это не про сухие цифры, а про эмоции, людей и настоящие истории».

И если Space Union пообещал, что
будет «круто, но ещё круче» —
можно не сомневаться.

***Следующая громкая встреча
уже ждет своего часа!***

 [yana.nutrimoney](https://www.instagram.com/yana.nutrimoney)

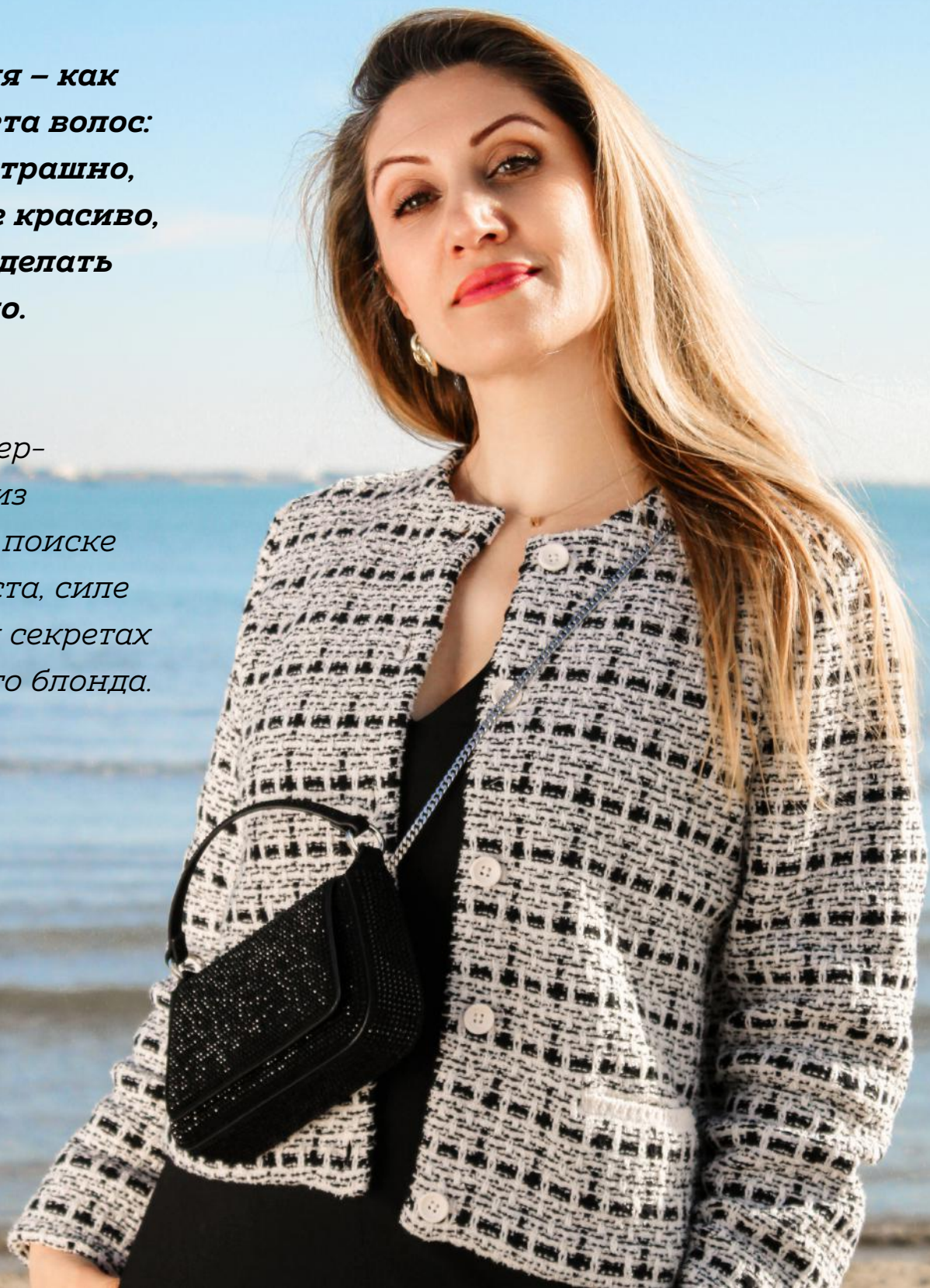
 [@space_union_cotedazure](https://www.telegram.me/space_union_cotedazure)



Жизнь, как окрашивание: главное — правильный тон

Эмиграция – как смена цвета волос: сначала страшно, но в итоге красиво, если всё сделать правильно.

Наринэ, парикмахер-колорист из Люнеля, о поиске своего места, силе перемен и секретах идеального блонда.



Наринэ, давайте начнём с простого: кто вы, откуда и чем живёте сейчас?

Я парикмахер-колорист и живу во Франции. Хотя если смотреть на мою жизнь — это одно сплошное путешествие! Родилась в Батуми, потом в 90-м переехала в Ереван, там училась и, как положено, получила «серьёзное» образование.

Что за серьёзное образование?

Держитесь! Юриспруденция. Представляете меня в суде с папкой документов? Вот и я не представляла! (смеётся)

Но в итоге вы выбрали совсем другую сферу?

Да! Хотя если честно, я всегда этим занималась. В детстве подстригала подружек, делала укладки, плела косы. Просто в постсоветских семьях редко было иначе: если ты хорошо учишься, значит, «какая ещё стрижка, о чём ты, девочка?!» (смеётся). Должен быть университет, диплом, серьёзная профессия.

Когда поняли, что это не ваше?

Где-то на четвёртом курсе. Чем больше я училась, тем яснее понимала: “Это не моё”. Смотрела на однокурсников — они горят юриспруденцией, а мне только и хочется, что волосы красить. Тогда я записалась на курсы.

Долго учились?

Месяц. Преподаватель говорила, что мало, надо хотя бы три. А я: “Всё нормально, уже иду работать!”

И как прошло первое рабочее время?

Конечно, я многого не знала, но интуитивно чувствовала, как делать. Всё шло естественно.

А Москва?

В 2004 году я переехала туда, и началась настоящая профессиональная жизнь. Клиенты, бешеный ритм. Москва — школа выживания, но именно она меня закалила.

А теперь Франция?

Уже пять лет живу в Люнеле, небольшом, но уютном городке недалеко от Монпелье.

Когда вы поняли, что эмиграция неизбежна? Какие были мысли, эмоции?

Переезды для меня не были чем-то новым, но этот раз был особенным. В Москве у меня был свой салон, собственный кабинет в престижном фитнес-центре, налаженный быт, своя жизнь, своя зона комфорта. И вдруг мысль: «А если всё это оставить?»

Тяжело было принять такое решение?

Конечно! Я вообще сначала отмахивалась. Но муж чувствовал, что впереди непростые времена, и оказался прав. А я злилась. Я столько лет строила свою жизнь, а теперь просто взять и уехать? Но потом стала смотреть иначе. Я была вымотана. В Москве либо работаешь без остановки, либо выживаешь. Я хотела замедлиться. И ещё дети... Я понимала, что для них в Европе будет больше возможностей. Так что, когда решение приняли, я уже не сопротивлялась.

Первые месяцы во Франции...

Мы приехали в сентябре 2019 года, а уже в январе 2020 начался локдаун. Представьте: новая страна, незнакомый язык, нет друзей, и вдруг — полная изоляция в маленькой квартире. После активной московской жизни это был шок.



Что вы тогда чувствовали?

Чувство, что мир схлопнулся до размеров одной квартиры. Это было не просто страшно, это было удушающе. Мы только-только переехали, не успели даже начать осваиваться, и тут — бах! — закрыли всё. Ты в чужой стране, языка не знаешь, друзей нет, да вообще никого нет, и из дома выйти нельзя.

Была паника?

Была. Сначала я думала: «Ну, недельку посижу, отдохну». Потом месяц. Потом два. И вот уже смотришь в окно и ловишь себя на мысли: «Как бы сбежать отсюда?»

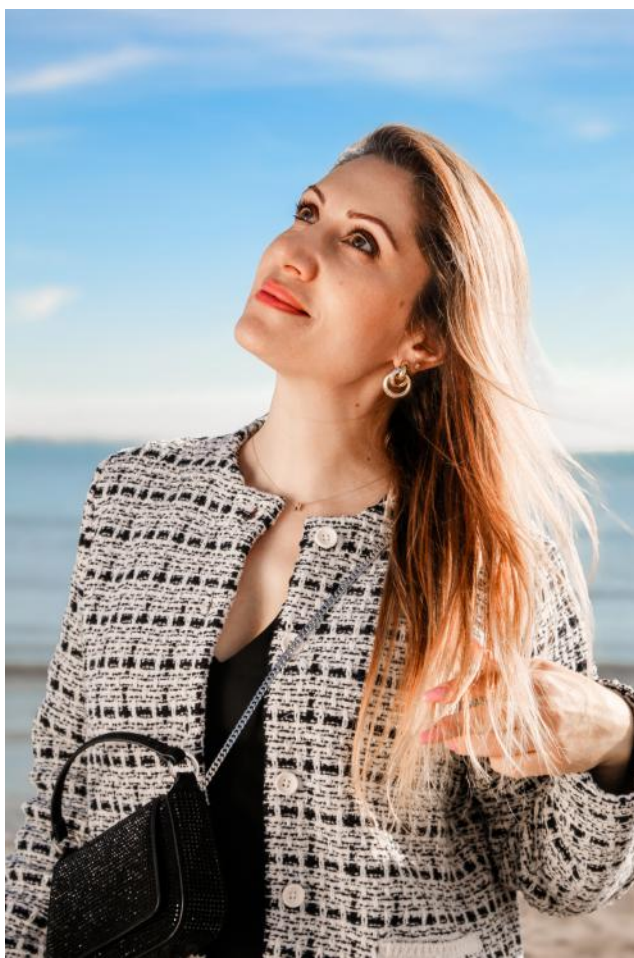
Я впервые почувствовала, что страна заботится о своих людях.

Не было желания махнуть рукой и вернуться?

Было! Постоянно. Казалось, что в Москве всё привычное, знакомое, родное. Но потом я понимала: даже если вернусь, там тоже всё изменилось. К тому же, мои подруги, которые в Москве занимались бьюти-бизнесом, после пандемии потеряли всё. Они продолжали платить аренду, не работая, брали кредиты, чтобы просто удержаться на плаву. Здесь, во Франции, государство нас поддержало. Почти год я не работала, но мы не нуждались. Я впервые почувствовала, что страна заботится о своих людях. И тогда я подумала: «Да, тяжело. Да, мне хочется домой. Но здесь у меня есть будущее». Так что я стиснула зубы и решила: нет, назад я не поеду.

Как вы вернулись к работе? Это была удача или продуманная стратегия?

После месяцев безделья мне казалось, что я задыхаюсь. В мае 2020-го ограничения начали снимать, и я просто выложила фото своих работ в русскоязычные группы Facebook. Уже в июне ко мне записалась первая клиентка, а дальше сработало “сарафанное радио”. Клиенты начали находить меня сами. Вначале были и случайные, но почти все оставались. Так что скорее это была удача, помноженная на настойчивость.



Блонд — моя зона абсолютного комфорта.

Говорят, что блондинки Монпелье доверяют вам свои волосы как никому другому. Почему именно блондинки?

О, это отдельная история! В Москве я много лет работала именно с осветлёнными волосами. Славянский тип волос — тонкий, нежный, капризный, и важно не только достичь идеального оттенка, но и сохранить качество. Я знаю, как сделать блонд естественным, как избежать желтизны, как добиться того самого “дорогого” эффекта. Южные француженки — совсем другая история. Их волосы плотнее, гуще, насыщены пигментом, и осветлять их сложнее. У меня есть своя система работы с такими волосами. Блонд — это моя зона абсолютного комфорта.

А были моменты, когда что-то шло не так?

Конечно, а у кого их не было! Однажды администратор перепутала краски и положила красный тюбик в упаковку от блонда. Я, не заглядывая внутрь, нанесла состав на волосы клиентки... И тут вижу: цвет начинает уходить в красный!

Паника?

Нет, ментальный план спасения! (смеётся) Я тут же смыла краску, пока пигмент не впитался. Всё исправила за несколько минут, клиентка, возможно, ничего и не заметила. Но урок запомнила: теперь проверяю каждую упаковку трижды!

А история, которую теперь вспоминаете со смехом?

Как-то ко мне пришёл мужчина, и с первых минут я поняла: что-то с ним не так. Он вёл себя странно, был раздражён. Но стрижка вроде началась нормально... пока он внезапно не заявил, что сейчас сам возьмёт машинку и побреет меня наголо.



Что?!

Вот и я подумала: “Что?!” Я, конечно, мастер своего дела, но в драку с клиентами не вступаю. Я тихонько отошла, вышла к администратору и сказала, что работать дальше не буду. С ним как-то разрешили ситуацию, но я потом еще неделю ходила по улицам, озираясь по сторонам.

Но он больше не появился?

Нет! И слава богу. (смеётся)

Как эмиграция изменила вас?

Я не скажу, что переезд перевернул мою жизнь, но он точно показал, что я сильнее, чем думала. Когда ты остаёшься один на один с новой реальностью, без привычного круга общения, без возможности объясниться — ты либо сдаёшься, либо учишься заново. Я выбрала второе.

Что оказалось самым сложным?

Языковой барьер. Я привыкла к свободному общению, а тут не могла даже выразить простую мысль. Чувство беспомощности было жутким.

Как справились?

Как всегда — через действие. Курсы, практика, окружение. В какой-то момент страх исчез. Сейчас я уже не чувствую себя скованной языком, но этот период запомнился очень ярко.

Переезд показал, что я сильнее, чем думала. Ты либо сдаёшься, либо учишься заново. Я выбрала второе.

Что изменилось в вашем подходе к работе во Франции?

В начале я думала, что во Франции, как и в Москве, важнее всего просто набрать клиентов, работать, строить базу. Но быстро поняла, что это ошибка: работа с волосами — это не просто услуга, а контакт. Если клиент тебе не подходит энергетически, процесс превращается в тяжёлую ношу. Теперь я выбираю людей, с которыми мне комфортно, и это делает работу намного приятнее.

Что вас до сих пор удивляет во французах?

Их терпение! В России все спешат, ругаются в очередях, нервничают. А здесь — стоишь полчаса на кассе? Ну и ладно. Подал документы? Жди. Годами. Это нормально! Я до сих пор не могу к этому привыкнуть, но учусь у них этому спокойствию.

Чем жизнь на юге Франции отличается от Москвы?

Москва — моя любовь, но здесь (в Монпелье) солнце круглый год. Там я уставала от серости и долгих зим. А тут открываешь глаза — и видишь голубое небо. Это заряжает!

Какие приятные открытия вас ждали?

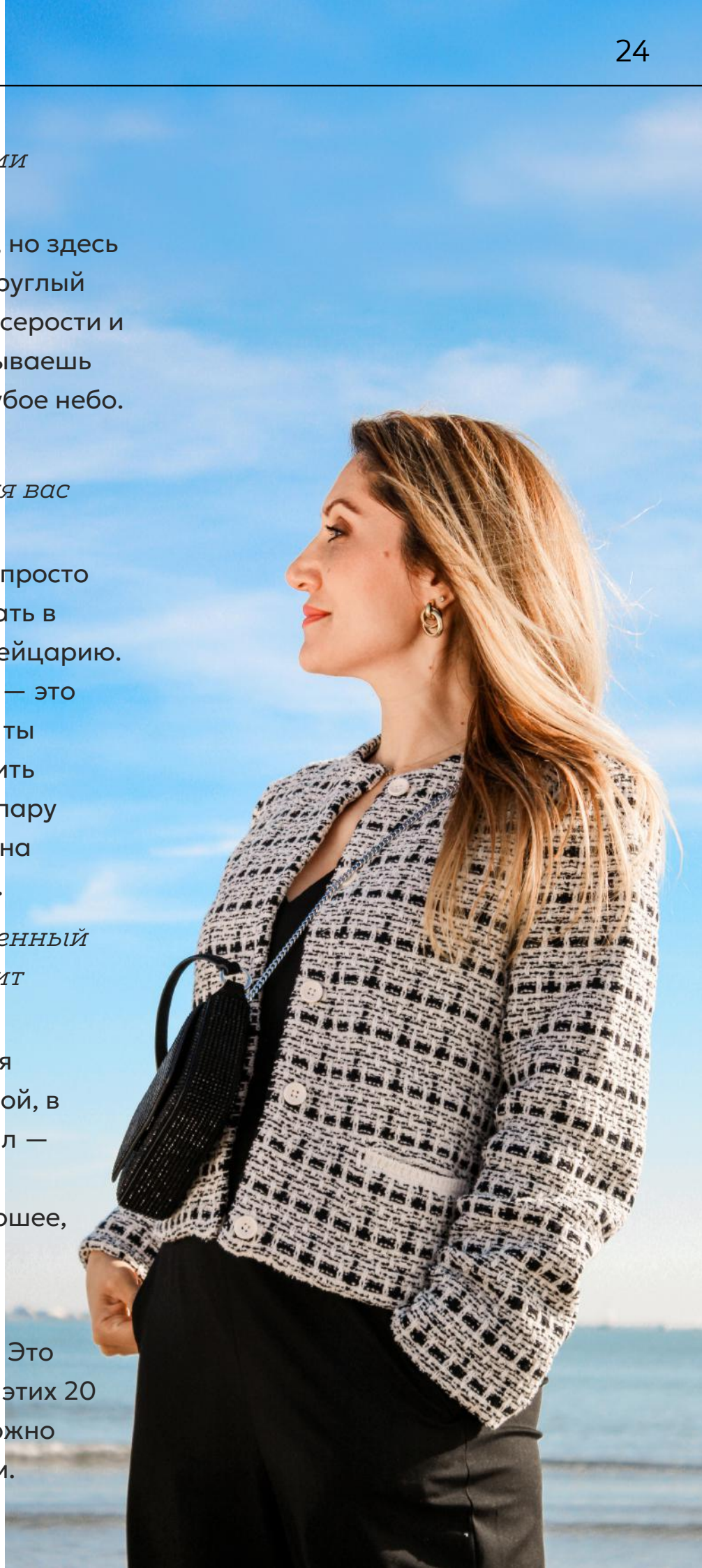
Свобода. Здесь я могу просто сесть в машину и поехать в Италию, Испанию, Швейцарию. В Москве путешествия — это дорого и сложно, а тут ты просто решаешь сменить обстановку — и через пару часов уже пьешь кофе на итальянской площади.

Есть ли в вашем дне особенный момент, который приносит радость?

Вечер. Когда все спят, я остаюсь наедине с собой, в тишине. Это мой ритуал — подвести итоги дня, поблагодарить за хорошее, отпустить ненужное.

Похоже на медитацию?

В каком-то смысле, да. Это моя перезагрузка. Без этих 20 минут мне было бы сложно выдерживать мой ритм.



Если бы вы могли встретить себя только что приехавшую, что бы вы ей сказали?

“Не бойся. Всё получится.” Да, будет трудно. Да, захочется всё бросить. Но ты справишься. Это не первый вызов в твоей жизни, и ты пройдёшь его, как проходила все предыдущие. Главное — верь в себя.

А если бы можно было что-то изменить в своём эмигрантском пути? Может, меньше переживали бы из-за мелочей?

Честно? Нет. Ничего бы не поменяла. Любая сложность, любая неудача — это не просто испытание, а урок. Да, были моменты, когда я плакала от усталости, когда казалось, что больше не выдержу. Но именно эти моменты сделали меня сильнее. Если бы что-то изменить, я, возможно, не стала бы тем, кем являюсь сейчас.



Если бы вы описали свою историю тремя словами, какими они были бы? И почему?

Терпение, осознание, принятие. Терпение — потому что я прошла через многое и научилась ждать своего часа. Осознание — потому что в 40 лет я увидела свою жизнь иначе, переосмыслила всё, что было. А принятие — потому что я отпустила прошлое, перестала держаться за ненужное и научилась жить с лёгкостью.

Что бы вы посоветовали тем, кто только собирается начать свой путь эмиграции?

Эмиграция — это вызов, но и возможность. Она не для слабых, но делает сильнее. Не ждите, что будет легко. Будут моменты, когда вы скажете: “Зачем я это сделал?” Будет страх, одиночество, сомнения. Но помните: каждая сложность — это ступень вверх. Не цепляйтесь за прошлое, учите язык, пробуйте, ошибайтесь и пробуйте снова. Главное — настрой и вера в себя. И если вдруг станет тяжело, просто скажите: “Я сильнее, чем кажется”.

Эти два вопроса мы задаём каждому герою нашего журнала.

Чему вас научили французы?

Мне хочется сказать, что французы сделали меня вежливее... но я всё ещё в процессе! (Смеётся.) Они показали, как важны мелочи в общении. Эти *s'il vous plaît*, *merci*, *pardon* сначала казались мне лишними, а теперь я понимаю: это маленькие жесты, которые делают жизнь приятнее. Даже в русском языке я теперь стараюсь чаще говорить «спасибо». И, конечно, их умение наслаждаться моментом. Они могут часами сидеть в кафе, гулять без цели, обсуждать мелочи жизни. А ещё их терпение! Ждать документы три месяца? Ну и что, главное — не нервничать. Учусь!

А чему французы могли бы научиться у вас?

Думаю, у нас бы получился отличный кулинарный обмен! (Смеётся.) Теперь некоторые мои французские знакомые знают, что долма — это не просто блюдо, а традиция. Ну и, конечно, уходу за собой. У нас женщины часто ухожены. Француженки это замечают и всё чаще уделяют этому внимание. Приятно знать, что в этом есть и мой вклад!



narinart555



Жизнь на пороге

*Что, если французы
начнут разуваться?*



Франция — страна, где каждый день может превратиться в праздник: бокал вина, свежий багет и пара-тройка изысканных комментариев о погоде. Но есть одна привычка, которая заставляет приезжих из бывших стран СНГ хвататься за сердце: французы не разуваяются дома. Они спокойно заходят в дом в обуви, словно дверь — это просто условная граница, а не портал между домом и улицей.

Почему французы не разуваются?

На этот вопрос нельзя дать однозначный ответ. Французы могут возразить, что их улицы не такие грязные, как наши заснеженные дворы, где мартовская уличная каша преследует ботинки до двери. Но правда в том, что обувь — это часть образа. Как можно снять туфли, которые завершали твой стильный аутфит, даже если ты уже дома?

И конечно, есть ещё один нюанс: никто не хочет внезапно обнаружить, что утром надел носки с принтом в виде панды. А уж про запахи и говорить не хочется — французы любят свои ароматы, но, видимо, не все они подходят для носков.



Истоки привычки

Дом для французов — это продолжение их непринуждённого стиля жизни. Они предпочитают лёгкость во всём, даже в уборке, ведь кто вообще замечает пыль? К тому же, чистота — это враг иммунитета, как говорится.

Но давайте будем честными: и мы тоже учимся у французов. Заходя в их дома, мы уже не разуваемся по привычке, а проходим прямо в обуви. И хотя это иногда вызывает внутренний протест, в глубине души мы понимаем: уважение к чужим правилам — это ещё одна деталь, которая делает Францию такой особенной.

Если бы французы начали разуваться...

Давайте на минуту вообразим, что разувание стало новым французским трендом. Что бы мы увидели?

Модные коллекции тапочек: на неделе высокой моды в Париже представляют шедевры от Dior, Balenciaga и Louis Vuitton. меховые, шёлковые или с принтами винтажных картин. Креативные бренды выпускают «умные тапочки», которые считают шаги и напоминают о том, что пора отдохнуть.



Ритуал сменки: в гости теперь ходят с дизайнерскими сумками, где лежит не вино, а собственные тапочки. А хозяйева встречают вас словами: «Bienvenue, laissez vos chaussures ici si'il vous plait!»

Блогеры покоряют Instagram: хештег #PantoufleChic (шикарные тапочки) становится вирусным. меховые с подогревом, шёлковые с ручной вышивкой, тапочки-лоферы для самых элегантных. Фото в стильных тапочках в гостях собирают миллионы лайков.



Ковры — главный тренд года: дома превращаются в оазисы уюта с белоснежными коврами, где можно разгуливать босиком, не боясь следов от ботинок.

Смешные истории из жизни

Одна из наших читательниц, привыкшая к чистоте, по прибытию во Францию установила в своём доме правило: обувь снимается на пороге. Сначала это вызвало недовольное перешептывание. Французы, как народ, который дал миру революцию, не могли принять это, хотя бы, без легкого сопротивления. Но французская вежливость победила, и теперь некоторые гости даже приносят свои тапочки.

Итог: спасут ли тапочки мир?

Французы, возможно, и не будут массово разуваться, но их способность уважать чужие правила и приспособляться к новым традициям заслуживает восхищения. И мы, в свою очередь, учимся у них лёгкости и непринуждённости.

А кто знает, может, когда-нибудь французский Instagram захватят фотографии дизайнерских тапочек, а дома станут чуть уютнее. Ну а пока мы можем только фантазировать и продолжать наслаждаться уникальным культурным обменом.

Сама же читательница вспоминает, как впервые пришла в гости к французам. Она привычно начала разуваться у порога, но хозяева в ужасе затормозили её: «Оставьте ноги в обуви, ради бога!» Видимо, они то ли испугались её носков, то ли побоялись, что она подхватит простуду.



Секреты французской простуженности

Французский язык — это не просто способ общения, а целая история мелодии, звуков и... лёгкой простуженности. В нём есть что-то особенное, что пугает новичков: носовые гласные. Эти звуки, которые будто рождаются где-то в пазухах, заставляют нас гадать — это язык или приглашение к визиту к лору?

Что это вообще за зверь — носовые гласные?

Если вы думали, что гласные — это просто «а», «о» и «у», то французский готов вас разочаровать. Носовые гласные звучат так, словно вы одновременно пытаетесь говорить и нюхать букет лаванды. Пример: возьмите обычное «а» и добавьте эффект «носового» шепота. Voilà, вы только что сказали «ан».

Французы используют эти звуки с такой лёгкостью, будто родились с встроенным «нософоном». Для новичков же это похоже на попытку играть на музыкальном инструменте, которого ты даже не видишь.

Почему они это делают?

Истоки носовых гласных уходят вглубь французской истории. Когда-то, в Средние века, их язык звучал совершенно иначе, но благодаря желанию аристократии выделяться (и, возможно, говорить так, чтобы их никто не понял), произношение стало элегантно «нёсить буквы». И это, кстати, работает: попробуйте сказать «bonjour» с носовым оттенком — сразу почувствуете себя на Монмартре с багетом под мышкой.

Кроме того, французский язык обожает экономить на звуках. Вместо того, чтобы сказать длинное слово, как это делают немцы, французы просто превращают его в симфонию носовых гласных. И да, у них это звучит шикарно.

Носовые гласные против новичков: битва века

Учить французский — это как уговаривать кота пойти на прогулку в дождь. Но когда дело доходит до носовых гласных, ситуация становится ещё интереснее.

Пример? Фраза «un bon pain» (вкусный хлеб) звучит как магическое заклинание. Если произнести её неправильно, вы можете случайно сказать «un bon pin» (красивая сосна). Прекрасный выбор для пикника, но явно не то, что вы хотели купить к вину.

Попробуйте произнести «vin» (вино) и «vent» (ветер). Теперь спросите себя: что вы только что сказали? Возможно, вы пригласили друга на бокал ветра или угостили кого-то ветром к ужину. Французы, конечно, оценят ваше старание, но, скорее всего, просто улыбнутся — они привыкли к таким казусам.

Или возьмите «sans» (без) и «cent» (сто). Поменяйте произношение — и вот вы не «без сахара», а «сто сахаров». Если учесть любовь французов к десертам, такой заказ в кафе вызовет скорее восхищение, чем недоумение.

Почему это важно?

Носовые гласные — это не просто звуки, это часть французской идентичности. Они делают язык утончённым, создают музыкальность речи и позволяют отличать одно слово от другого, даже если они звучат почти одинаково. К тому же, это своеобразный барьер для новичков: преодолев его, вы почувствуете себя настоящим знатоком французского.

Носовые гласные — это не просто звуки, это часть французской идентичности.

Итог: любовь через нос

Французский язык — это вызов для слуха, носа и горла. Но если вам удастся приручить эти загадочные звуки, вы получите не только новые фонетические навыки, но и безграничное уважение французов. Ведь только те, кто смог понять носовые гласные, могут считать себя истинными знатоками этого чарующего языка. А если что-то не получится, просто улыбайтесь. Французы ведь тоже не всегда понимают, зачем они говорят именно так.

Красота в деталях: о свадебном стиле, поиске себя и праве на ошибку



Идеальный макияж, безупречная причёска — в свадебном стиле всё должно быть доведено до совершенства. Но путь к нему — это не мгновенный успех, а процесс, пробы и ошибки.

Стилист и визажист Юлия рассказывает, как научиться принимать неидеальность, находить гармонию не только в образах невест, но и в жизни.

Юля, давайте начнём с классики жанра: где родились, чему учились, кем работали?

Я родом из Волжского, Волгоградской области. Там же окончила институт, получила высшее экономическое образование и стала бухгалтером. Но, как это часто бывает, диплом есть, а душа лежит совсем к другому.

К чему именно?

К индустрии красоты. Сразу после института я пошла на курсы по макияжу – это был мой первый шаг в профессию. А потом, работая бухгалтером, поняла, что хочу большего, и записалась на вечерние курсы парикмахерского искусства. Днём – цифры и отчёты, вечером – кисти и творчество. Тогда я ещё совмещала, но уже знала, что рано или поздно полностью уйду в свою стихию.

**Днём – цифры
и отчёты, вечером
– кисти и творчество.**

Ваша первая эмиграция была в Испанию. Почему именно она?

Я не собиралась уезжать. Приехала на свадьбу к подруге – и встретила будущего мужа. Любовь с первого взгляда, спонтанное решение – и я уже живу в Испании. Иногда судьба сама расставляет всё по местам, и я верю, что всё происходит не просто так.

Каким было первое время в Испании? Что оказалось самым непривычным?

Испания полностью выбила меня из привычного ритма. Если в России всё было по плану и дедлайнам, то здесь жизнь текла медленно, в моменте. Магазины закрываются на сиесту, вопросы решаются «потом», а если ты спешишь – это твои проблемы.

Это раздражало?

О, да! Особенно поначалу. Представьте: тебе срочно что-то нужно, а всё закрыто – обед! Или тебе говорят «таñana», что значит «завтра», но на деле – «когда-нибудь».

А что приятно удивило?

Их общительность. Испанцы очень тёплые, открытые, эмоциональные. Они всегда обнимаются, целуются при встрече, даже если знают тебя десять минут. Сначала это было странно: в России всё-таки другие границы личного пространства. А потом я привыкла и поняла, что это их способ выражать симпатию.

Громкость общения – это миф или правда?

Абсолютная правда! Они могут говорить так громко и эмоционально, что кажется, будто сейчас начнётся драка. А на самом деле это просто обсуждение погоды или планов на выходные. (Улыбается.)

После Испании была Франция.

Насколько большим оказался контраст?

Разница огромная. Испания была лёгкой, не требующей доказательств. Я даже без знания языка могла себя чувствовать комфортно. Во Франции всё иначе. Здесь ты должен подтвердить свой статус, квалификацию, место в обществе.

Вы ощутили эту разницу сразу?

Да, особенно в профессиональной сфере. В Испании я могла работать без местного диплома, а во Франции так нельзя. Тут всё по регламенту: хочешь быть парикмахером – иди учись заново, получай сертификаты, подтверждай квалификацию.

А если сравнивать людей?

Испанцы живут по принципу “кайфуй и наслаждайся”, французы – “будь достойным членом общества”. Испанцы могут сидеть в баре до ночи, веселиться, а наутро сказать: “Ну и пусть работа подождёт”. Во Франции к труду отношение серьёзнее. Здесь важны правила, статус, социальное положение.

И что вам ближе?

Мне нравится лёгкость Испании и структурность Франции. Наверное, во всем хороша недостижимая золотая середина.

Юлия, эмиграция — это всегда не только смена страны, но и пересборка себя: где работать, чем заниматься, как встроиться в новую реальность. В Испании у вас уже был бьюти-опыт, но переезд во Францию — это совсем другая история. Как вы искали своё место в новой стране?

Думаю, мало кто с первого раза находит своё дело. Чаще это путь проб и ошибок, который требует времени. Во Франции мне пришлось учиться заново — не потому, что я не умела работать, а потому что здесь так устроена система. Потом я работала парикмахером, занималась созданием бижутерии, пробовала себя в разном. Мне кажется, если ты ищешь себя, ты обязательно найдёшь. Главное — не бояться менять направления, пробовать, двигаться. Потому что дорога открывается только тем, кто по ней идёт.

И этот путь вёл вас к свадебному стилю?

Да, работа с невестами — это особенная сфера. В ней есть место и для творчества, и для психологии, и для глубокого личного контакта. Конечно, это непростая работа, но момент, когда невеста смотрит на себя в зеркало и искренне счастлива — стоит всех усилий.

А как началась ваша история в свадебной индустрии?

Моя первая свадьба — это день, который я не забуду. Я тогда очень нервничала. Помню, как тряслись руки, когда я рисовала стрелки невесте — в какой-то момент они вышли кривыми, и у меня похолодело внутри. Я очень надеялась, что она этого не заметит. Такие моменты бывают у всех. Главное — не заикливаться на страхе ошибок, а продолжать двигаться вперёд. Навыки приходят с практикой.

Мало кто с первого раза находит своё дело. Чаще это путь проб и ошибок, который требует времени.

А ведь у вас ещё и опыт работы на фэшн-съёмках. Это два совершенно разных мира! В чем заключается эта разница?

О, это действительно два совершенно разных подхода! В фэшн-съёмках важна концепция, эффектность, подача. Макияж и причёска могут быть нестандартными, подчеркнута графичными, иногда даже нарочито небрежными — главное, чтобы это соответствовало задумке фотографа и стилиста. Свадьбы — это другой уровень ответственности. Макияж и причёска должны выдержать долгий день, выглядеть естественно и при этом эффектно на фото. И, конечно, здесь гораздо больше ответственности, ведь ошибиться нельзя — есть только проба и сама свадьба.



Как проходит подготовка к свадебному дню?

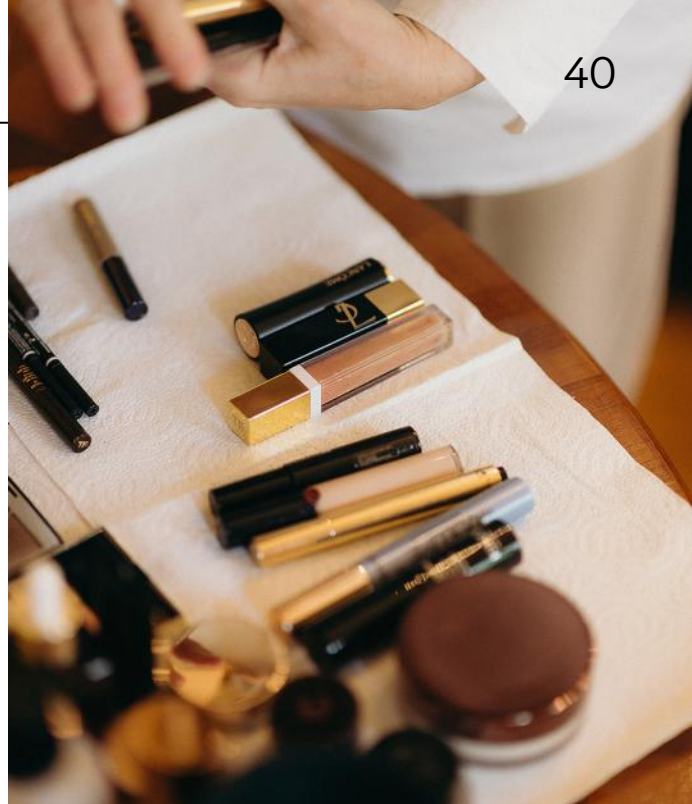
Если у нас была проба, мы заранее проговариваем все детали. Важно, чтобы невеста подготовила кожу и волосы — это влияет на конечный результат. Когда пробы не было, я приезжаю заранее, чтобы разложить материалы, создать комфортную атмосферу. В среднем на образ уходит 2–3 часа. Этот процесс требует внимания к деталям, ведь макияж и причёска должны выдержать долгий день, съёмки, танцы, эмоции.



Какие ошибки чаще всего совершают невесты?

Одна из главных — отсутствие пробы. Конечно, не всегда есть возможность её провести, особенно если невеста живёт далеко. Но я всегда советую хотя бы короткую встречу накануне. Это лучше, чем прийти в день свадьбы с неопределёнными ожиданиями. Также бывает, что девушки приносят фото макияжа, который выглядит роскошно в студийном свете, но в реальности слишком тяжёлый или не соответствует их типу внешности. Важно понимать разницу между реальной жизнью и картинкой из Instagram.

Важно понимать разницу между реальной жизнью и картинкой из Instagram.



А были ли забавные моменты в вашей практике?

Да, их было немало. Однажды свекровь невесты настояла на накладных ресницах — хотя сама невеста их не хотела. Это был неожиданный момент! В итоге компромисс был найден, но ситуация показала, как иногда близкие хотят участвовать в создании свадебного образа. А ещё одна невеста рассказала, что её будущий муж начал повторять все её бьюти-процедуры, которые я ей порекомендовала после пробного макияжа. Даже пилинги! А в день свадьбы он спросил: «Юля, а может быть, ты меня тоже чуть-чуть подкрасишь?» Это было так трогательно.

Были ли у вас стрессовые ситуации на свадьбах?

У меня не было настоящих ЧП, а волнения невест — это нормально. Иногда девушки начинают нервничать, осознавая, что вот-вот выйдут замуж. В такие моменты я стараюсь поддерживать, отвлечь их разговором, создать спокойную атмосферу.

Я даже не осознавала, какая она на самом деле красивая, пока не убрала эту челку.

Что вас больше всего радует в работе?

Искренняя благодарность. Когда невесты пишут после свадьбы, как долго держался макияж, как они были счастливы и сколько комплиментов получили — это бесценно. Именно ради этих моментов я и работаю. А ещё меня приятно удивило отношение англоязычных клиентов. Они часто просят минимальный макияж и укладку, но при этом проявляют невероятное уважение и признательность. Это было для меня настоящим откровением.

А какие моменты в работе запомнились больше всего?

Однажды я забыла записать невесту на пробу в свой календарь. Когда она приехала, я была дома и совершенно не готова. Пришлось за 5 минут собраться и выйти к ней. Это стало уроком: профессионализм — это не только техника, но и умение работать в любых обстоятельствах. А ещё запомнилась история с невестой из Парижа. Когда она пришла ко мне, её лицо было почти полностью скрыто густой челкой. Но когда я сделала причёску и макияж, я не могла поверить, какие у неё прекрасные изумрудные глаза! Я даже не осознавала, какая она на самом деле красивая, пока не убрала эту челку. Иногда неправильная стрижка может скрывать потрясающие черты лица.

У вас трое детей и успешная карьера. Были ли моменты, когда казалось, что вы не справитесь?

Конечно. Особенно когда дети были маленькими. Всё наваливалось разом: учёба, работа, быт. Иногда казалось, что день слишком короткий, а сил не хватает даже на себя, не говоря уже о семье. А ещё чувство вины – оно всегда где-то рядом. Вроде бы ты занимаешься важным делом, строишь карьеру, но в голове всё равно сверлит мысль: "А вдруг я уделяю детям недостаточно времени?"

И что помогло справиться с этим ощущением?

Принятие того, что невозможно быть идеальной везде. Я перестала ругать себя за то, что не успеваю всё сразу, и научилась делегировать, расставлять приоритеты. Стала давать себе передышку и не требовать от себя невозможного.

Баланс – это не статичная точка, а постоянный процесс.

Получается, баланс между работой и семьёй – это нечто достижимое?

Это скорее не статичная точка, а постоянный процесс. Иногда удаётся всё удерживать в равновесии, иногда – нет. Главное – вовремя заметить, когда перевес идёт не туда, и подкорректировать. Я поняла, что если не расставлять границы, можно легко утонуть в рабочих делах и забыть о жизни вне работы. А ведь дети растут, моменты не повторяются. Теперь я стараюсь осознанно переключаться – если работаю, то с полной отдачей, если с семьёй – убираю телефон и живу этим моментом.



Со временем, с опытом, с изменениями в жизни — меняется и профессиональный взгляд. Как эволюционировало ваше понимание профессии?

В начале пути главное — техника, желание сделать идеально. Потом приходит понимание, что работа — это не только результат, но и процесс, взаимодействие с клиентом. Важно уметь слышать, направлять человека, понимать его ожидания, но и знать границы возможного.

Был ли случай, который вас этому научил?

Был случай, когда клиентка хотела локоны на тонких волосах в дождливый день. Я предупредила, что они не продержатся, но уступила. В итоге прическа не сохранилась. Этот момент научил меня чётко обозначать границы возможного и не бояться говорить «нет».

**Дорога к успеху
длиннее, чем кажется,
важно просто идти вперёд.**

Если говорить о средствах и инструментах, чему вы отдаёте предпочтение?

Я работаю только с люксовыми брендами. Для невест важна стойкость, качество, поэтому я выбираю Charlotte Tilbury, Tom Ford, Dior. Консилеры — Dior и Giorgio Armani, помады — Lancôme, Yves Saint Laurent. Для волос — TIGI, укладка с Dyson, GHD и BaByliss. Хорошие инструменты и косметика — это залог идеального результата.

Если бы вы могли вернуться к себе в начале пути, что бы сказали себе?

Не ждать идеального момента, а пробовать, ошибаться, учиться. Дорога к успеху длиннее, чем кажется, но важно просто идти вперёд.

Три слова, которыми вы бы описали свой путь?

Упорство, рост, развитие. Я не боялась сложностей или перемен. Это не история о том, чтобы быть совершенной с самого начала, а о том, чтобы просто действовать.

В каждом интервью мы задаём нашим героям два традиционных вопроса. Чему вас научили французы?

Французы научили меня не быть педантом. Они показывают, что важно жить расслабленно, не зацикливаться на мелочах и наслаждаться процессом. Это, наверное, одно из самых главных изменений в моей жизни. Французы не переживают из-за неидеальности, и это на самом деле освобождает. Я научилась не бояться ошибок, а воспринимать их как часть пути и процесса.



А чему вы, в свою очередь, могли бы научить французов?

Я учу их, что внимание к деталям, гармония и сочетание вкуса — это основа успешной работы. Важно уметь замечать мелочи, которые могут сделать общий образ более гармоничным и стильным. Сочетание вкуса и стиля — это ключ к созданию уникального и индивидуального образа, будь то в макияже, причёске или правильно подобранных украшениях.

Кофе с весной

*На юге Франции цветёт всё,
кроме скуки*



Привет! Твой кофе готов — с лёгкой пенкой или чёрный, как юмор по зиме? Устраивайся поудобнее. Сегодня я расскажу, как юг Франции весной превращается в настоящий цветочный карнавал.

Вишнёвые деревья, розовые облака и золотые поля мимозы — звучит слишком красиво, чтобы быть правдой, правда? А вот и нет. Берём чашку кофе в руки и отправляемся в приключение.

Вишнёвые мечты в Провансе

Когда весна заявляет о своих правах, Прованс первым поднимает свой флаг. Вишнёвые деревья цветут так, что кажется, кто-то щедро раскидал розовые облака по холмам. Если захочется поймать этот момент, направляйся в **Люберон**. Это то место, где можно увидеть, как деревья превращаются в живую пастельную картину.



Особенно красиво в Горде или **Руссильоне**. Там вишни цветут рядом с песчаными утёсами, и ты ощущаешь, будто находишься в декорациях к какому-то французскому фильму, где обязательно играет аккордеон. Если захочется уединения, загляни в **Л'Иль-сюр-ла-Сорг**. Там даже воздух звучит тише — будто весна говорит с тобой шёпотом.

Лучший момент для поездки — конец марта и начало апреля. Хотя, честно говоря, весна свободолюбивая девица, и она может начать раньше или немного задержаться. Так что, если ты заметил розовые деревья, не откладывай, хватай фотоаппарат и отправляйся ловить момент.





Розовый Грасс: праздник для всех чувств

Если вишни — это утонченность, то розы — это страсть. В мае в Грассе, столице парфюмерии, проводится фестиваль роз. И нет, это не просто пара клумб, это целое событие, где каждый уголок города утопает в цветах.

Фонтаны заполняют лепестками, улицы украшают гигантскими букетами, а ароматы окутывают так, что дышать хочется медленнее, чтобы впитать их как можно больше. Местные флористы устраивают настоящие битвы шедевров. Смотришь на эти букеты и не можешь не подумать: «Почему мои растения дома ведут себя как вечные студенты: много воды, мало результата?»

А ещё здесь проходят концерты под открытым небом. Представь, ты танцуешь среди тысяч роз под музыку, и хотя бы на секунду кажется, что жизнь — это не марафон, а вальс.



Мимозовые чудеса Таннерона

И, конечно, мимоза — абсолютная королева весны. Если бы цветы соревновались за олимпийское золото, мимоза собрала бы все медали — за блеск, яркость и способность превращать любой пейзаж в солнечное чудо.

Таннерон, горный массив недалеко от Канн, расцветает золотым океаном. Это не просто красиво, это будто флора и магия сговорились создать что-то неземное.

Борм-ле-Мимоза — это маленькая деревушка, где весна выглядит как открытка из другой реальности. Узкие улочки, словно готовая фотозона, маленькие кафе с ароматом свежих круассанов и мимозы, и этот непередаваемый покой, который можно найти только здесь. Возвращаться сюда хочется так, будто тебя тянет магнолия весенних воспоминаний.



Весна на юге Франции — это не про спешку. Это про то, чтобы остановиться, вдохнуть аромат роз, увидеть, как свет играет на золотых лепестках мимозы, и заметить, как тихо падают лепестки с вишнёвых деревьев. А ещё это про нас с тобой, чашку горячего кофе и разговоры, которые никогда не закончатся. Ну что, допиваем кофе и едем смотреть весну?

Весна во Франции — это не только цветущая вишня, но и шумной поступью надвигающийся налоговый сезон. Для эмигрантов, впервые столкнувшихся с французской системой налогообложения, это может стать настоящим испытанием. Но не бойтесь: мы разложим всё по полочкам и добавим немного юмора, чтобы вы смогли справиться с этим, сохранив спокойствие и здравый смысл.

**Налогов
во Франции
без паники**

Кто должен платить?

Если ты проживаешь во Франции больше 183 дней в году, поздравляю — ты налоговый резидент! Это значит, что французская налоговая с радостью ждёт от тебя отчёта о доходах со всего мира. Неважно, работаешь ты в Париже или сдаёшь квартиру где-нибудь в Москве, — если ты здесь, налоги платить придётся.

Но, если ты живёшь в другой стране и только изредка заезжаешь на Лазурку, чтобы понежиться на солнышке, то платить нужно только с доходов, связанных с Францией. Например, сдаёшь виллу на Airbnb? Ну, тогда готовься делиться.

Во Франции есть налоги на любой вкус:

Подходный налог

Прогрессивный, от 0% до 45%. Чем больше зарабатываешь, тем больше делишься.

Налог на недвижимость

Если у тебя есть собственный уголок в Провансе, придётся немного заплатить за эту красоту. Новички радуются двум годам освобождения от налога на новостройки, а опытные владельцы только вздыхают.

Налог на роскошь

Только если твоя недвижимость стоит больше 1,3 млн евро. Ну а вдруг?

Социальные взносы

Эти 17,2% от вашего дохода отправляются на медицинское страхование, пенсии и пособия. Сначала вы будете недоумевать, куда уходят такие суммы, но потом, записавшись к врачу за 25 €, поймёте, что система работает.

Налог на прирост капитала (Taxe plus-value)

Продаёте дом или другие активы с прибылью? Придётся отдать около 30%. Правда, если владеете недвижимостью больше 30 лет, этот налог вам больше не страшен.

*И это ещё не всё,
но для начала хватит,
правда?*

Как подать декларацию?

Первый раз всегда страшно

Впервые подаёте декларацию? Придётся выйти из дома (да-да, онлайн это не сделать). С собой возьмите паспорт, договор аренды или свидетельство о праве собственности на жильё и банковский RIB. Заполните форму SIP (для резидентов) или SIPNR (для нерезидентов). Вам присвоят налоговый номер, и с этого момента начнётся ваше знакомство с системой.

Онлайн-волшебство

На сайте impots.gouv.fr можно подать декларацию, не выходя из дома. Всё максимально автоматизировано: вы проверяете предварительно заполненные данные, добавляете свои доходы и, главное, вычеты (о них чуть ниже).

На бумаге

Романтично, но чуть дольше: заполните форму CERFA 2042 и отправьте в налоговый офис. Через несколько месяцев вам придёт уведомление о сумме налога.

Сроки подачи

Обычно декларации подаются в мае-июне. Сроки зависят от вашего региона, поэтому уточните заранее, чтобы избежать штрафов.

Как оплачивать налог?

После обработки декларации налоговая пришлёт уведомление с суммой. Для тех, кто подаёт онлайн, деньги обычно списываются в три этапа: в июле, сентябре и декабре. Если сумма превышает 300 €, платёж можно разделить на части. Бумажные декларации обрабатываются дольше, и оплата производится через банк, чек или наличные.

А можно меньше платить? Конечно, можно! Вычеты во Франции

Расходы на семью

Алименты, расходы на содержание детей и даже поддержка родственников за границей (с подтверждающими документами) могут уменьшить ваш налог.

Благотворительность

Пожертвования в фонды и политические организации также идут в зачёт. За пожертвование до 700 € можно получить приятный вычет.

Медицинские расходы

Частная страховка и определённые виды лечения тоже попадают в эту категорию.

Документы всегда наготове!

Сохраняйте чеки, квитанции и другие подтверждения расходов в течение 3 лет. При подаче онлайн система их не требует, но налоговая может попросить позже.

Профессиональные расходы

Если вы ездите на работу, проходите обучение или покупаете рабочую одежду, всё это можно указать в декларации.

Инвестиции в жильё

Установили солнечные батареи или лифт для пожилых родственников? Государство оценит.



Семейная декларация: всё за одного, и один за всех

Франция поощряет семейные ценности через систему “долей” (parts fiscales). Взрослый — 1 доля, первый и второй ребёнок — по 0,5 доли, а с третьего ребёнка начинается “джекпот” — по целой доле. Чем больше долей, тем ниже ставка налога.



Где найти помощь, если налоги — это тёмный лес?

Во Франции работают компании, которые консультируют по налоговым вопросам на русском языке. Они готовы не только объяснить, но и взять часть забот на себя. Вот несколько надёжных вариантов:

Europe Lawyer

Эта команда поможет разобраться с налоговыми законами, подготовиться к проверкам и даже сопровождает вас на встречах с налоговой инспекцией. Если вы не уверены, какие вычеты вам положены, или просто хотите избежать ошибок, обращайтесь сюда.

France Office

Это отличное решение для тех, кто ищет комплексный подход. Команда предоставляет консультации, помогает с бухгалтерией, аудитом и отчётностью. Они знают особенности работы с клиентами из СНГ, так что вам будет комфортно. Примечание: В их штате есть русскоязычные специалисты.



Cofrance

Если нужно заполнить декларацию, проанализировать международные налоговые соглашения или защитить свои интересы в налоговом споре, эти специалисты вам точно пригодятся.

Slash Avocats

Здесь вы найдёте юристов, которые консультируют не только по налоговым вопросам, но и по корпоративному праву. У них есть опыт работы с клиентами из России и СНГ, а ещё они говорят на нескольких языках, включая русский и английский. Плюс: Отличный вариант, если у вас сложный бизнес-вопрос.

Francline

Эта компания предлагает фискальное представительство во Франции, помощь с налоговыми отчётами и даже поддержку в возврате НДС. Они официально аккредитованы в налоговых органах Франции, что внушает доверие.

И напоследок: расслабьтесь

Да, французская налоговая система — это лабиринт, но с правильной подготовкой она перестаёт быть страшной. А если у вас всё ещё остались сомнения, сделайте глубокий вдох, выпейте бокал вина и помните: даже в самых сложных ситуациях есть выход (и часто он ведёт к консультанту).

Снести старый дом и начать строить новый

снести старый дом
и начать
строить
новый



Представьте: вы стоите на пороге в неизвестность. Чемоданы уже собраны, родные махнули рукой на прощание, а впереди — страна мечты, где всё будет иначе. Эмиграция кажется чем-то вроде большого приключения, захватывающего, но пугающего. И вот вы летите в это будущее, но реальность, как это часто бывает, чуть сложнее ожиданий.

Эмиграция — это не просто переезд. Это как снести старый дом, в котором вы прожили всю жизнь, и начать строить новый на совершенно незнакомой земле. Старые опоры исчезают: привычный язык, друзья, вкусные пирожки в той самой пекарне на углу. А новые ещё нужно найти, выстроить свою жизнь и научиться доверять.

Утраченные опоры

Переезд ломает привычное ощущение себя. В новой стране ваши дипломы, опыт, заслуги, которые раньше определяли, кто вы, больше не имеют значения. «Я работала руководителем отдела маркетинга в крупной компании, — делится Ольга, — а тут мыла посуду и продавала мороженое с единственным словом “бонжур” в арсенале. Я чувствовала себя никем».

Это реальность, с которой сталкиваются многие эмигранты. Новая работа, часто не соответствующая квалификации, языковые барьеры и непонимание со стороны окружающих становятся повседневностью. «Коллеги смеялись надо мной, покупатели смотрели с раздражением, а я просто молчала, чтобы не разрыдаться посреди смены», — продолжает Ольга.



Эмоциональные качели

Первый год эмиграции часто становится самым тяжёлым. Сначала вы в восторге от всего вокруг: французский багет, утренний рынок, ароматный кофе в крошечной кафешке. Но через какое-то время начинаешь замечать, что улыбки официантов не всегда искренни, что график работы магазинов кажется абсурдным, а шутки на французском языке — вообще вне понимания. Эйфория сменяется тоской, а тоска перерастает в отчаяние. Одна женщина признавалась: «Я каждый месяц собирала чемодан и была готова вернуться домой. Только разговоры с подругой, преодолевшей адаптацию, помогали мне продержаться. Она убеждала меня, что это временно, как простуда: нужно просто пережить».



Язык как отдельный вид пытки

Язык — это испытание на выносливость. Сначала ты гордо выкрикиваешь «бонжур» в магазине, а через минуту кассир отвечает так быстро, что кажется, будто он пытается тебя заколдовать. «Каждый раз, когда я открывала рот, — вспоминает Ольга, — на лицах людей появлялась смесь усталости и сочувствия. Но знаешь, это закаляет. Теперь мне не страшно объяснить что-то даже в Китае жестами и улыбкой».

Находиться в обществе, где все говорит на языке, который ты ещё учишь, — отдельный квест. Ты слушаешь, стараешься понять, но фразы звучат как магическое заклинание. Хочешь что-то добавить в разговор, но выходят только простенькие фразы уровня «я есть», и в ответ — дружелюбные улыбки или пожатие плечами. «На своём языке я бы выдала такую речь, что все аплодировали бы стоя, — вспоминает одна героиня. — А тут лепечешь, как первоклассник, и чувствуешь себя лишним».



Но время работает на вас. Со временем вы начинаете улавливать смысл фраз, вставлять удачные реплики, а однажды даже смеяться шутке — и понимаете, что этот язык больше не пытает вас, а становится вашим союзником.

Потеря старого — шанс на новое

Эмиграция — это не только потери, но и возможности. Она заставляет искать новое, когда старое уже не работает. Один эмигрант рассказывал: «Я никогда не думал, что стану заниматься тем, чем сейчас. Если бы я остался дома, я бы продолжал работать на той же работе. Но тут мне пришлось искать себя заново, и я нашёл дело, которое по-настоящему люблю».

Для многих эмигрантов переезд становится поворотным моментом. Люди открывают в себе таланты, находят призвание, начинают карьеру с нуля и добиваются успеха в совершенно неожиданных областях.

Как справляться?

Эмиграция — это история не только про утраты, но и про приобретения. Да, трудно. Да, иногда хочется всё бросить и уехать обратно. Но важно помнить, что это процесс, и у него есть свои секреты.

- **Не бойтесь просить о помощи.** Во Франции много русскоязычных консультантов и сообществ. Антон советует: «Вступите в локальные группы в соцсетях. Там можно найти не только поддержку, но и полезные советы — от поиска работы до рецептов борща в условиях французских супермаркетов».
- **Создавайте новое окружение.** Пусть оно будет интернациональным. Найдите людей, которые тоже живут в переходе между культурами. Вы удивитесь, как много у вас общего.
- **Примите свою уязвимость.** Это нормально — чувствовать себя потерянным. Вы учитесь жить заново, и это требует времени.



Итог: как стать своим в чужой стране?

Эмиграция — это как учиться ездить на велосипеде. Сначала страшно, потом сложно, а потом вдруг понимаешь: держишь равновесие. Марина рассказывает: «Сейчас я иногда забываю, что раньше мне было так тяжело. Я завела друзей, научилась печь тарт татен и наконец-то разобралась, как работают французские налоговые вычеты».

Эта статья — напоминание: вы не одиноки. Все, кто когда-либо делал этот шаг, знают, что вы чувствуете. И, что самое главное, они знают, что однажды вы проснётесь утром и поймёте: вы дома. Да, в другом доме, но он теперь ваш.

***Однажды вы проснётесь утром
и поймёте: вы дома. Да, в другом доме,
но он теперь ваш.***



Гардероб на новом месте:



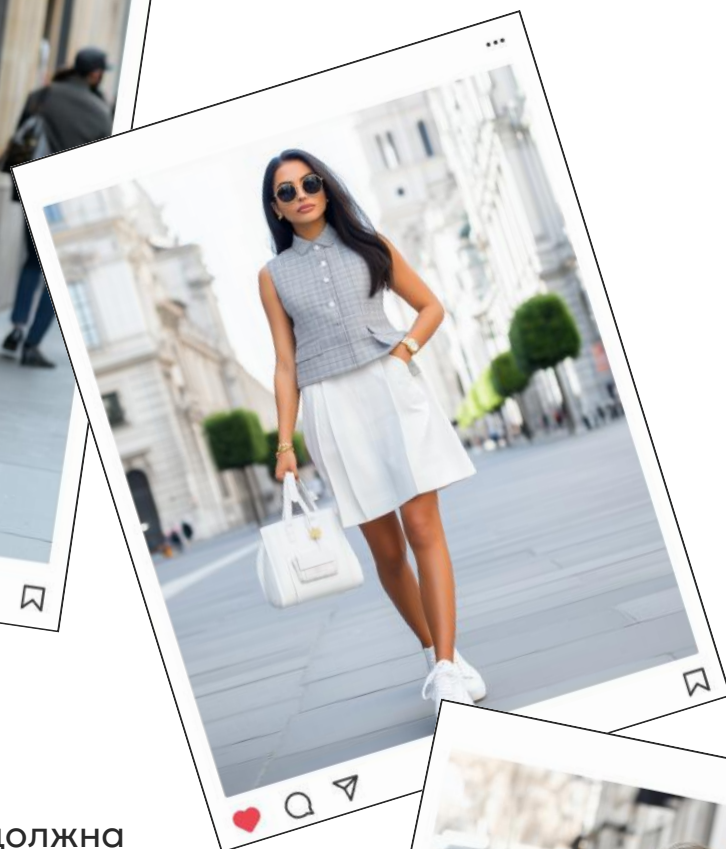
комфорт, стиль и немного Франции

Каблуки на брусчатке и свобода в одежде

Ты переехала на юг Франции. Открываешь окно, вдыхаешь свежий воздух с нотами лаванды и багета. Кажется, всё складывается идеально. Но вот ты надеваешь любимые шпильки,ходишь на улицу — и через пять минут понимаешь: булыжники старых улочек не прощают ошибок. Или ты мужчина, привыкший к удобному пуховику, но вдруг замечаешь, что здесь в ходу элегантные пальто и идеально повязанные шарфы.

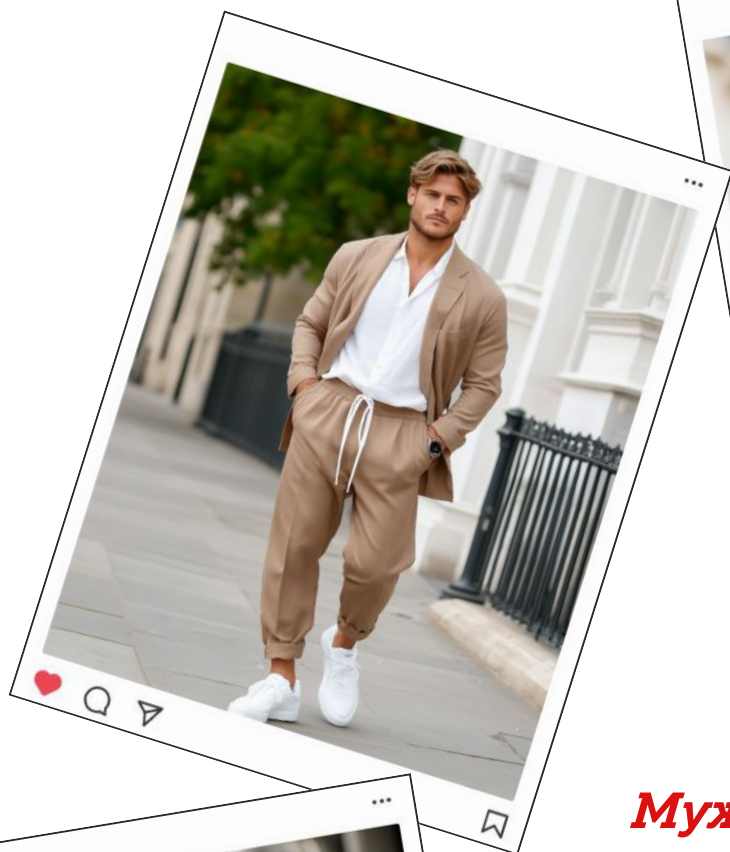
Юг Франции — это легкость и естественность. Главное правило стиля здесь — выглядеть так, будто ты вообще не старалась выглядеть стильно. И это не про небрежность, а про внутреннюю уверенность. Стиль здесь не кричит, он говорит мягко и с достоинством.

Как одеваются французы?



Женщины

Во Франции красота не должна приносить дискомфорт. Здесь не принято жертвовать удобством ради эффектного образа. Высокие каблуки? Только для особых случаев. Ежедневная база — кеды, джинсы, свободные рубашки, структурированные жакеты и мягкие кашемировые свитера. Главное — вещи должны сидеть идеально, но не сковывать движений.



Мужчины

Французские мужчины носят кеды так, будто только что сошли с рекламного постера Dior. Их стиль — это баланс между расслабленностью и безупречной подачей. Они не боятся аксессуаров, будь то шарф из шерсти мериносоа или классические часы. В этом секрет их уверенности — они не переигрывают, но всегда выглядят уместно.

Как адаптироваться?

Оставь только то, что носишь с удовольствием

Перебери гардероб: узкие платья, неудобные каблуки, вещи, которые жмут или требуют постоянных поправок, могут остаться для особых случаев. Одежда должна работать на тебя, а не ты — на неё.

Комфорт — это не про пижаму

Можно выглядеть стильно, даже если ты в кроссовках. Главное — правильные материалы, крой и сочетания. Универсальные базовые вещи из качественных тканей создают тот самый effortless chic, который ценят французы.

Найди свой баланс

Не стоит слепо копировать местных, но и игнорировать их стиль не нужно. Найди тот уровень элегантности, в котором тебе комфортно. Франция — это про индивидуальность, а не про следование шаблонам.

Итог: стиль начинается с внутреннего ощущения



Настоящий стиль — это когда одежда подчеркивает твоё настроение, а не становится источником дискомфорта. Если ты скована, если думаешь, как бы не упасть на каблуках или не поправлять блузку, то никакой образ не будет выглядеть естественно. Стиль — это свобода. Позволь себе выглядеть красиво и чувствовать себя комфортно. Тогда твой образ будет говорить за тебя.

*Давайте создавать журнал вместе!
Вместе мы сделаем 'Нить' ещё теплее и ближе*

Флэшмоб сезона: весенние хвосты

Снимите, как ваши (или чужие) питомцы радуются весне: собаки на лужайках, кошки среди цветов, птицы в солнечных лучах. Лучшие фото попадут в журнал с вашим именем и ссылкой на ваши соцсети!

[Принять участие](#)

Разбор стиля: покажи свой лук!

В поиске своего стиля? Присылай фото своего лука — повседневного или экспериментального. В следующем номере наш стилист выберет два образа для разбора. Так что, кто следующий fashion-герой?

[Отправить лук](#)

Где мы встречаемся?

Организуете классную встречу или мероприятие? Присылайте нам анонсы. Всё, что не успело попасть в номер, окажется на сайте и в соцсетях. Мы тут, чтобы помочь нам найти друг друга.

[Посмотреть мероприятия](#)

[Отправить анонс](#)

“Что? Где? Как?”

Здесь нет глупых вопросов — только ваши! Делитесь своими “как это работает во Франции?” Мы ответим, разберёмся и расскажем.

[Задать вопрос](#)

Станьте автором Нити!

У вас есть идея для статьи? Хотите, чтобы о чём-то написали? Делитесь! Наша редакция обожает вдохновляться вами.

[Отправить идею](#)

