

ЛЮДЯМ О ЛЮДЯХ. ИНТЕРЕСНО. ПОЛЕЗНО. МОДНО.

16+

ISSN 2523-4994

Teens & **people** magazine

2 (21) май-июнь 2020

Измени свою
жизнь с Qnet
стр. 30

*Анна
Кудрявцева*

88,9 FM

RADIO CITY

РИТМ НАШЕГО ГОРОДА

г. Алматы, ул. Улугбека, 406
+7-727-315-24-15

РАДИОСТАНЦИЯ RADIO CITY
Instagram: radiocityalmaty

► OVER THE NUMBER WORKED

EDITORIAL STAFF

Chief Editor
Chief editor assistants

Alexandr Grebennikov
Aset Isabaev
Dmitry Andreev

Production editor
Editor
Art Director
Copy editor

Vitaly Kirsanov
Serzh Sivansky
Valeria Maksimenko
Irina Dmitrova

Photographers

Vitaly Kirsanov
Alexandr Sahar
Anastasia Vlasova
Jora Abramov

PR-manager

Marina Butrym

ADVERTISING

Sales Managers

Mariyam Issaeva

Advertising executives

Adiya Toigambaeva
Nargiza Bakieva
Asylkhan Rakhmetov

► НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ

РЕДАКЦИЯ

Главный редактор
Ассистенты главного редактора

Александр Гребенников
Асет Исабаев
Дмитрий Андреев

Выпускающий редактор
Редактор
Арт-директор
Корректор

Виталий Кирсанов
Серж Сиванский
Валерия Максименко
Ирина Дмитрива

Фотографы

Виталий Кирсанов
Александр Сахар
Анастасия Власова
Жора Абрамов

PR-менеджер

Марина Бутрым

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ

Руководитель отдела продаж

Марьям Исаева

Менеджеры по работе с клиентами

Адия Тойгамбаева
Наргиза Бакиева
Асылхан Рахметов

Рекламная служба
+7-727-339-89-86
marketing@tpeople.kz
Отдел распространения
pr@tpeople.kz

Журнал «Teens and People» № 2 (21) май-июнь 2020 г.
Периодичность 1 раз в два месяца.
Разрешено к чтению и распространению для взрослых и для детей, достигших шестнадцати лет.

Собственник/издатель: ИП А-Press Гребенников А.Н.
Свидетельство о постановке на учет журнала «Teens and People» № 16030-Ж от 09.06.16 г.

Зарегистрированный тираж 5000 экз.
Редакция: г. Алматы, ул. Жамбыла, 94.

+7-727-339-89-85
director@tpeople.kz
www.tpeople.kz

Отпечатано в типографии:

ТОО А-Три Принт, г. Алматы, ул. Макаатаева, 127/3
www.a3print.kz

Распространяется бесплатно на территории г. Алматы. Ответственность за содержание рекламных блоков несет рекламодатель. Редакция журнала «Teens and People» в материалах не дает оценку чему-либо, а лишь выражает свое мнение. По вопросам и претензиям: director@tpeople.kz
+7-727-339-89-85 www.tpeople.kz



В выпуске:

34 **Кулинарные девичники**

46 **Главный тренд**

62 **Что такое бонбоньерка**

71 **Спецпроект Natural**

104 **Пение - моё хобби**

118 **Plus Model**

128 **Профессионал о дизайне**

K-models

МОДЕЛЬНАЯ СТУДИЯ

Instagram: kmodels.studio
model: Corinne Kiangala



ЛИЦО С ОБЛОЖКИ

Lifestyle блогер

Блогер Анна Кудрявцева поделилась историей популярности своего блога, который она ведет в Инстаграме. В беседе мы затронули такие темы, как здоровый образ жизни, вдохновение, создание контента и поддержка.

Анна, помните ли вы, с какого момента началась ваша блогерская жизнь в Инстаграме? Какой пост получил самый оживленный отклик, после которого вы решили: «Да, я буду вести свой блог»?

– Свою страницу я создала в 2013 году. Тогда это был больше альбом для фотографий

на память. Сам же блог «родился» тогда, когда я родила дочь, то есть полтора года назад. Находясь в декрете, я стала делиться своими знаниями и опытом. Тогда я получила огромный отклик от подписчиков, стала изучать свою целевую аудиторию и поняла, что многим женщинам полезны пройденные мной обучения.

– Кто поддержал вас в ваших начинаниях? Был ли какой-то пост, после которого вы точно решили, что будете вести свой блог?

– Я помню, мы сняли пародию на популярную песню группы Little Big – Skibidi. В этом ролике участвовала вся моя семья, даже мой кот.

Монтаж мне помог сделать муж, кстати, многолетний опыт работы на телевидении пригодился ему при создании моей страницы. После мне позвонили почти все мои родные и знакомые, когда увидели этот ролик. Вот этот пост, выложенный в Инстаграме, стал знаковым для меня.

– Пишете ли вы контент-план? И необходим ли он в лайфстайл-блогинге?

– Весь свой контент я стараюсь планировать заранее, иначе бы мой блог перестал быть популярным. Для интернет-магазинов и коммерческих аккаунтов он необходим как воздух, а для меня, как для лайфстайл-блогера, он желателен.



– У вас много постов на кулинарные темы. Вы делитесь со своими подписчиками только проверенными рецептами? Какие рецепты пользуются популярностью?

– Да, я делюсь только проверенными рецептами, поэтому и записываю видеорецепты, а не просто публикую фотографии. Большой отклик получил ролик за рецепт



приготовления блюда в горшочках. Именно рецепты о правильном питании пользуются наибольшим спросом.

– Сейчас наше время переживает бум на натуральность. Как вам удастся выглядеть прекрасно? Откуда черпаете энергию?

– Прекрасно выглядеть мне помогает мой муж: он сертифицированный массажист по технике массажа Корути. Это безопасная пластика лица, которая помогает выглядеть красиво и ухоженно без уколов. Что касается энергии: ее я черпаю в

наших горах и делюсь ей на своей странице. А пройдя обучение у Мади Бекдаира, я решила для себя, что натуральный цвет волос и естественность в принципе всегда в моде.

– Когда человек становится популярной личностью, случается, что на него сваливается некая критика из интернета. Бывало ли у вас такое? И как вы с этим справлялись?



– Критика ранит только тогда, когда попадает в уже существующую рану. Если же критика попадает в здоровое место даже много раз, то ничего плохого не происходит. Обида и боль от критики возникает, потому что мы не умеем смеяться над собой, слишком много и крайне серьезно думаем о себе.

– *Удается ли вам выдерживать некий баланс между работой и семьей?*

– Инстаграм для меня не работа. Я не гонюсь за числом подписчиков, и каждый день стараюсь чистить массфолл, чтобы моя аудитория не пропустила новый пост. Также я не беру много рекламы. Инстаграм для меня – это хобби, дело для души. Я работаю с 9:00 до 18:00 как обычный человек. Ответ заключается в том, что у меня есть поддержка семьи.

– *Не можем не поговорить о вашей*

награде на People Awards: вы получили статуэтку за «Лучший lifestyle блог». Какие были ваши ощущения? Что изменилось после вручения премии?

– Мои ощущения были самыми положительными, так как я почувствовала огромную поддержку со стороны моих подписчиков. Эта награда вывела меня на новый уровень: я приняла участие в международном фестивале трансформации в качестве спикера. Решила для себя, что буду делиться информацией, касающейся Инстаграма, потому что эта тема сейчас актуальна. Так как я постоянно развиваю свой блог, создаю маски для stories, постоянно учусь, прошла 4 курса обучения по ведению Инстаграма у четверых преподавателей, хочу также помочь своим



подписчикам вести свой аккаунт грамотно и красиво. После премии про меня напечатали статью в российском журнале Fashion Time, а самое приятное для меня как для мамы – в журнал попали и мои дети.

– *Анна, а верите ли вы в мечты?*

– Конечно, я верю. Сегодня вы осуществили мою давнюю мечту. Я считаю, что именно мечты делают из нас многогранных личностей.

@anechka.mama

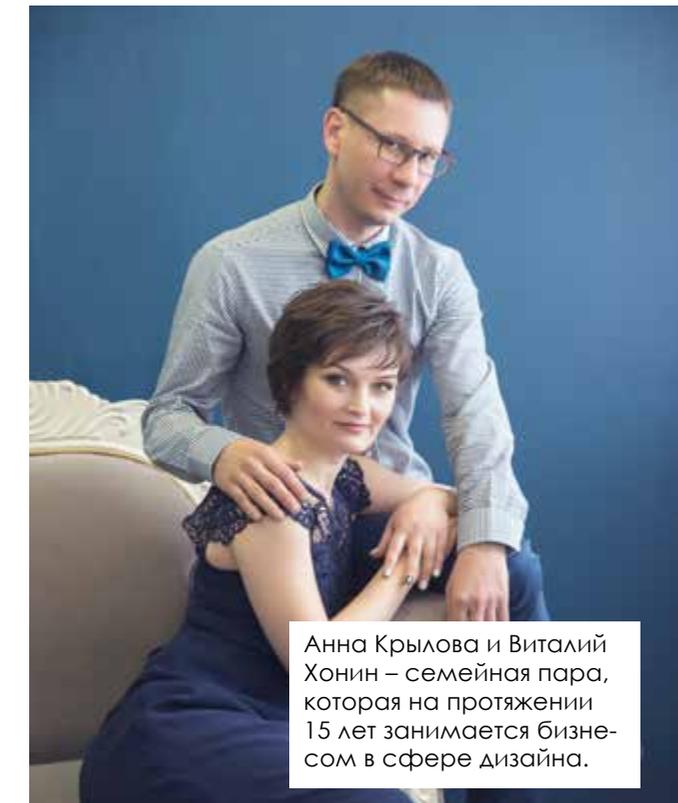


СТИЛЬНЫЙ ИНТЕРЬЕР

Дизайнер **Анна Крылова** рассказала журналу *Teens and People* о работе своего семейного бизнеса, который специализируется на дизайне интерьеров и изготовлении роскошной мебели для дома.

Анна, у вас с мужем получился отличный семейный tandem. Отсюда первый вопрос: не тяжело ли вам совмещать любовь и бизнес?

– Совмещение любви и бизнеса у нас получается, так как мы решаем одну задачу, выстроенную на любви к нашей профессии и миссии, – сделать



Анна Крылова и Виталий Хонин – семейная пара, которая на протяжении 15 лет занимается бизнесом в сфере дизайна.

Мир лучше, уютней, красивей, гармоничней. За 15 лет работы над интерьерами домов и офисов мы максимально вкладываем свою любовь и душу в пространство, где после окончания всех работ вспыхивает волшебство гармоничного интерьера помещения с прекрасным внутренним ощущением баланса и гармонии. В этом и есть наша любовь к положительным эмоциям всех тех, кто погрузился в это пространство, в нем чувствуется профессионализм и мастерство всех старательных бор-

цов за красоту в нашей жизни. Мы вместе решаем большую задачу за правильное восприятие нашего быта, и с каждой победой наша любовь только крепнет.

– Какая работа для вас интереснее: реализовать идею клиента или создать интерьер «с нуля»?

– Реализовывать идею клиента – это и есть создать интерьер с нуля. Сейчас поясню: когда человек приходит в студию дизайнера или же в любую другую сферу обслуживания, он приходит туда с какой-то

идеей, целью и надеется на профессионализм людей, на их компетентность в этом вопросе. Так и у нас: когда ко мне обращается заказчик, то в голове у него уже есть какая-то небольшая мысль, что он хочет получить комфортное пространство для жизни, с удобствами, где он сможет делать что угодно: проводить выходные, уделять время семье, играть с детьми, отдыхать после трудного рабочего дня или же просто уединяться. Так или иначе – это проект с нуля. Я всегда отталкиваюсь от идеи и задачи клиента. Если не было бы идеи – не было бы проекта. Я не могу, к примеру, создать интерьер для одного человека, когда ко мне пришла семья. В моей работе я внимательно слушаю клиента, мы разговариваем, сходимся во мнениях и воплощаем проект с нуля. Бывает такое, что идея клиента, к примеру, какого-то декора, может не совсем вписываться в проект, дизайн, и здесь профессионализм дизайнера заключается в том, чтобы перенаправить вектор желания в другую сторону, задать ему

тот темп, чтобы его идея переформировалась в нечто актуальное, и чтобы по итогу это устроило его даже больше, чем первая идея. Ни в коем случае нельзя пренебрежительно относиться к



пожеланиям заказчика, да, мы профессионалы, мы владеем большей информацией, поэтому мы можем предложить то, что было похоже на желание клиента, но это будет гораздо актуальней и технологичней, и с этим будет очень комфортно жить.

– Если посмотреть на ваши работы, то в интерьере можно увидеть много нужных акцентов, дорогой мебели, различную фурнитуру, одним словом – изящно. Для вас важно, чтобы во всем была роскошь?

– В наше время мы все стремимся к роскоши, и прошу заметить, что не только в интерьере: и в

одежде, и в услугах. Но парадокс заключается в том, что мы не везде получаем эту роскошь, более того – не все осознают, как она выглядит, и не все понимают смысла этого слова.

Да, я стараюсь делать свои проекты максимально роскошными и комфортными. Все элементы должны быть продуманы и быть максимально само-

достаточными в интерьере. Продумывать интерьер – это искусство. Здесь важна каждая деталь. Я стараюсь внедрить нужные вещи, использовать правильный декор, максимально продумываю каждый элемент, это своего рода композиция, которая состоит из действительно нужных и приятных глазу элементов, также не забываю про тактильные ощущения, которые вызывают бурю приятных эмоций. Это крайне важно. Вообще, интерьер – это про эмоции. Если вы открываете дверь в спальню, гостиную, гардеробную, вы должны получать эстетическое удовольствие от того, что вы ее открыли, ведь она поистине роскошная.



– Во многих дизайнерских работах можно заметить некую шаблонность. Как вам удается остаться уникальной в своей работе и не попасть под штамп?

– Действительно, шаблонность в нашем деле – это бич дизайна. Такое ощущение, что все рисуют один и тот же проект, одному и тому же заказчику. В силу своего многолетнего опыта и творческой натуры мне удается избежать этой шаблонности и каких-то клише в дизайне. Засыпая, я придумываю новые элементы, решения, комбинации. Я постоянно в поиске: анализирую рынок, услуги,

задаюсь вопросом: интересен мне тот или иной тренд? Я даже вывела для себя статистику: 97% процентов аккаунтов в Инстаграме и сайтов, которые связаны с дизайном, мне не интересны. Вдохновение я ищу у зарубежных коллег, но это нельзя назвать копированием чужих работ. Кстати, постоянный поиск помогает тоже избежать шаблонности. Еще есть один фактор, который помогает не повторяться: я очень внимательно слушаю клиента, где-то подстра-



иваюсь под него и делаю проекты исключительно под клиента. Заказчики у нас совершенно разные люди: кто-то семьянин,

кто-то, наоборот, еще холост и любит свободу, а кто-то просто любит спокойствие и уединение. В общем, архетип клиента всегда разный, от этого и интерьеры тоже разные, я просто теоретически не могу представить шаблонный интерьер для каждого из них, в любом случае он будет другой, с другими акцентами, с другой функциональностью и дизайном.

– Ваша особенность заключается еще в том, что у вас налажено свое мебельное производство. Расскажите и об этом: вы производите мебель только для дома? Или для офисов и общественных пространств тоже?

– Наше производство включает в себя огромные рабочие площади с большим количеством профессионалов своего дела. Я бы даже провела параллель с фабрикой в Италии, где все трудятся вручную и делают невероятные вещи. У меня, как у дизайнера, и у моего супруга, как у технолога, есть понимание того, как должна выглядеть мебель. Мы производим разную мебель, но, опять же, стараемся выбирать те проекты, которые нам интересны. К примеру, за обычные проекты для офисов и пространств, куда нужно сделать простые белые столы, мы не беремся. Мы за эксклюзивность и уникальность, потому что я и мой супруг любим наше общее дело и пытаемся максимально получать от этого удовольствие. Сейчас у нас в планах запустить авторскую линейку мебели для дома, в шоу-руме будут представлены интересные и оригинальные решения. Мы хотим, чтобы эти мебельные коллекции пришлись по вкусу многим нашим клиентам.

– В чем заключается уникальность вашего производства? И насколько собственное изготовление облегчает вам работу?



– Если говорить о мебельном производстве в моих проектах, то, когда я делаю дизайн, утверждаю это с заказчиком, для меня важно, чтобы какие-то элементы мебели, а они обычно авторские, были сделаны так, как они были задуманы изначально. Чтобы те люди, кто будет производить мебель, имели представление, что мне нужно, а не придумывали свои новые элементы. Поэтому собственное производство намного облегчает задачу. Со всеми сотрудниками нашей компании у меня доверительные отношения. Они уже знают, что и как мне нужно, какой у меня подход к работе: все нормы, размеры, цветовые решения должны быть соблюдены идеально, на всех этапах работы, они со мной это согласовывают – для меня это крайне важно.

instagram: @anna_interior_studio

www.design.aisstudia.kz

+7-778-980-68-89

DRESS

*ПЛАТЬЕ НА ЖЕНЩИНЕ ВСЕГДА
ВЫЗЫВАЕТ ВОСТОРЖЕННЫЕ
ЭМОЦИИ, А ЭТО САМАЯ ХОДО-
ВАЯ ВАЛЮТА НАШЕГО ВРЕ-
МЕНИ.*

*ЭЛЕГАНТНОСТЬ, ЖЕНСТВЕН-
НОСТЬ И РОМАНТИЧНОСТЬ
НА ПИКЕ АКТУАЛЬНОСТИ, А С
ПОДАЧИ НОВОГО КАЗАХСТАН-
СКОГО БРЕНДА VERONIKA
BULGAKOVA ЭТИ ПОНЯТИЯ
ОБРЕЛИ ФОРМУ В БАЗОВЫХ
ПЛАТЬЯХ.*

*МОДНЫЕ ЦВЕТА СЕЗОНА,
АСКЕТИЧНЫЙ КРОЙ, УНИВЕР-
САЛЬНОСТЬ — ВСЕ ПРИМЕТЫ
НАЛИЦО.*

Платья Veronika Bulgakova @bulgakova.dress в Fashion Park
Стилист Вероника Булгакова @veronika_bulgakova_gudz
Фотограф Александр Сахар @sahar_fashion_photo
Модель Анастасия Симонова @anastasiya_simona
Модель Ксения Волкова @kseniyafineart
Модель Асем Есенгелдиева @yessengeldiyeva_
MUA, Hair Анастасия Волкова @makeupbyvolkova







BEAUTY

НЕ ПРЕДЕЛ

фотограф Никита Жарков @nikita.zharkov

Айгерим Пирназар – пример того, как можно любить свою работу всеми фибрами души. Айгерим освоила 6 профессий, да могла бы и еще, вот только времени не хватает.

Айгерим, вы полностью сконцентрированы на своей работе в beauty-сфере. Скажите, вы можете с уверенностью сказать, что нашли действительно профессию для души?

– Да, уверенно могу сказать, что при выборе профессии я не ошиблась. До такой степени растворяюсь в процессе и увлеченно занимаюсь своим делом, что даже не замечаю, как во время работы задеваю лицо и

пачкаюсь красками, как художник. Я обожаю свою работу! Получаю удовольствие от каждого мига, каждой секунды. Не чувствую ни голода, ни холода, ни усталости. Одно удовольствие!

– Мы знаем, что вы обладаете навыками 6 профессий. Почему

сейчас вы решили остановиться именно на перманентном макияже?

– Я не скажу, что предпочла ПМ всем другим профессиям. Все навыки и знания – это часть меня. Просто в списке приоритетов было правильное и продуктивное



распределение времени. У меня ведь семья, двое детей, домашние хлопоты, работа, нельзя забывать и о саморазвитии. Будь моя воля, я бы практиковала все 6 профессий и была мастером на все руки (*улыбается*). Также по сей день я делюсь рекомендациями по имиджу, и результат моих консультаций всегда радует.



– *Сложное ли это занятие – делать перманентный макияж? Что самое важное в вашей работе?*

– Нет, несложно. На одну процедуру требуется примерно 40 минут. Но нельзя забывать и психологический фактор, и подготовку клиента. Многие боятся иглы или результата, поэтому таким клиентам нужно больше внимания, и, соответственно, затрачивается больше времени.

Это нормально. В моей работе важно слушать и слышать человека. Понимать, какого результата мы хотим достичь. Моя задача – создать комфортную атмосферу. Секрет в том, что я стараюсь придать наиболее естественный цвет и форму бровям. В этом вся простота и сложность одновременно.

– *Какой вид перманента сейчас востребован?*

– Бесконтурное напыление. Воздушные брови. Полупрозрачный эффект. Каждый штрих должен лечь так, будто рисовала не я, а природа.

– *Вы единственный мастер в Казахстане, который может перекрыть старый татуаж, не подвергая клиента лазерному удалению. Как вы приобрели этот навык?*

– Всё приходит с опытом. Удаление лазером – болезненная процедура, и не все готовы к дискомфорту. Порой ко мне приходят в отчаянии, будто это последний шанс исправить брови. Многие мастера не берутся переделывать работы коллег. Если сильно захотеть, то всему можно научиться. Главное – изучать и много практиковаться, конечно. Мне нравится выполнять сложные работы.



– *Много ли некачественных работ вы встречаете? Как думаете, в чем причина такой халтуры?*

– Очень много. В Нур-Султане я только и делаю перекрытие без удаления. Ко мне часто приходят с зелеными, оранжевыми, розовыми и даже синими бровями. Цвет бровей зависит

от качества пигмента и техники работы.

– *Как вы проводите свое свободное время? Есть ли какие-то определенные занятия, которые вы любите, когда не нужно идти на работу?*

– В свободное время люблю смотреть фильмы в кинотеатре одна. За-

нимаюсь биодинамикой, также делаю коррекцию организма своим родным.

Этому меня научила мама, она является автором уникальной методики. Соблюдать жизненный баланс мне помогают медитации и, как бы это банально ни звучало, любовь.



Моё знакомство с цифрами

Нумерология стала неотъемлемой частью жизни многих людей. С ее помощью они открыли в себе новые способности, нашли себя, определились с целью в жизни и притянули удачу. Нумеролог Анна Головина поделилась с читателями своей историей о том, как она пришла в нумерологию.

Итак, Анна, расскажите всем читателям журнала *Teens and People*, каковы же возможности нумерологии для современного человека. Что она нам может дать?

– Возможности нумерологии безграничны. Она помогает лучше понять себя, свои сильные и слабые стороны, таланты, на что обратить внимание, в том числе и по здоровью. Также она поможет понять, когда и в каком направлении двигаться, как просчитать наиболее благоприятное время для запуска бизнеса, реализации своих идей, подбора персонала, как найти общий язык с ребенком,

партнером, в какую секцию или кружок лучше отдать ребенка, какое выбрать имя ребенку, название фирмы, номер телефона, квартиры, машины. Ведь цифры нас окружают повсюду, даже каждой букве алфавита соответствует определенная цифра.

– С чего начиналась ваша практика и вообще ваш интерес к нумерологии?

– Интерес к нумерологии у меня начался как раз с консультации у нумеролога. Тогда был один из непростых периодов в моей жизни, и я решила пойти на консультацию. Меня это так зацепило, что я захотела просто понять, как это работает. Начала читать и

изучать всю возможную литературу, затем просчитывать своих друзей, знакомых, видела их эмоции, восторг. Но мне было этого мало, я обучилась нескольким направлениям нумерологии. Консультировать не собиралась. Помню, как, поехав на обучение, сказала мужу, что это «для себя». Но после обучения многим моим знакомым стало интересно, я делала расчеты, связывалась с ними посредством whatsapp, рассказывала и видела обратную связь. Мои знакомые начали рекомендовать меня своим знакомым, те своим, и так я начала консультировать.

– Что нужно приготовить человеку перед походом к нумерологу?

Как происходит ваша работа?

– Для расчетов мне нужны фамилия, имя и отчество, а также дата рождения. Очень много клиентов не только из Павлодара и Казахстана, но и из России и Европы. С ними я связываюсь с помощью скайпа. С теми же, кто из Павлодара, я встречаюсь в своем офисе.

– А что можете сказать о счастливых числах: существуют ли они? И как быть, если они есть в дате рождения?

– Безусловно, у каждого человека есть свои счастливые числа, которые можно использовать для планирования важных дел. Так, например, у меня был запрос от мамы, которая попросила выбрать номер для ребенка, занимающегося футболом. Также есть удачные денежные комбинации. О них подробно я рассказываю на консультации.

– Давайте теперь поговорим о вашем марафоне, который вы

периодически проводите. Что он в себе несет, для чего он нужен?

– Мой марафон про улучшение качества своей жизни. На нем мы прорабатываем страхи, обиды, убеждения, денежные блоки, детство. Также, используя нумерологию, помогаю найти и реализовать себя наилучшим образом. Девушки, прошедшие марафон, говорят, что я даю «тот самый пинок» и уверенность в своих силах. Ведь бесполезно просто ходить от нумеролога к нумерологу или от астролога к астрологу, как это делают многие. Нужно начать с себя, улучшать и прокачивать себя, используя свой ресурс. И тогда жизнь заиграет совсем иными красками. Именно истории и слезы на консультациях подтолкнули меня к созданию этого марафона.

– Как меняется жизнь людей после марафона? Поделитесь несколькими историями.

– Например, у женщины совсем разладились отно-

шения с мужем, и она уже хотела разводиться. Пройдя марафон, она написала благодарность, сказала, что многое поняла и осознала, что даже дети заметили ее изменения, сейчас у них с мужем очень яркие и теплые отношения. И это не про то, что она сидит и терпит, а именно про изменения и новый взгляд. У другой клиентки желания начали исполняться просто как по щелчку, у третьей наладились отношения с отцом. И это не единичные примеры.

– Как вы сами используете возможности нумерологии в своей жизни?

– Мужу переименовали бизнес, выбрали дату регистрации фирмы. Знаю, куда лучше направить детей. Понимаю и принимаю тяжелый период, знаю, какую ситуацию использовать по максимуму. Составляю ежемесячно космограмму себе и мужу для планирования важных дел – таких, как учеба, подписание документов, лечение и т.д.



г. Павлодар, ул. Маргулана, 104, кв. 1
instagram: @ann_golovina_

Измени свою жизнь вместе с QNET



Дидар Скаков – представитель компании прямых продаж QNET

Дидар, поделитесь с нами вашей историей. Как долго вы уже работаете в международной компании прямых продаж QNET? И как произошло ваше знакомство с ней?

– Я в компании уже четыре с половиной года, за этот короткий срок я кардинально изменил свою жизнь. В 2016 году по рекомендации моей тети произошло знакомство с компанией Qnet. Благодаря этому я определил свою цель – так начался мой путь к успеху. Со временем создал команду мечты, реализовал свои цели, посетил множество стран, а самое главное – стал финансово свободным.

– Когда вы только начали свою работу, не мучали ли вас сомнения, что не всё будет получаться, будет сложно конкурировать с другими компаниями?

– Конечно, были и сомнения, и переживания. В основном давил стереотип: а что же скажут люди? Поддержат ли мои родные? А вдруг у меня не получится? На тот момент компания в Казахстане развивалась уже более семи лет. И меня мучил вопрос, не поздно ли начинать, когда, казалось бы, все уже знают о компании и прямых продажах. Но я всё же рискнул и победил.

– Какая продукция есть у QNET? Что пользуется наибольшей популярностью?

– Компания Qnet предлагает товары и услуги для здоровья, красоты, путешествий и образова-

ния. Наибольшей популярностью в нашей стране пользуются туристические пакеты.

– Расскажите о том, как происходит сам процесс работы. Как находите клиентов? Как реализуете товар?

– Мы занимаемся устной рекламой, и благодаря этому в компании происходит товарооборот. Рекламу нашей компании вы не увидите по телевидению и газетам. Мы работаем по устной рекламе и по рекомендациям людей.

– Многих, конечно, волнует заработок: сколько можно заработать в этой компании, и от чего зависит успех?

– Своей приоритетной задачей Qnet считает предоставление высококачественных продуктов и услуг всем клиентам компании по всему миру, а миссией – сделать



так, чтобы продукция Qnet стала неотъемлемой частью их жизни. Нас выделяет то, что эту продукцию дополняет динамичный компенсационный план вознаграждения за продажу наших товаров и услуг и стремление поделиться этой возможностью с другими. Стабильный бизнес и долгосрочный пассивный доход теперь доступны тому в компании, кто строго придерживается принципа привлекать, повторять, повышать и поддерживать.

– А как можно присоединиться к вашей команде?

– Компания Qnet позволяет простым людям из всех слоев общества начать свой бизнес с минимальными расходами, поэтому многие находят этот путь максимально подходящим для себя. Прежде, чем принять решение, вы можете изучить мнение тех, кто уже работает или работал с компанией. Для того чтобы попасть в мою команду, нужно, чтобы вам порекомендовали

нашу компанию и нашу продукцию.

– Есть ли какие-то возрастные ограничения? И кому подойдет эта работа?

– Возрастных ограничений не существует. Нет разницы, молодой ты или пожилой. Всё зависит от того, насколько ты хочешь изменить свою жизнь, а жить нужно так, чтобы в глазах была радость!

+7-778-084-97-77
instagram: @vc_didar01



На кухне

Анастасия Чикунова создала уникальное место, которое называется «На кухне». Именно там проводятся кулинарные девичники, где каждая девушка может пообщаться с другими девушками и приготовить изысканное блюдо под чутким руководством профессионала.

Анастасия, вы, наверное, уже с детства знали, что будете поваром?

– История про то, как я мечтала и с нетерпением ждала день, когда смогу увидеть себя в белоснежном кителе, абсолютно не

про меня (*смеется*). Любовь и желание реализовывать себя в сфере кулинарии пришли уже в процессе работы.

– *Проходили ли вы обучение? И всегда было интересно узнать: чем отличается обучение в специализированном заведении от тех же роликов на YouTube?*

– Мой путь под названием «Кухня» начался абсолютно случайно. Я заканчивала первый курс университета КазГУ по

специальности «Маркетинг» и понимала, что впереди будет лето, и у меня будет достаточно свободного времени. Так было принято решение начать работать на профессиональной кухне. У меня не было абсолютно никакого опыта в этой сфере прежде, но мною двигало огромное желание разобраться, как же всё устроено изнутри. В данный момент я являюсь студентом кулинарной школы Аркадия Новикова в Москве и с нетерпением жду получения 3-го поварского разряда.



Что касается обучения, то основное отличие, на мой взгляд, это возможность услышать экспертное мнение, получить опыт и при надобности задать интересный вопрос практикующему повару-наставнику. Но

не стоит пренебрегать роликами на YouTube. Многие из них действительно информативны и весьма полезны. Вопрос лишь в том, какую цель вы преследуете. Стать прекрасным домашним поваром, просматривая ролики, изучая кулинарные статьи и практикуясь дома, можно. Но для профессионального уровня нужны более глубокие знания, приобретаемые во время практики на специально оборудованной кухне.

– *Расскажите о своей студии «На кухне». Какую концепцию вы закладывали? И долго ли решались на открытие?*

– Эта студия была мечтой. Я долго и тщательно продумывала всё до мелочей, чтобы создать не просто место для проведения мастер-классов, а пространство, в котором легко отключиться от всех проблем и расслабиться под звуки джаза в тандеме с белым полусладким. Провести

время с удовольствием, познакомиться с интересными людьми и получить полезные знания из моего кулинарного опыта.

– Теперь о кулинарных девичниках: как это проходит? Кто чем занимается? Что готовите?

– Основная просьба к каждой девушке – обязательно приходите с хорошим настроением. Первые 15 минут девушки наслажда-



ются небольшим welcome food и знакомятся друг с другом. Далее я рассказываю о блюдах, которые мы готовим, и делюсь своими знаниями о той или иной кухне мира. После этого мы приступаем к самому приготовлению: каждый выполняет определенную задачу, в результате чего создается

совместно приготовленный ужин. В процессе девушки пьют вино, на фоне у нас играет легкий джаз, а на душе уютно и тепло.

– К вам могут попасть абсолютно все? Или только те, кто умеет хорошо готовить?

– Абсолютно все!!! Я рада видеть

каждую, кто любит или хочет полюбить проводить время на кухне в уютной обстановке.

– Как считаете, почему это стало так популярно?

– Я даю нашим гостям всё то, чего, возможно, им так не хватает, это дополняет их жизнь, дает что-то новое. Мои гости – совершенно разные люди: обычные домохозяйки, бизнес-леди, студенты. Нам всем иногда не хватает простого живого общения, а в студии мы совмещаем приятное с полезным, создавая кули-



нарные шедевры и наслаждаясь общением друг с другом у нас «На кухне».

– Есть ли у вас еще какие-нибудь задумки на ближайшее будущее?

– Конечно! В данный момент я разрабатываю «Мальчишники», а также думаю над созданием совместных ужинов, где смогут готовить как девушки, так и мужчины.

Instagram: @na_kuhne_almaty
@chikunova.aa



Настоящее украшение любого торжества
и хорошее настроение!

шоу *Балет* Kaelea



instagram: @showballet_kaelia
+7-705-910-84-04

ASIAN COSMETICS

Бренд, который прислушивается к клиентам и стремится создать идеальную продукцию для решения проблем кожи



На сегодняшний день индустрия красоты стремительно развивается: ученые активно изучают свойства различных ингредиентов, синтезируют новые молекулы для решения определенных проблем кожи и ищут способы сделать домашний уход максимально эффективным. Надо заметить, что прогрессивные женщины стали требовательнее относиться к beauty-рутинe. Нам уже недостаточно просто увлажнения или защиты от солнца, мы хотим, чтобы крем активно работал и решал существующие проблемы, иначе любую баночку на полке в ванной легко заменить.

Забота о женщинах, которые постоянно обращаются к косметологам с проблемами кожи лица, и сподвигла основателя

сети магазинов косметики Asian Cosmetics и Nature Republic **Эльмиру Есмаханову** создать натуральную и эффективную косметику под собственным брендом ELAUD. Ведь спрос определяет предложение. Особенно в современном мире, где желание сохранить здоровье и красоту стало не столько прихотью, сколько стилем жизни и особой философией. Использование только экологически чистых ингредиентов без отдушек и красителей, при отсутствии вредных химических составляющих – этот принцип стал ключевым при производстве косметики ELAUD.

БЛИЖАЙШИЕ НОВИНКИ ОТ БРЕНДА ELAUD

Крем на основе 80% филтраты слизи улитки

ELAUD PREMIUM SNAIL WRINKLE REPAIR CREAM

Наверняка многие знакомы с уникальными свойствами слизи улитки, но все же расскажем об исторических фактах использования ее в старину. Греки применяли слизь улитки при ожогах, различных воспалениях



и раздражении кожи, увлажняли ее. В Египте и Вавилоне улитка была символом вечности и плодородия. В буддизме улитка олицетворяла терпение, а ее раковина застывшее время. И это неслучайно: муцин улитки действительно способен продлить молодость кожи. Дело в том, что муцин улитки – кладь полезных элементов. В нем содержится коллаген, гликолевая кислота, аллантоин, витамины группы А, В, Е. Благодаря своему составу муцин обладает способностью эффективно связывать свободные радикалы, вызывающие старение, замечательными кератолическими свойствами (при отшелушивании мертвых клеток), нормализует синтез коллагена и эластина, оказывает противовоспалительное действие, успокаивает и снимает раздражение кожи. Слизь улитки хорошо увлажняет кожу, покрывая ее легкой невидимой пленкой, которая задерживает влагу, но пропускает кислород, позволяя коже дышать.

Новинка от **ELAUD PREMIUM SNAIL WRINKLE REPAIR CREAM** содержит 80% филтраты слизи улитки, который быстро проникает глубоко в дерму, пополняя влагу и питание. Это ультраувлажняющий питательный крем, который восстанавливает кожу, избавляя ее от мел-

ких морщин и обезвоженности. Высококонцентрированная слизь улучшает защитные свойства кожи, делая ее более здоровой. Ингредиент EGF дает эффект лифтинга, помогая при этом поддерживать кожу гладкой. Этот крем эффективен в борьбе с ухудшением состояния кожи из-за внешней среды: экологии, стрессов и недостатка сна.

ELAUD MOISTURE BB CUSHION SPF50+PA+++

Brightening · Anti-wrinkle · UV protection 3-in-1 cosmetic

Кушон – на сегодняшний день один из главных beauty-трендов в мире красоты. Это тональное средство плюс удобный аппликатор в одном футляре, распределяющий средство очень тонким слоем, что обеспечивает естественный результат. Очень удобно его носить с собой, подправляя тон при необходимости.

Это мультифункциональный кушон,

который, кроме макияжа, ухаживает за кожей, осветляет, увлажняет ее и обладает антивозрастным эффектом. Легкая текстура эффективно скрывает несовершенства кожи, делая ее более гладкой, свежей и сияющей. Солнцезащитный фактор SPF50 / PA+++ предотвращает негативное воздействие ультрафиолетовых лучей.

Великолепный дизайн и комфортное использование обеспечит вам любовь с первого взгляда к бренду ELAUD.

www.asian-cosmetics.kz
[@asiancosmeticsinkz](mailto:asiancosmeticsinkz)
 +7-747-264-41-80



I am model

Валерия Гавриэлова живет в Таразе, ей 41 год, и она может дать фору любой молодой красавице. Несмотря на свой элегантный возраст она ведет активный образ жизни, в 2019 году выиграла титул Миссис фотомодел в международном конкурсе в Грузии. В интервью нашему журналу Валерия рассказала, как всегда оставаться в форме и выглядеть моложе своих лет.

Валерия, давайте начнем нашу беседу с вашего участия в конкурсе «Мисс-фотомодел Грузии 2019». Помните ли вы то чувство, когда получили свой титул?

– Если говорить честно, то для меня это не было что-то «вау». Да, несомненно, титул хороший. Но всё же я ждала боль-

шего от этого конкурса. Сами понимаете, когда выглядишь наравне с молодыми конкурсантками, и когда ты почти ничем не уступаешь им, тут происходит такое, что главную корону получает далеко даже не комсомолка, студентка и просто красавица, а простая, совсем незаметная женщина. И тут же возникает вопрос: а где логика? Ну ладно, не будем о грустном. Это был мой первый опыт в международном конкурсе, поэтому всё еще впереди, и самое главное – спасибо моему характеру, что я долго не расстраиваюсь и могу из всего выносить и хорошее (улыбается).

– А как проходил сам конкурс? И была ли у вас специальная подготовка к нему?

– Конкурс проходил в красивейшем городе Батуми. На берегу Черного моря

велись съемки. Конкурс проходил в четыре этапа: визитка (представление каждой конкурсантки), выход в золотых нарядах в стиле Гэтсби на красивой площади, национальный костюм и в завершение выход в вечерних платьях, где мне была вручена лента за лучшее бальное платье. Затем награждение и гала-вечер.

– Валерия, расскажите о вашей семье, о воспитании детей, кто чем занимается.

– Моя семья – это волшебные люди, которые дарят мне тепло и уют, помогают мне и поддерживают во всем. Папа – человек-сила, мама – женщина, которая может абсолютно всё, даже повести за собой полк воинов, настолько в ней много жизни и духа. Сыну 20 лет, и маленькой дочке 8, это те дети,





которые посланы мне для изменения меня самой. Дети посылаются для того, чтобы вырасти и стать зрелым человеком. Для меня дети – неисчерпаемый источник энергии, вдохновения и совершенствования себя.

– Не можем не подчеркнуть, что вы выглядите просто великолепно. Как вам удается держать себя в тонусе?

– Спасибо! В свой адрес я постоянно слышу много комплиментов по поводу моего возраста, что выгляжу намного моложе своих лет. Кто-то даже называет меня «ведьмой», так как я якобы не старею. И многие меня спрашивают: в чем же секрет? Не скажу, что я сижу на пластических операциях. Да, я поддерживаю упругость кожи уколами красоты, масками, пилингами. Но чтобы кардинально изменить свою внешность пластикой – такого не было. Ведь не качество кожи или пластика делает тебя моложе. Моложе делают тебя твои глаза, твой

взгляд. Глаза счастливой женщины сияют, и именно это дает ту молодость души и тела, которая не сравнима с пластикой. Я счастливый человек, и самое главное – я очень позитивна. Я в плохом могу увидеть хорошее, я не впадаю в депрессию, я живу так, как хочу, и дарю частичку своей положительной энергии людям. От счастья других людей я получаю поток жизненной силы, которая и делает меня молодой и счастливой.

– Что касается питания: от каких продуктов вы советуете точно отказаться, а какие, наоборот, как можно чаще есть?

– Я уже давно практикую правильное питание, это уже образ жизни. Везде пишут о том, что полезно, а что нет. От себя скажу одно: нужно принимать пищу с любовью, и только тогда она будет полезна. Я не люблю мясо, ем много зелени, фруктов, ягод, люблю травяные чаи и морепродукты.

– Спорт, правильное питание – это уже вошло у вас в привычку? Или вы до сих пор прилагаете какие-то усилия к этому?

– Это мой образ жизни, и без этого уже никак. Здоровый образ жизни и правильное питание – уже нескучно и невкусно, это интересно, увлекательно и сладко, попробуйте, стоит только начать!

– Что вас мотивирует в жизни?

– Моя мотивация – это я сама. Я хочу быть лучше, богаче, красивее, успешнее, счастливее. И еще я хочу быть полезной для людей, потому что, когда ты смог чем-то помочь и видишь, как человеку от твоей помощи стало лучше, – это такое удовольствие! Я люблю жизнь, люблю людей и наслаждаюсь собой!

instagram: @valeriyasofiya



Главный тренд – любить себя

Салтанат Карасаева – стилист, который может подобрать нужную, удобную и стильную вещь каждой женщине.

у девушек и женщин находится время и желание обратить внимание на себя. Я считаю, что воспользоваться услуга-

ми стилиста необходимо ради экономии самого важного: времени и нервов.

Салтанат, часто ли вы встречаете непонимание вашей профессии? Ведь далеко не все осознают, зачем нужно приглашать профессионального стилиста для разбора гардероба и с собой на шопинг.

– Да, такое мнение существует. Естественно, это решение сугубо индивидуальное для каждого, кто когда-либо подумывал обратиться к стилисту. В нашей быстротечной жизни в сегодняшних реалиях семья, быт, работа ставятся на первый план, и, к сожалению, не всегда



– На ваш взгляд, почему сейчас недостаточно просто купить одну модную вещь, чтобы выглядеть современно и актуально?

– Во-первых, я бы хотела отметить, что все-таки человек украшает одежду, а не наоборот. Во-вторых, мода, тренды – это достаточно быстротечный процесс, и гоняться за модой нет смысла. Если очень хочется «быть в тренде», достаточно добавить к своему look одну актуальную вещь сезона. И, в-третьих, я всё-таки за индивидуальность.

– Расскажите, как формировался ваш собственный стиль. Или он постоянно меняется?

– Мой стиль меняется каждый день (улыбается). Всё зависит от цели, которую я преследую, надевая на себя платье, спортивный костюм или джинсы.



– Интересно узнать, как вы с клиентом проводите разбор гардероба. С чего всё начинается?

– Разбор гардероба – это самая важная и трудоемкая часть моей работы. Без разбора гардероба

очень сложно, и я бы даже сказала, не стоит идти на шопинг. После этой «процедуры» всё встает на круги своя, и мы решаем, каких результатов хотим добиться в процессе нашей совместной работы в дальнейшем.

– Во время шопинг-сопровождения легко ли вам установить контакт с клиентом? Все ли приходят с готовностью полностью довериться вам и вашему опыту?

– Обращение ко мне я уже воспринимаю как доверие, но это ни в коем случае не значит, что я буду этим злоупотреблять. Я всегда прислушиваюсь к своему партнеру (так я называю своих клиентов). В этом случае я помощник, а не босс. Даже если я считаю, что это супер-мега стильно, а мой партнер неуютно себя в этом чувствует, мы продолжаем поиски.

– Что обязательно стоит включить в свой гардероб? Есть ли какие-то рекомендации?

– Как я говорила ранее, это сугубо индивидуально. Мне не хочется, чтобы все были как «на один покрой». Например, мне очень нравятся

туфли на высоченных каблучках, но я не могу себе этого позволить в силу своей «ходячей» работы и, естественно, понимаю тех, кто от них отказывается. Или мне нравятся яркие цвета, но, опять-таки, это лишь мой выбор. Повторюсь: я за индивидуальность, и моя миссия – раскрыть ее в каждом моем партнере.

– Какой тренд 2020 года?

– Я призываю всю женскую половину любить себя – это самый главный тренд каждого сезона.

instagram: @sati_lucky





Юрий Негодюк – ресторатор:
«Алматинская публика – это самая требовательная аудитория в Казахстане»

Юрий, у вас много успешных ресторанных проектов. Скажите, что страшнее: начинать бизнес с нуля или открывать свое дело, когда за плечами уже есть история успеха?

– Конечно же, страшнее всего открывать бизнес с нуля, когда у тебя нет за плечами опыта в ресторанном бизнесе. Ведь ресторанный бизнес – это один из самых сложных и

рисковых бизнесов из всех, какие можно только представить. Каждая деталь, незначительный нюанс могут сыграть ключевую роль и повлиять на конечный результат. Поэтому, на мой взгляд, крайне необходимо получить практический опыт работы в ресторане, и обязательно



на разных позициях, а уже потом принимать решение об открытии своего места.

– Вы уже много лет в ресторанном бизнесе. Сильно ли он меняется из года в год? И проис-

ходят ли вообще изменения?

– Да, я уже в этом бизнесе более 20 лет! И я, так сказать, наблюдал и видел изнутри весь путь развития рынка общественного питания в Алматы и был его соучастником. Безусловно, за 20 лет ресторанный рынок Алматы, да и Казахстана в целом, сильно изменился. Ну, прежде всего, просто в геометрической прогрессии увеличилась конкуренция.

Появилось много различных интересных ресторанных концепций. Повысился уровень как сервиса, так и профессионализма поваров. Ну и сам потребитель стал более требовательным и избирательным. А в итоге-то снизился уровень доходности ресторанов.

– Как вам удается от-

крывать заведения, которые совершенно не похожи друг на друга? Это специальная стратегия?

– Да, я стараюсь осуществлять разные концепции, и это связано прежде всего с несколькими причинами. Первое – это то, что мне интересно создавать что-то новое и непохожее уже на то,

что я делал. Также в этой стратегии есть и коммерческий смысл. Воплощая в жизнь разные концепции, ты прежде всего дифференцируешься, а также работаешь на более широкий слой потребителя. Вот, например, Soho – это место для вечернего визита, чтобы послушать хорошую музыку в живом исполнении и потанцевать. А БАО – это азиатская кухня, и здесь можно просто поесть вкусные блюда юго-восточной Азии.

– Что вы думаете о «сроке годности» ресторана, и бывает ли он? Ведь считается, что по прошествии какого-то времени людям просто надоедает ездить в одно и то же место.





– На мой взгляд, такое понятие, как «срок годности концепции», конечно же, есть. Но срок зависит от концепции ресторана. Если, например, у вас что-то супермодное, то и срок жизни, как у многих модных вещей, очень короткий, ровно до тех пор, пока не появился другой модный концепт. Но есть и классический вариант, успешный очень много лет. В Алматы есть такие рестораны, как Soho, Line Brew – они работают уже более 20 лет и всё ещё посещаемы. Или возьмите «Макдональдс», ему тоже уже много лет, но он всё ещё живет и чувствует себя хорошо. Очень важно, чтобы владелец постоян-

но следил за состоянием ресторана, предлагал бы что-то новое своим гостям, делал всё, чтобы ресторан был живым организмом, который постоянно развивается вместе с теми людьми, которые его посещают, в русле тех тенденций, которые дают ему жить и процветать.

– А можно ли спасти заведение, которое перестало приносить прибыль?

– Теоретически да, и это зависит от тех причин, по которым это заведение перестало приносить прибыль. Бывают такие ситуации, когда вокруг ресторана меняется инфраструктура. И если она

меняется не в лучшую сторону, то, возможно, этот ресторан уже нельзя спасти. А если у вас в ресторане есть гости, но нет прибыли, то скорее всего у вас неправильно настроена учетная система, которая не позволяет вам зарабатывать. Иногда бывает, что рядом открылся конкурент, и ваши гости перешли к нему. В этом случае вам нужно хорошо проанализировать, чем он лучше вас, и сделать все, чтобы опять вернуть своих гостей.

– Можно ли в наше время еще чем-то удивить избалованную алматинскую публику?

– Да, алматинская публика – это самая требовательная аудитория в Казахстане. И удивить такого потребителя очень непросто. Только если очень высоким уровнем сервиса, качеством еды и какими-то новыми и интересными концепциями. Большое значение сейчас как никогда имеет маркетинг, и именно онлайн-маркетинг. Пра-

вильно донести до своего потенциального гостя рекламу своего ресторана в современном потоке информации довольно сложно.

– Юрий, рядом с вами уже сформировалась сильная профессиональная команда: по какому принципу вы набираете сотрудников?

– Вообще, ресторанный бизнес полностью зависит от тех людей, которые там работают, и, конечно же, правильно подобранная команда является залогом успеха! Если посчитать все наши объекты, то, наверное, количество сотрудников уже превысит 1500 человек. Это на самом деле очень много. Наша команда прежде всего со-

стоит из людей, которые объединены похожими ценностями и любовью к тому, чем они занимаются. Без преданной любви к своему делу в ресторане работать очень сложно, так как это труд достаточно тяжелый. Целый день приходится быть на ногах. Если вы официант, надо много ходить и обслуживать гостей, которые приходят в ресторан в разном настроении, и это целое искусство – подстроиться под каждого. На кухне тоже тяжело работать, там высокие температуры, целый день физически надо много чего делать. Поэтому в ресторанах остаются только те, кто по-настоящему влюблен в свое дело, кто получает удовольствие от того, что гость выходит из ресторана довольный. Именно таких людей мы и ищем в свою команду. Одним словом, это фанатики!

@sohokz

Задал вопросы Серж Сиванский





Ваш вопрос - мой ответ

Если вам хочется узнать и понять причины и следствия многих жизненных ситуаций, которые случаются с вами, то Ольга Литвинова и ее авторская методика «Терапия для Души» помогут найти ответы на многие вопросы. Во время беседы с Ольгой мы более подробно узнали о том, как проходит терапия, кому она нужна и как под ее воздействием меняется жизнь людей.

Ольга, как вы связали свою жизнь с Таро? Что повлияло: дар, обстоятельства или ваше любопытство?

– Это дар, в котором Таро стал для меня мощным инструментом в работе с энергетическим полем подсознания. Также с помощью данного инструмента я в первую очередь изучаю себя и свой внутренний мир: уже во время обучения начали происходить мощные внутренние трансформации. С детства у меня было очень большое желание найти ответы на многие вопросы, чтобы помочь людям прийти к себе и сделать этот мир прекрасней, начиная с перемен в себе.

– Научиться этому может каждый человек? Или все-таки нужны какие-то определенные задатки?

– Научиться может каждый, но не каждому это необходимо. Мы в этот мир приходим с даром, и у всех свои предназначения Души. У нас на курсе начинали обучение 20 человек, а закончили 3, вывод таков, что этот инструмент не для всех, каждому свое, как говорится.

– Как карты Таро могут помочь в жизни?

– Карты Таро – это первый учебник по психологии в Мироздании, это инструмент для глубочайшей работы над собой на уровне подсознания. Осознание того, что происходит у нас в подсознании, – это уже 70% успеха к переменам в лучшую жизнь. С помощью Таро мы можем найти все причины и следствия, как раз погружаясь в бессознательное, чтобы понять и исправить то, что происходит в нашей жизни

именно так, а не наилучшим для нас образом.

– А с какой тематикой к вам чаще всего обращаются? Существует ли какая-то ваша личная статистика?

– Конечно! Популярными темами – это отношения, любовь, предназначение в жизни и финансы.

– Как проходит ваша консультация? Расскажите о самом процессе.

– Я свою консультацию на картах Таро назвала «Терапия для Души». И не делаю просто расклад, а всегда ищу и нахожу причину, почему у человека сложилась та или иная ситуация, чтобы человек осознал и не возвращался в негативные сценарии. Во время консультации у клиентов происходят мощные трансформации, они приходят с растерянными и грустными глазами,



заранее за день человек мне отправляет Ф.И.О. и дату своего рождения, далее на консультации я делаю расклад и трактую по картам полученную информацию.

– Давайте поговорим о самих картах. Имеет ли значение, какими колодами пользуется таролог? Есть ли у них срок годности? И как понять, что вы и карты сошлись в тандеме?

– Лично я использую колоду Таро «Универсальный ключ». А вообще, смысл и принцип у всех колод один, только изображения разные. Есть колоды, которые больше отображают

а уходят с горящими и радостными. Это, конечно, всё «Терапия для Души», но бывает и так, что человеку просто нужен ответ на вопрос, и я его вижу по картам и озвучиваю. Консультации чаще провожу онлайн по видеозвонку, иногда при личных встречах, в зависимости от загруженности и ситуаций. Длительность консультации составляет 1,5–2 часа. Когда меня спрашивают о предвари-

тельной подготовке к консультации, тут всё просто: если это онлайн консультация, то желательно уделить время для себя, любимых, чтобы никто не отвлекал, и нужно иметь намерение стать лучше и счастливей, а я стараюсь в этом помочь. Если необходимо (при запросах о предназначении, отношениях, просчете матрицы судьбы), подключаю Таро-нумерологию,

определенные сферы жизни, тут нужно колоду применять в зависимости от запроса. Есть колоды Таро и Оракулы, они больше для гаданий. Также я работаю с картами МАК – метафорическими ассоциативными картами. Они не для гадания, а для познания самого себя, выявления психологических проблем, блоков, страхов и их устранения, а также для развития творческих способностей, улучшения своей жизни, одним словом, для совершенствования определенных жизненных областей, самопознания, саморазвития.

Тандем чувствуется на интуитивном уровне, я просто дружу со своей колодой, придерживаясь определенных правил, например, не сажусь за работу в возбужденном состоянии или в плохом настроении, когда не очень хорошо себя чувствую, тоже не работаю. Срока годности у колод, конечно, нет, разве что со временем картинки могут стереться.

– Что бы вы порекомендовали начинающим тарологам?

– Я бы рекомендовала пробовать всё, на что есть отклик Души. Если вы задумываетесь попробовать Таро, то вперед. Важно понимать, что мы как телеграфисты,



которые должны грамотно трактовать и передавать информацию, которую видим, без отсебятины, отключая в консультациях мозг, полагаясь только на внутренний голос (интуицию). Очень важно быть честными с клиентами, люди приходят услышать правду, какая бы она ни была. Наше дело – озвучить ее грамотно и честно.

instagram: @tarologlou
+7-747-180-01-88

«Качество нашей работы намного выше наших цен!»

Динара Казиева – врач-стоматолог

Динара, когда вы поняли, что хотите связать свою жизнь со стоматологией?

– Знаете, я и сама не поняла, как вообще захотела стать стоматологом, потому что боялась врачей. После окончания школы я выбирала между военным училищем, медициной и авиацией. Все профессии далеки друг от друга, но они объединены одним – строгой формой. В военное училище мне не разрешила идти мама, в авиационной колледж не пошла, потому что боюсь высоты. Поэтому оставалось только выбрать медици-

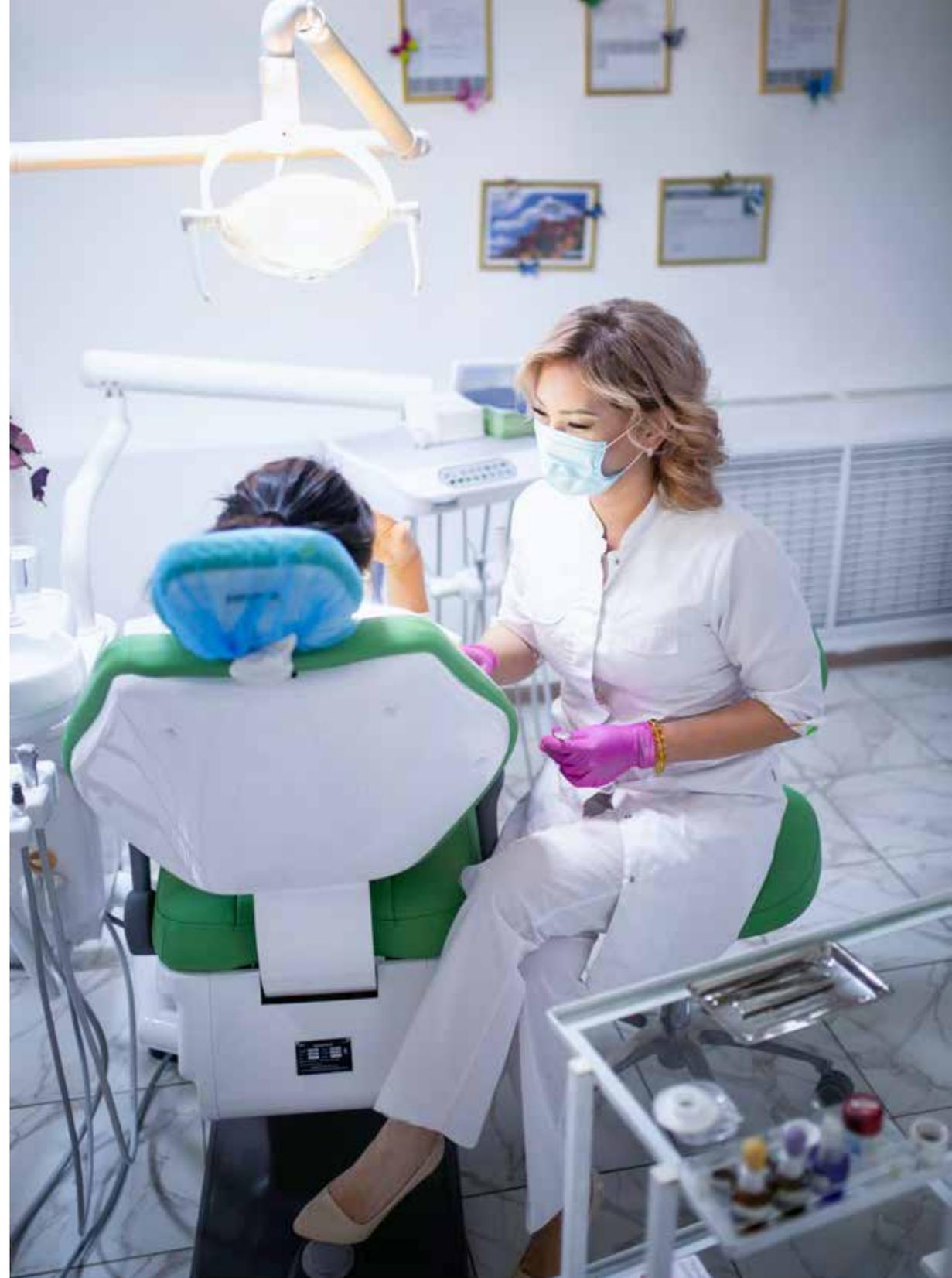
ну. В чём я несколько не жалею. *(улыбается)*

– Вы работаете в клинике Di&Az-Dent. Когда она была основана? Большая ли команда работает в ней?

– Забыть дату основания клиники невозможно, потому что дата открытия совпала с моим 24-лети-

ем: 4 апреля 2008 года. Di&Az-Dent расшифровывается как Динара и Азамат: Динара – это я, а Азамат был вторым руководителем клиники. Позже он подарил мне клинику полностью, за что я ему благодарна.

Название менять не стала, потому что за столько лет наши пациенты уже привыкли к нему. На данный



момент коллектив у нас небольшой, но дружный и сплоченный. Главная роль у врача Ерлана Сериковича Байгонова. На протяжении долгих лет он показывает свой профессионализм во всех своих специализациях: ортодонтии, ортопедии, эндодонтии и хирургии. Все вместе мы друг друга вдохновляем и мотивируем на отличную работу.

– С какими проблемами чаще всего обращаются ваши пациенты?

– Хороший вопрос. Раньше люди обращались, когда уже было крайне критическое положение. Жалобы были на острую ночную боль, холодное-горячее. На профессиональном языке это называется пульпит. В такие моменты пациент испытывает отчаяние, просит удалить зуб, чтобы поскорее избавиться от боли. Печально слышать от пациентов, что уже ранее они прибегали к таким методам. А ведь это поправимое положение. Сейчас же пациенты при-

ходят с фразой: «Доктор, посмотрите, у меня случайно не пульпит?».

– В наше время стали популярны брекет-системы. Как считаете, почему?

– Да, действительно, брекет-системы стали популярны во всех стоматологических клиниках. Всё чаще пациенты стали обращаться с просьбой исправить прикус. Пару раз было такое, что просили просто установить брекет-системы, считая, что это красиво и модно (*улыбается*).

– Какие лучше выбрать брекет-системы? От чего зависит цена?

– Это частый вопрос от пациентов при первом их посещении. Не скажу, что чем дороже, тем лучше. У всех разные просьбы.



Взрослым людям важна эстетика, чтобы во время исправления прикусы окружающим не было видно, и мы советуем либо керамические брекет-системы, либо сапфировые. А некоторым важно установить брекет-системы по минимальной цене, для них советуем устанавливать металлические.

– За какое время можно исправить прикус и сделать ровными зубы?

В среднем на это уходит от 6 месяцев до 3-х лет.

Нужно подходить индивидуально. Но в нашей практике бывали случаи, когда усилиями нашего врача Ерлана Сериковича мы смогли исправить прикус за два месяца. У нас много наших работ, отзывов и рекомендаций, ознакомьтесь с ними вы можете в инстаграме: @diaz_dent

– Многие до сих пор боятся боли, из-за этого не хотят ходить на процедуры. Современная стоматология шагнула вперед в этом вопросе?

– Естественно, медицина не стоит на месте, и на наших семинарах, стоматологических выставках мы постигаем всё новое.



К примеру, знали ли вы, что есть специальные пломбировочные материалы, которые убирают кариозную полость без сверления? Есть специальный гель, который проникает в глубокие слои зуба и герметизирует эмаль, уничтожая бактерии.

– Проводите ли вы акции на процедуры?

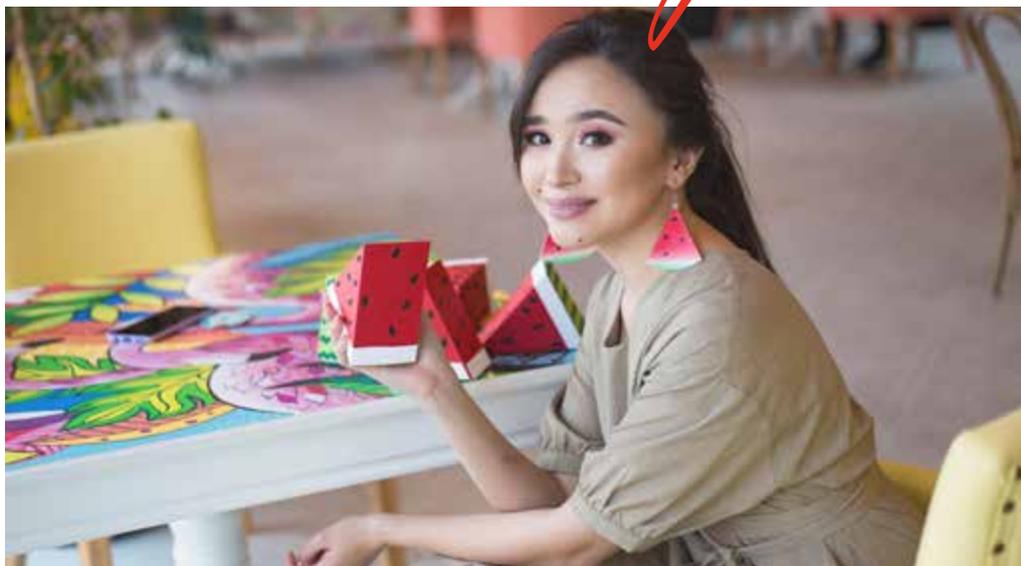
– Мы регулярно проводим различные акции на любые виды услуг: лечение, протезирование, исправление. К примеру, установка металлических брекетов у нас сейчас стоит 35000 тенге на одну челюсть, лечение зубов от 4000 до 18000 (на материалах из Германии, USA). Узнать точную стоимость вы можете, просто посетив нас, консультации мы проводим бесплатно.

г. Алматы,
ул. Жарокова, 219

instagram: @diaz_dent

WhatsApp
+7-707-794-88-78

А вы знаете, что такое *бонбоньерка?*



Акмарал Закарим с изяществом украшает подарки.

Акмарал, многие люди никогда не слышали о слове «бонбоньерка». Но именно оно описывает то, чем вы занимаетесь. Давайте сделаем так, чтобы наши читатели поняли, о чем речь.

– Я занимаюсь изготовлением бонбоньерок на заказ. Слово «бонбоньерка» образовано от французского слова «бонбон» («конфета») и означает «коробочка для конфет». Это небольшие коробочки или мешочки с подарками для гостей, которые являются

благодарностью виновников торжества друзьям, родственникам, близким и родным за то, что они разделили с ними их радость.



Считается, что первые бонбоньерки появились в XV–XVI веках и использовались среди европейской знати. Они изготавливались из меди, золота, серебра, натуральной кожи, фарфора, хрусталя, украшались кристаллами и драгоценными камнями. В качестве содержимого обычно использовались разнообразные сладости, которыми гости могли полакомиться, придя домой. Сегодня бонбоньерки не утратили своего предназначения, единственное, что изменилось, –

помните ли вы свою первую работу?

– История с бонбоньерками началась в 2015 году, когда у нас в семье

материал, из которого они изготавливаются, декор и формы бонбоньерок.

– *Как вы поняли, что хотите создавать изящные коробочки для конфет?*

намечалось торжество по случаю празднования 70-летия моих ата и апа. Вместе с ними я поехала выбирать пригласительные билеты и бонбоньерки, и в процессе меня вдруг осенило, что я могу всё это изготовить сама. Я предложила своим, а они в свою очередь отшутились, сказав, мол, если всё получится, то на сэкономленные деньги купят мне хороший цветной принтер. В итоге, просмотрев на YouTube всевозможные видеуроки, пробежавшись по типографиям, я смогла осуществить задуманное и получила

обещанный принтер. С тех пор я начала увлекаться праздничной полиграфией, в частности созданием бонбоньерок. Стоит отметить, что родные доверили мне эту важную составляющую праздника благодаря моим творческим навыкам, ведь наряду с обычной школой я окончила и



художественную. К слову, там из всех арт-предметов мне нравилось декоративно-прикладное искусство. Само слово «декор» – «украшение» говорит само за себя.

– Насколько это направление востребовано в Казахстане?

– Традиция дарить подарки гостям актуальна и в наши дни пользуется большой популярностью. Бонбоньерки также могут выполнять и декоративную функцию. Правильно подобранные бонбоньерки станут прекрасным дополнением оформления праздничного стола и всего мероприятия в целом.

– За какие заказы вы беретесь?

– Я не берусь за все заказы, чтобы не разлюбить дело,

которым занимаюсь. Несколько раз в месяц принимаю заказы по изготовлению бонбоньерок, которые приходят мне в Инстаграм. У меня есть наработанные дизайны для самых важных мероприятий – таких, как свадьба, проводы невесты,



день рождения и т.п. Мои самые любимые заказы тематические. Тут я даю волю своей фантазии, конечный результат всегда радует как меня, так и моих заказчиков.

– Расскажите о самом процессе создания: как, из чего производится

то, что вы делаете. И сколько времени уходит на это?

– У меня нет помощников, и закупом материалов до сборки и другими нюансами занимаюсь я сама. С детства влюблена в бумагу, из-за чего меня даже

прозвали «бумажной девочкой». Поэтому бонбоньерки собираю исключительно из бумаги. Они, как и другие атрибуты торжества,



являются анонсом мероприятия, так как в настоящее время их дарят до начала праздника. По-

этому при выборе дизайна опираюсь на концепцию мероприятия и цветовую палитру, которую задают заказчики. Затем подбирается материал, составляется и утверждается примерный бюджет, размер которого зависит от сложности сборки, количества, типов печати и видов материалов. Далее



разрабатывается первая версия дизайна. После утверждения дизайна рассчитывается точная стоимость производства и запускается процесс сборки. Это описание индивидуальных заказов, а наработанные дизайны

имеют фиксированные цены от 500 до 1 200 тт.

– Значит, все-таки «обертка» – это важная составляющая часть всего «образа»?

– Конечно! Обертка важна не менее, чем сам подарок. Именно она формирует первое

впечатление, создает ощущение сладкого и волнительного предвкушения сюрприза. От того, насколько качественно и продуманно упакован подарок, зависит, с каким настроением человек его откроет.

– Акмарал, а это ваша основная деятельность? Или вы это занятие относите к хобби?

– После окончания школы я не поступила на факультет дизайна, а отучилась на юриста. Самое интересное то, что мне нравится моя юридическая деятельность, по сей день работаю по специальности, а рисование, бонбоньерки – это мое хобби, которое я смогла монетизировать. Но всё же меня время от времени посещают мысли, что когда-нибудь я начну работать на себя, и считаю, что благодаря моему хобби я закладываю себе путь в этом направлении. Ведь в будущем я вижу себя свободной художницей-мастерицей, у которой есть своя уютная и светлая арт-мастерская.

instagram: @sheber.qz
+7-701-512-34-28



Мерuert Жумадильдаева –
**МЕЖДУНАРОДНЫЙ ГИД
СИСТЕМЫ «ДИЗАЙН ЧЕЛОВЕКА»**

Мерuert, при знакомстве с вашим профилем в Инстаграме сразу складывается впечатление, что вы живете в гармонии с собой. На вашей странице царит добро и любовь. Отсюда вопрос: так ли это было всегда? Или пришлось над собой немного поработать?

– Я благодарю за такую оценку меня и моей страницы. Нет, так не было, я не родилась такой. Даже больше скажу: я раньше вела себя как мальчишка и даже одевалась так же. Отсюда столько комплексов. С этим я росла. Да и, как у многих девушек, прошлое было не самым сладким, в постсоветское время редко кто был с достатком и без моральных травм, хотя родители старались изо всех сил. События прошлого заставили меня быстрее повзрослеть и на-

учили быть благодарной за то, что есть. Я до сих пор в шутку говорю, что оптимизм – это главное, что в нас воспитали!

– Работа над собой – это приятно и легко или трудно и слёзно?

– Вначале это безумно сложно, особенно когда сама жизнь тебя через отрицательные события учит. Словно жизнь специально тебя ломает

Словно жизнь специально тебя ломает так, чтобы ты оказался у пропасти, а потом дарит крылья

так, чтобы ты оказался у пропасти, а потом дарит крылья и показывает, как это – летать! Само намерение меняться не приходит тогда, когда хорошо, оно возникает, когда выхода другого нет. Безумно страшно делать первые шаги в неизвестное будущее, а через несколько шагов, осознавая, что впереди нет ничего страшного, ты начинаешь шагать увереннее и быстрее.

– Есть такое убеждение: если человек перестает чему-то учиться в жизни, он начинает деградировать. Согласны ли вы с этим? И учитесь ли вы чему-то в данный момент?

– Конечно, согласна! Особенно сейчас. События происходят быстро, и всё связано между собой. Любая новая технология сразу же меняет

экономику всего мира. Внешние события непроизвольно

расширяют сознание людей, и надо быть к этому готовым. Для того чтобы конкурировать и не остаться в рядах последних, надо учиться. И через учебу мы расширяем кругозор. В связи с этим обучение в современном мире должно занимать первое место, а главное, чтобы это было интересно и в удовольствие. На данный момент я прохожу последний месяц обучения на курсе «13 чакр», также продолжаю глубже

изучать систему «Дизайн человека», постигаю новые тантрические знания и практики.

– Мерурт, вы помогаете девушкам полюбить себя и обрести свой путь. Расскажи-



те, по каким программам проходят ваши тренинги.

– В какой-то момент я осознала, что могу помочь девушкам побороть свои страхи, принять себя и перестать придумывать себе комплексы. Показать, что с ними всё в порядке и каждая может сама помочь себе. В данный момент мои вспомогательные ин-

струменты – это тантра, курс «13 чакр» и система «Дизайн человека». Для меня близки эти направления, потому что каждое из них дает право выбора человеку без шаблонов «как должно быть, а как нет».

– Давайте остановимся на курсе «Дизайн человека». На что нацелен этот курс?

– Эта система нацелена на развитие индивидуальности человека. Она дает ответы на многие вопросы: как правильно поступать при принятии серьезных решений, на что опираться, где ваш ум – вам враг, а где друг. Как реагирует ваше тело

на те или иные события. И как понять, что вы принимаете верное для вас решение.

– Как проходят занятия: с чего всё начинается?

– Курс нацелен на то, чтобы познакомить человека с его индивидуальностью и помочь ему развить ее. С помощью даты, времени и места рождения аналитик системы «Дизайн человека» рассчитывает ваш бодиграф, который состоит из многих деталей и включает в себя астрологию, китайскую книгу перемен И-Цзин, каббалу и квантовую физику. И благодаря тому, что изображено на бодиграфе, аналитик рассказывает вам о вас, ваших особенностях, проблемах, которые ваш ум постоянно пытается решить, но по какой-то причине не может, и о вашем индивидуальном способе принятия решений.

– Что получают в жизни люди, которые прошли этот тренинг? Есть ли мотивирующие истории успеха?

– Легкость и уверенность в себе. И ответ на самый главный вопрос – кто же я? На каждой такой консультации мне нравится одна и та же фраза от всех: «Точно, да, я всегда думал, что со мной что-то не так, а оказывается, вот где причина!», то есть человек получает наконец-то ответ на вопросы, почему он вспыльчив или нелюдим, отчего происходят его страхи, почему он не может найти себя и свое предназначение. Мое личное стремление – в том, чтобы сделать такую консультацию обязательной для родителей маленьких детей, чтобы с самого рождения они могли понимать, как с детьми найти общий язык, как помочь развить сильные стороны и дать ребенку с детства инструмент для принятия решений, чтобы он не сомневался и не думал, какую профессию ему надо



получить, чем заниматься и вообще чего он хочет. Это вопросы многих подростков – мой младший брат и его одноклассники сейчас переживают этот момент, и у меня самой было так. Ведь очень мало программ, которые помогают школьникам выбрать специальность по душе.

– Что посоветуете тем, кто еще сомневается в своей уникальности?

– Не бояться и довериться жизни. Каждый человек по праву рождения – индивидуальная, неповторимая деталь огромной системы под названием Вселенная. Не надо стараться быть как все, у каждого особое место здесь, главное понять – КТО ВЫ, тогда и обретете свое место под солнцем.

instagram: @
projector_2018

+7-778-389-88-16

Ғажайыптар мезгілі Время волшебства



Wish upon a
COSTA

NATURAE

Природа может проявляться сильнее в условиях жизни в шумном городе, среди технологий и гаджетов. Каждому нужна перезагрузка, необходимо заряжаться энергией, пополнять свои силы, часто это происходит благодаря тому, что мы поддерживаем связь со своими истоками.

Героиня спецпроекта живет в большом городе. Каждое утро ее влечёт какое-то чувство, но она не может понять, что это. Она закрыта и холодна, ее что-то сковывает и беспокоит. Ей нужна свобода, чтобы почувствовать свою силу и красоту. Влечение к дикой природе и своим истокам проявляется в том, чем она хочет себя окружать: это растения, деревья. В процессе она понимает, что они дают ей силу и возможность почувствовать себя королевой, так она чувствует свою силу и мощь.

Blouse and trousers by Stradivarius



Our team

Photo @sandriniya

Stylists @lara_onstyle and @veronchuk

Makeup artist @anjelikamakeup

Hair stylist @guzaly.sh

Set design @nadek_usa

Modeling agency @castkz

Location @basic_studio_almaty

- Dress by Mira mia
- Earrings are property of the stylist



- Fur coat and shoes by Mango
- Dress by H&M



- Trench coat by Amie Kazakhstan
- Jabot and earrings are property of the stylist


NEON MEDIA

www.theneon.media



▶ REC

ФОТО
СЪЕМКА
ВИДЕО

АЛМАТЫ

ЛЮБОГО ФОРМАТА

+7 (777) 00 555 84



- 1 Отсканируйте QR-код и установите приложение
- 2 Просматривайте фото из отчетов и будьте в курсе всех акций заведений



App Store



Google Play

СКИДКА

до 20%

при заказе фото-
или видеосъемки
через приложение

A professional portrait of Karina Baybusinova, a woman with long, dark, wavy hair, wearing a black blazer. She is seated in a white chair, looking slightly to the right of the camera with a calm expression. The background is a softly lit office or clinic setting with a white shelf holding books and a small plant.

*Карина Байбусинова:
«Любовь к себе начина-
ется с заботы о себе»*

Карина Байбусинова – врач-онкодерматолог. Она специализируется на таких процедурах, как мезотерапия, трихология и ботулинотерапия.

Карина, как вы считаете, насколько верно утверждение: все проблемы с кожей – это отражение наших внутренних болезней?

– Затрудняюсь ответить, но все мы знаем, что косметологи и дерматологи говорят в один голос, что проблемы с кожей связаны с проблемой неправильного питания. В 70% примерно так и есть, но иногда на состояние кожи влияют и внешние факторы. Это, к примеру, аллергии различного рода, смена климата и также кое-какая декоративная косметика.

– В каких направлениях косметологии вы специализируетесь?

– По образованию я врач-онкодерматолог. Но работаю на данный момент врачом-косметологом, так как эта профессия ныне востребована, и мне самой интересна эта часть дерматологии.

– Насколько сильно косметология делает шаги вперед? Появляется ли что-то новое?

– Любой человек, побывавший хоть один раз в жизни в кабинете у косметолога, начинает понимать, насколько косметология шагнула вперед, так как за достаточно короткое время можно привести кожу в идеальное состояние. Инновации в этой сфере

появляются каждый день, и для каждого есть свой определенный фаворит.

– *Какие самые популярные косметологические процедуры делают у вас?*

– Чаще всего делают процедуры в сфере трихологии, – это процедуры по волосам. Также мезотерапию и ботулинотерапию. Ботулинотерапия помогает при мимических морщинах, а также при нежелательных «эмоциональных» морщинах. По моему мнению, каждая уважающая себя женщина должна изучить, знать эти процедуры и обращаться к высококвалифицированным специалистам.

– *Карина, теперь расскажите подробнее, что такое онкодерматология.*

– Онкодерматолог – это врач, который детально изучает механизм возникновения предрака кожи и ее придатков, а также лечит злокачественные и доброкачественные новообразования кожи.

– *С какими диагнозами приходится работать дерматологу-онкологу?*



– Существует большое число форм доброкачественных опухолей кожи и подкожной клетчатки: бородавки, невусы, папилломы, кондиломы, меланомы, кератозы, кисты, гемангиомы и так далее. Эти образования кожи в большинстве случаев лучше удалять, так как они могут перерождаться. В качестве примера можно привести злокачественные образования кожи: это плоскоклеточный рак кожи, базальноклеточный рак кожи, меланома.

– *Вы только ставите диагнозы и отправляете человека к другому доктору или в некоторых случаях занимаетесь и лечением?*

– Я и диагнозы не ставлю, так как работаю в другой сфере, если вижу какие-либо признаки, то, конечно же, перенаправляю к специалистам. Раньше я лечила при научном институте.

– *Каков же будет совет от дерматокосметолога-онколога?*

– Следите за своей кожей, папилломы, бородавки, родинки и всё, что вызывает у вас дискомфорт, должно проверяться врачами-онкодерматологами. Любовь к себе начинается с заботы о себе и ежедневного ухода, так давайте ухаживать за своей кожей вместе.

+7-700-070-00-46
@karinabeauty.kz



MUAH @beauty_sk_



Илана Зарипова
проводит даосские
практики для женщин

Изменить себя к лучшему

Илана Зарипова проводит даосские практики для женщин.

Илана, расскажите, пожалуйста, о себе и о том, как в вашей жизни появилось такое явление, как даосские практики.

— Моя жизнь состоит из нескольких периодов, сильно отличающихся друг от друга. Всё детство я провела в обнимку с книгами. Мне нравилось учиться в школе, причем нравился каждый предмет от физкультуры до математики.

Почему-то с раннего детства самое большое удовольствие я получала от процесса узнавания нового и, подрастая, ждала, когда же стану взрослой и начну открывать для себя весь огромный удивительный мир. Закончив университет, я переехала из родного Уральска в Алматы и тем самым запустила второй этап своей жизни, который можно назвать «пределом мечтаний». Обладая сильным характером и волей, но не имея никаких знакомств и связей, я решила со-

стояться в этом городе и начала с получения степени MBA со специализацией в маркетинге. Продвинувшись за десять лет от позиции бренд-менеджера в международной корпорации до руководителя фронт-офиса страховой компании, я удовлетворила свои амбиции и поняла, что могу достичь любых профессиональных и материальных высот. В этот момент карьера перестала меня интересовать, и я сознательно запустила самый сложный и болезненный

период моей жизни, который про себя назвала «перезагрузкой». Я оставила работу и решила понять, кто же я есть сама по себе, без привязки к семье, к работе, к месту проживания. Кто я есть? Для чего живу? В чем состоит мой путь? Я искала ответы на эти вопросы. Именно

но в этот переломный момент я приобрела книгу даосского учителя Мантэка Чиа и начала по ней заниматься. Через полгода я поехала к нему на ретрит и вернулась сертифицированным инструктором.

— Да, это так. Начинать что-то новое всегда сложно, но у меня был огромный интерес открыть для казахстанских женщин глубокие и простые практики, которыми, по разным источникам, от пяти до восьми тысяч лет. Десять лет назад я открыла даосский центр в Алматы, который за это время посетили тысячи женщин. В настоящее время даосские практики стали известны многим людям в нашей стране в основном благодаря рекомендациям тех, кто уже прошел занятия и смог изменить свою жизнь в лучшую сторону. Сейчас в нашей стране уже образовалось мощное даосское сообщество практикующих женщин.

— Как даосские практики повлияли на вашу жизнь?





– Я бы сказала, самым решительным образом. Благодаря даосской системе сложилось мое новое мировоззрение, философия и отношение к жизни. Прекратились внутренние метания, сомнения и жизнь в плоскости. Теперь меня интересует глубина собственного развития в даосских практиках, во всём, чем я занимаюсь. У меня появился огромный интерес к себе, и я искренне считаю, что самый эффективный способ сделать мир лучше – это сделать счастливой себя. Не зря даосы говорят, что, для того чтобы узнать мир, нужно познать себя. Я смогла найти свой индивидуальный путь, свое предназначение. Теперь я не придаю огромного значения внешней жизни, но стараюсь расширить

и углубить свою внутреннюю жизнь. Благодаря этим внутренним изменениям я встретила своего мужа, с которым мы создали по-настоящему близкие, искренние отношения, а это очень важная составляющая в жизни каждой женщины.

– Какие результаты получают женщины, занимающиеся даосскими практиками?

– Даосские практики многогранны и способствуют повышению качества жизни во всех ее сферах. Они помогают наполнить себя энергией из окружающих источников (а всё вокруг нас суть энергия), а главное – перераспределить эту энергию и сохранить ее в себе. Также даосские практики учат работать с эмоциями. Огромное коли-

чество женщин в течение дня возвращается к событиям прошлого – часто печальным, болезненным – и продолжает испытывать эмоции. При помощи практик необходимо очистить эмоциональное прошлое и в целом научиться трансформировать свои эмоции.

Конечно, даосские практики помогают улучшить здоровье всех органов и систем человека, например, полностью исцелить гормональную систему. Владение даосскими практиками также дает возможность женщине создавать энергетические поля, наполненные самыми позитивными энергиями.

Но самое главное – даосские практики помогают женщине поместить себя в центр своей жизни.

– Для того, чтобы получить результат от занятий, практиковаться нужно постоянно? Или достаточно пройти курс?

– Как и в любом – абсолютно любом – деле, чтобы освоить даосские практики, нужно последовательно и регулярно выполнять упражнения. Так же, как мы учимся готовить, водить машину, выполнять свою работу, точно так же нужно сначала учиться работать с энергией, эмоциями,

мыслями, а затем постепенно наращивать свое мастерство, создавая себя счастливой, здоровой, успешной и пребывающей в гармонии. Хорошая новость в том, что в начале обучения достаточно заниматься 10–15 минут утром и вечером. Затем даосские практики встраиваются в жизнь и создают для себя время через увеличение качества сна и повышение личной эффективности, например.

– Илана, расскажите также о вашей книге по саморазвитию: как она создавалась, на что нацелена и как ее можно приобрести.

– Да, прямо сейчас я завершаю свою первую книгу. Она создана по материалу онлайн-курса «10 шагов женщины навстречу себе», в котором участвовало около 2 400 женщин со всего мира. Этот курс был задуман мною в качестве вклада в улучшение жизни на Земле в виде моей программы по передаче своей энергии миру. Я находилась в постоянном контакте с участницами, поддерживала их, отвечала на вопросы, и за восемь лет существования курса накопился огромный материал, который я постаралась сжато изложить в формате книги.



Если честно, то задумывалась я ее в качестве довольно легкого и простого пособия по саморазвитию для начинающих. Но в процессе написания книга удивительным образом трансформировалась в серьезный путеводитель по поиску себя. Например, начинается она с определения жизненной миссии – не больше и не меньше. Главное в этой книге – конкретные упражнения и практики, которые помогают найти цель своей жизни и определить четкие пути для ее достижения. Признаюсь, это очень волнительно – выпускать в жизнь продукт своей творческой, интеллектуальной, духовной жизни. Но результаты участниц программы, которые легли в основу книги, помогают мне надеяться на то, что мое произведение найдет своего читателя.

Работа с издателем начнется в мае этого года, и я думаю, что к концу лета книга увидит свет и казахстанские читательницы смогут найти ее на полках книжных магазинов.

– Что бы вы пожелали читателям нашего журнала?

– Как бы ни сложилась ваша жизнь на настоящий момент, у вас достаточно сил и ресурсов, чтобы создать жизнь своей мечты. Ни за какие бонусы не соглашайтесь на меньшее.

instagram:
[@ilana_zaripova_life_essence](https://www.instagram.com/ilana_zaripova_life_essence)

facebook.com:
[@ilana.zaripova](https://www.facebook.com/ilana.zaripova)

www.life-essence.org

My day organic



Динара Хамимолданова – основательница магазина органической косметики My day organic

Динара, вы сторонник естественной красоты. Тогда вопрос будет точно для вас: как вы считаете, почему в последние 5–7 лет органическая косметика получила невероятную популярность? Что произошло?

– Знание – это ключевой фактор в популярности органической косметики.

Со временем люди начали подробно узнавать из различных источников: профессиональной литературы, от сторонников ЗОЖ, органик-специалистов, блогеров по спорту и здоровью о вредных химических веществах, о нездоровых или вовсе ненужных ингредиентах, присутствующих в еде, в обычных бытовых средствах и в большинстве средств по уходу за кожей. Люди начали понимать, насколько они вредны, и искать более здоровую альтернативу.

– У вас свой магазин органической косметики. Какие главные аспекты

вы выделяете в идее My day organic?

– My day organic – это не только магазин органической косметики по уходу, но и простые советы для лучшей и здоровой жизни. Это здоровье и красота для тела и души. Наша миссия – делиться знаниями, мотивировать, создавать и развивать здоровый образ жизни в целом, достижимый и доступный абсолютно для всех. Суть здорового образа жизни в умеренности во всем, это выбор лучших и полезных продуктов, полезной и натуральной косметики, это занятия любимым спортом: будь то йога, танцы,

бег – всё что угодно, что нравится и совершенствует тело и душу.

– Расскажите нам в целом о своих брендах. Что делает их такими удивительными?

– Сейчас на рынке много косметических средств по уходу, и также большой выбор органической косметики. Однако многие продукты с маркировкой «натуральный» или «органический» не имеют гарантий, если они не сертифицированы независимым органом, поскольку соблюдение этих условий с указанием на упаковке в маркетинге не регулируется никем. MY DAY ORGANIC – это выбор только сертифицированных брендов, утвержденных ведущими мировыми органами по сертификации COSMOS/Ecocert, USDA ORGANIC. При выборе брендов мы смотрим на ключевые ингредиенты, которые важны и полезны для любого



типа кожи и возраста. Это такие ингредиенты, как масло шиповника, аргановое масло, масло баобаба, гибискус, зеленый чай, витамины А, С и Е и другие мощные антиоксиданты, которые жизненно важны для разных типов кожи при ее питании, увлажнении и защите эластичности. Также все наши бренды абсолютно cruelty-free, и это означает, что ни один бренд и/или его составляющие не тестировались на животных. Все наши бренды натуральные, полезные и безопасные, которые можно использовать тем,

у кого аллергия или слишком чувствительная и поврежденная кожа, а также будущим мамам и детям.

– Как вы находите новые

продукты, чтобы представить у вас?

– У нас три главных приоритета при выборе продукции.

- Натуральный продукт должен быть сертифицирован как минимум COSMOS/Ecocert как надежный, эффективный и безопасный.

Я считаю, что косметологическая отрасль нуждается в более жестком регулировании, чтобы люди знали, какие токсины содержатся в продуктах, которые они применяют, особенно если речь идет о детской продукции.

- Доступность в цене для каждого клиента в Казахстане. Мы не ищем супердорогой продукт, мы ищем полезный продукт. – И, конечно же, **продукт должен быть cruelty-free.** Я люблю животных, и для меня важно, чтобы каждый бренд не проводил тестирование над ними.

– Вы сказали, что My day organic – это здоровье и красота для души.

Что же это означает?

– Для меня чувство счастья – это чувство здоровья как внутри, так и снаружи, как в теле, так и в душе. Люди выглядят лучше всего, когда чувствуют себя хорошо, – это излучение идет изнутри. Вот почему My day – это целостное воспитание и души, и тела. Поэтому делимся различными советами, практикуем йогу, делаем медитацию и т.д.

– Что вдохновило вас внести духовный аспект в My day?

– Благодаря моему опыту я верю в целостный подход к общему самочувствию, а также в связь души, тела и кожи. Я была вдохновлена моими собственными духовными убеждениями, любимыми родителями, любимым котом Боней и старшей сестрой, которая с самого детства учила меня полезному и ин-

тересному, и до сих пор делится многим! Все эти аспекты помогли мне. Поэтому и зародилась философия My day: питайте свой разум и душу позитивными убеждениями и любовью к себе, кормите свое тело питательными веществами, которые ему необходимы для наилучшего функционирования, занимайтесь спортом и насыщайте кожу продуктами, которые помогают ее детоксикации, питанию и оздоровлению.

– Значит, для вас важен духовный аспект. А какой бы вы дали лучший совет по взаимоотношениям между мужчиной и женщиной?



– Я думаю, для того чтобы любые отношения были успешными, нужно глубокое общение друг с другом, умение быть благодар-

– Я думаю, для того чтобы любые отношения были успешными, нужно глубокое общение друг с другом, умение быть благодар-



– Многие бренды, магазины, заведения стали воплощать в жизнь идею защиты окружающей среды. Вы тоже на стороне сохранения богатства природы?

– Абсолютно. Природа – это единственный верный источник жизни для нас всех, для наших детей, для животных и в целом для нашего будущего. Один из девизов компании MY DAY ORGANIC – «Забота о природе сейчас даст нам больше, чем мы можем это представить». Это чистый воздух, экологически чистые и здоровые продукты, нетоксичные материалы, правильная переработка всего, что мы употребляем, – это правильный цикл жизни. Все мы знаем, как долго перерабатывается пластик, или как различные отходы годами не могут быть переработаны, и как это пагубно влияет на окружающую среду, на чистоту воздуха, на животный мир и в итоге

– Абсолютно. Природа – это единственный верный источник жизни для нас всех, для наших детей, для животных и в целом для нашего будущего. Один из девизов компании MY DAY ORGANIC – «Забота о природе сейчас даст нам больше, чем мы можем это представить». Это чистый воздух, экологически чистые и здоровые продукты, нетоксичные материалы, правильная переработка всего, что мы употребляем, – это правильный цикл жизни. Все мы знаем, как долго перерабатывается пластик, или как различные отходы годами не могут быть переработаны, и как это пагубно влияет на окружающую среду, на чистоту воздуха, на животный мир и в итоге

на человека. В связи с этим и появляется опасное загрязнение воздуха, а затем заражения и болезни. Я рада, что сейчас всё больше мировых брендов/компаний при-

нимают активное участие в решении этой задачи и разрабатывают одну за другой программы по утилизации пластика, старых вещей, мусора и даже мебели. Насколько я знаю, есть активисты и у нас в Казахстане, которые борются с загрязненностью воздуха в Алматы, занимаются утилизацией отходов, переработкой использованной продукции и так далее. Это очень радует и вдохновляет. Кстати, некоторые из наших линеек используют переработанную упаковку.

– Недавно началась всемирная паника из-за опасного коронавируса. Какой бы вы дали совет читателям, которые сидят дома?

– Это, конечно, печальные события, затронувшие весь мир, и они отразятся на всех сферах жизни, но мы должны осоз-

нано подойти к проблеме и в первую очередь обезопасить себя и своих близких, оставаясь дома, оберегая свое здоровье и здоровье своих близких. Самое главное – постараться не паниковать в этот период и заняться полезными и приятными делами дома.

– Что можете сказать читателям, которые только задумываются о переходе на натуральную косметику?

– Я бы сказала, вы не пожалеете! И уже никогда не вернетесь к продукции, которая полна химикатов. Здоровая, счастливая и красивая жизнь – это как раз то, чего жаждет каждый.

+7-777-820-81-88
+7-727-390-02-00

@myday.organic





Цветы для сказочных воспоминаний

Если вы хотите снять с себя часть груза по организации мероприятия, то лучше всего обратиться к настоящим профессионалам в этом деле.

Айнура Есимова занимается декорированием мероприятий «под ключ».

Айнура, давайте поговорим о профессиональном. Скажите, по вашему мнению, в чем заключается главная задача декоратора мероприятий?

– Главная задача декоратора – создать такое пространство свадьбы, в котором каждая невеста





будет чувствовать себя принцессой, и в котором каждое событие станет сказочным воспоминанием и запомнится надолго. Создать такую атмосферу, где не только влюбленные будут чувствовать себя как в сказке, но и уважаемые гости торжества.

– Сколько проектов вы можете вести за сезон?

– Всё зависит от объема декораций. В общем от 10 до 25.

– О трендах. Какие цвета, фактуры, детали актуальны в 2020?



- * Flame Scarlet (пылающий алый)
- * Saffron (шафран)
- * Classic Blue (классический синий)
- * Biscay Green (бискайский зеленый)

Но в основном мы оттаиваемся от пожелания заказчика.

– А насколько важна фотозона на мероприятиях? Нужно ли ей отводить особое внимание?

– Начиная подготовку к свадьбе, немногие молодожены точно знают, что именно они хотят, особенно это касается

декора и развлечения гостей. Мы разбираем с ними актуальность каждого пункта свадебного декора. Сегодня на очереди фотозона.

Фотозона на свадьбе – такой элемент оформления, который помимо чисто эстетической (закрывает дверь/трубы) и декоративной функции несет еще и нагрузку активности гостей на празднике и отвечает за их хорошие фотографии. Для каждой свадьбы вопрос о фотозоне обсуждается индивидуально, но есть несколько критериев, способных склонить ответ в ту или иную сторону... Это всё обговаривается непосредственно с заказчиками.

– С кем сложнее работать: например, с молодоженами или с офисными сотрудниками, которые хотят организовать корпоратив?

– Вы знаете, и там, и там найдутся свои нюансы (улыбается).

– А можно ли сделать что-то красивое, но недорогое? Ведь многие думают, что если бюджет ограничен, то лучше не обращаться за услугами оформителя.

– Конечно, это даже неудивительно, менталитет у нас такой. Мы считаем, что лучше

обратиться к декоратору и тем самым снять с себя хоть какой-то груз... Ведь по-любому свадебный переполох несет с собой «сложный характер».

+7-777-078-23-37

мкр. Самал, 1/ 33
@ah_flowers_almaty
art_house@mail.ru





«Просто, полезно»

фитнес-кондитерская

ЕСТЬ СЛАДКОЕ И НЕ ПЕРЕЖИВАТЬ ЗА ФИГУРУ

Беседа состоялась с Ириной Галиевой.

Для многих людей сладкое – это неотъемлемая часть жизни. Скажите, возможно ли такое, чтобы десерт был сладким, вкусным и к тому же очень полезным?

причинам: у кого диета, диабет, правильное питание, боятся поправиться... А наши сладкие десерты без сахара, пшеничной муки и трансжиров. Полезные – потому что мы не используем стабилизаторы и консерванты. Мы готовим десерты и выпечку

проконсультируйтесь с врачом).

Вместо муки у нас - овсяные и пшеничные отруби, - сухое обезжиренное молоко, - кукурузный крахмал, - альтернативные безглютеновые виды муки: кукурузная, рисовая, кокосовая, миндальная. Вместо сахара используем комбинацию подсластителей на природных компонентах: эритрит, сукралозу, стевииозид.

– Какие десерты можно попробовать в фитнес-кондитерской?

– Наши десерты (55 наименований) все вкусные. А почему? Потому что сделаны с любовью, вручную, индивидуально для каждого. Мы не штампуют торты, а готовим по одному заказу. Попробуйте, и вы останетесь равнодушными.

- для стройных и следящих за рационом,
- для худеющих,
- для спортсменов,
- для тех, кто на диете Дюкана,
- для диабетиков (составы десертов открыты,

проконсультируйтесь с врачом),
- для тех, кому противопоказан глютен (составы десертов открыты,



КБЖУ на 100 г
101/7,1/4,5/8,5

– Это действительно так, большинство людей ну просто жить не могут без сладостей. Позволить их не могут себе по многим

– Как устроено производство: кто придумывает рецепты, кто отвечает за ингредиенты и оформление?

– На удивление всем наше производство отлажено как на больших производственных комбинатах. Есть благоустроенный цех в соответствии со стандартом, соблюдена поточность, выделены помещения для печного цеха, склада, кремowego цеха, зоны приема сырья, для упаковки и выдачи готовой продукции. Готовим десерты строго по рецептуре и технологии, у нас работают

реложили или у нас чего-то не хватило. У нас команда небольшая и дружная, каждый готов помочь в любом деле при загруженности.

– Как часто у вас в меню появляется что-нибудь новое?

– В меню пока нечасто добавляем новинки, нас еще знает не весь Алматы. Но в любое свободное время мы отработываем новые рецепты, и в запасе у нас есть много вкусняшек.

– Вы работаете только на заказ? И есть ли у вас доставка?

– Мы работаем по предварительному заказу и доставке на дом. Всё самое свежее, ведь наш продукт натуральный и не подлежит заморозке.

Также мы открыли мини ПП-кофейню в формате «кофе и пирожные с собой», в данный момент подбираем достойный персонал для обслуживания наших любимых правильных сладкоежек. Пользуясь случаем, сообщаем: мы ищем хоро-



КБЖУ на 100 г
128/10,2/5,98/9,1

шего администратора в кофейню.

– Что считаете главным критерием своего успеха?

– Для нас важно создавать качественный продукт, который сделан с любовью, знанием, старанием ради пользы и удовольствия взрослых и детей.

@fitness_konditerskaya
www.ppdeserts.com, тел:
+7-701-518-47-57



КБЖУ на 1 шт.
136/3,9/9,0/10,3

одно удовольствие, как в школе: всё написано, все инструкции и рецептура вывешены на стене перед рабочим столом по отдельности для каждого. Вплоть до того, какой взять венчик для приготовления бисквита. Поэтому ингредиент сам за себя отвечает по рецептуре, не бывает, что мы что-то пе-



КБЖУ на 100 г
69/4,4/3,0/6,3



А всё ли вы знаете о внутреннем туризме в Казахстане?

Зотова Улбосын – руководитель компании «Бласт-тур». Турфирма занимается организацией туристических поездок в знаковые места Казахстана.

Улбосын, работать в сфере туризма – это была ваша мечта, и вы целенаправленно к этому шли? Или случайно попали в эту сферу?

– Я училась в медицинском, но, попав в сферу туризма, неожиданно поняла, что это моё. Никогда не знаешь, куда

судьба тебя занесет и где найдешь свое предназначение. Я попала в эту сферу еще в 2009 году, и с тех пор вкладываю свой труд в развитие внутреннего туризма в Казахстане.

– Туристическая деятельность – это сложный бизнес? Были ли трудности в самом начале?

– В любом бизнесе были и есть свои трудности. Мы работаем в этой сфере уже давно. Статистика показывает, что многие турфирмы закрываются в первые годы деятельности в связи с бешеной конкуренцией. Сейчас

уже нет большинства компаний, которые существовали 10 лет назад. Поэтому смело могу сказать: у нас стабильный бизнес, трудности позади.

– Вы развиваете внутренний туризм в Казахстане. Какие направления чаще всего выбирают казахстанцы? И что вы можете предложить вашим клиентам сегодня?

– На сегодня казахстанцам и гостям мы можем предложить посетить десятки красивых мест на любой вкус. Ныне популярны такие туры, как «Кольсайские озе-

ра – озеро Кайынды», «4 каньона», «Горячие источники», «Большое Алматинское озеро», «Чарынский каньон», «Тургенский водопад», «Озеро Иссык», индивидуальные туры по Казахстану.

– А как часто иностранные гости путешествуют по знаковым местам Казахстана?

– В последние годы очень часто. Приезжают туристы из России, Беларуси и Украины. Для них интересны все наши природные и исторические места, также обзорные экскурсии по городу Алматы. Они берут как отдельные машины, так и присоединяются к сборным группам.

– В чем отличие вашего агентства от других? Может, у вас есть свои «фишки», особенности по работе с клиентами, гибкие условия...

– Конечно. Мы являемся одной из первых компаний в сфере внутреннего туризма в Казахстане. Наша компания была образована в 1999 году, ей 21 год. Нами разработаны многие маршруты – такие, как «Кольсайские озера – озеро Кайынды», «Лунный ландшафт», «4 каньона», «Сакральный тур в Туркестан», «Монахово ущелье», «Ночной Чарын», «Плато Ассы», ставшие ныне очень популярными. Мы разработали эти туры, добавляем новые направления, постоянно улучшаем сервис. Знаем о своих турах всё. Остальные «фишки», пожалуй, оставлю нераскрытыми.

– Улбосын, как вы считаете: чего еще не хватает, чтобы и сервис был на высоте, и все условия для комфортного отдыха?

– В последнее время проблема с инфраструктурой в национальных

парках решается. Построены дороги на Чарынский каньон, нижнее озеро Кольсай. Планируется прокладка дорог на озеро Кайынды. И это прекрасно. Но остаются проблемы с дорогой на высокогорное плато Ассы, в знаменитые горы Актау и Катутау в Национальном парке «Алтын-Эмель», к самому большому водопаду средней Азии Бурхан-Булак. И следующая проблема заключается в организации санитарных остановок по пути и в национальных парках. Ее решение пока оставляет желать лучшего. Пожалуй, это основные проблемы для экскурсионного туризма. Если бы они были решены, мы бы улучшили качество обслуживания туристов и развивали внутренний туризм в Казахстане намного лучше!

Инстаграм: @blast_tour
2-501-512, 2-506-114,
+7-775-973-51-81,
+7-775-693-77-15



О чем расскажет дата рождения?

Оксана Чирцова – нумеролог

Оксана, как вы пришли в нумерологию?

– В 2003 году я окончила московскую Академию китайской метафизики и к тому времени, когда познакомилась с нумерологией, за плечами было 6 лет практики в области восточной астрологии Бацзы. Я увлекалась классической нумерологией, но, скажу честно, она меня не вдохновила. В 2009 году, путешествуя по Франции, я познакомилась с замечательным человеком, который познакомил меня с совершенно новым направлением в нумерологии – эзотерической нумерологией. Это уникальная система, построенная на изучении 22 энергий (арканологии) и позволяющая не только составить психологический портрет человека, но и выявить его таланты, уровень его способностей для са-

мореализации, сделать расчеты о возможной совместимости с другими людьми, оценить различные сферы жизни, составить прогноз вероятных событий и т.д. Дальше были годы практики, изучение энергии чисел, совмещение их с астрологией, что-то было взято из классической нумерологии (буквенной нумерологии). Таким образом, у меня сложилась своя система видения чисел и их влияния на жизнь человека. И несмотря на 10-летний стаж в области нумерологии я не перестаю удивляться тому, как много информации содержит наша дата рождения и насколько точную информацию дают числа.

– Как проходят ваши консультации?

– Консультации – это всегда живое общение. Мне важно понимать, какой запрос возник у клиента, найти причину его проблемы. Иногда приходится углублять-

ся в детство, в родовые программы, важно понять, какую позицию в жизни занимает человек: социальную или кармическую. Беседа может состояться в двух форматах: это может быть личная встреча, а может быть и общение через интернет.

– О чем вы можете рассказать на консультации? Насколько это важно?

1. В первую очередь о чертах характера. Очень часто мне приходится работать с проблемами клиента, причины которых кроются в детстве. Например, в семье растет два ребенка. Одного дата рождения наделила лидерскими качествами: такие дети не любят подчиняться, не терпят указаний. Второй нежный, обидчивый, sentimentalный: такие дети всё принимают близко к сердцу. И здесь родителям важно понимать, что к этим детям должен быть совер-



шенно разный подход. Иначе они рискуют в первом случае вырастить агрессора, а во втором человека неуверенного, с кучей страхов и комплексов. Ни тот, ни другой не смогут успешно реализоваться в жизни.

2. Я произвожу анализ социальной задачи и кармической отработки. Социальная задача представляет поведение человека в социуме, выбор профессии, сферы бизнеса, личную жизнь. Кармическая отработка рассматривает проблемные черты характера и линии поведения, которые могут навредить. Например, задачей определения себя в социуме человеку дано быть успешным бизнесменом, заработать хорошие деньги. Но в карме стоят числа, которые говорят о его неуверенности, страхах, боязни брать на себя ответственность. Он не сможет реализовать свою социальную задачу и стать бизнесменом, пока не отработает кармические проблемы, а именно не избавится от своих страхов.

3. По дате рождения можно увидеть потенциал человека в межличностных отношениях, что мешает строить партнерские отношения, как они будут развиваться, как правильно их выстраивать,



с какими трудностями пара может столкнуться, как найти компромисс, чтобы сделать эти отношения гармоничными.

4. Прогнозирование вероятных событий не дает возможности на 100% предугадать, какие события произойдут. Человек всегда свободен в своем выборе. Но вот анализ энергий года поможет сориентироваться в последующих действиях. Можно определить, к примеру, благоприятно ли время для активных действий: открытия бизнеса, брака, финансовых вложений, зачатия или чего стоит опасаться: попадания в ДТП, проблем со здоровьем, в личной жизни, финансах и т.д.

5. Анализ финансового кода позволит понять потенциал человека в финансовой сфере, увидеть, с помощью каких средств, приемов и действий человек смо-

жет заработать деньги, в какой сфере лучше открывать бизнес и какие обстоятельства могут помешать реализации этой цели.

6. Буквенная нумерология позволит узнать, как фамилия, имя, название бизнеса, город, номер авто влияют на судьбу человека. Знать свой потенциал очень важно! И чем раньше человек о нем узнает, тем раньше он сможет добиться успеха. Выбрать верную профессию или сферу бизнеса, в благоприятное время открыть бизнес, вовремя понять причину, которая мешает выстраивать личные отношения, не упустить благоприятное время для зачатия, то есть вовремя «подстелить соломку» – это 70% вашего жизненного успеха!

– На чем еще вы специализируетесь?

– Кроме консультаций в области астронумерологии вот уже на протяжении пяти лет я провожу офлайн и онлайн обучающие курсы по эзотерической нумерологии. Подробнее узнать о них можно на моей странице в Инстаграме @astrolog_chirtsova.

– Как проходит обучение?

– И офлайн, и онлайн обучение включает в себя 12 занятий и проходит в мини-группах до 15 человек. Это дает мне возможность контролировать то, в какой степени усвоен материал. Курс построен на практических разборах, после каждого урока да-

ется домашнее задание, что позволяет закрепить пройденное. Во время курса участники также разбирают свои даты рождения и получают по ним рекомендации. Создаются чат-группы, где у слушателей есть возможность задавать вопросы, разбирать примеры, получать мою поддержку после окончания курса. Время чата не ограничено. И, как показывает жизнь, через два-три месяца девочки начинают самостоятельную практику.

– Легко ли дается курс? И где можно применять полученные знания?

– Сама по себе техника очень простая. Основная сложность в интерпретации чисел, но за 12 дней мы разбираем много примеров, анализируя различные ситуации. Данную технику очень активно используют профессиональные психологи, так как, проведя несколько несложных расчетов, сразу можно увидеть проблему человека. Ее можно применять для личного

анализа жизни, при личном консультировании в качестве нумеролога, таролога. В итоге человек получает мощный инструмент, помогающий не только повисить удачу и не двигаться по жизни вслепую, но и получить полноценную профессию, зарабатывать деньги, помогая людям.

– А что дает вам знание прогностических техник?

– Во-первых, понимание себя и других. Это позволило мне наладить отношения с близкими, корректировать судьбу, находиться в нужном месте в нужное время. Во-вторых, я занимаюсь любимым делом и получаю от этого моральное удовлетворение, особенно тогда, когда клиенты дают обратный отзыв, и я вижу, насколько изменилась их жизнь в лучшую сторону. А ведь это так важно – любить свою работу.



Инстаграм
@astrolog_chirtsova

www.world-magic1

+7-777-565-61-65



Пение – это моё хобби

Анастасия Малинина поет и занимается танцами. Она не представляет своей жизни без творчества и любимого дела.

Анастасия, почему именно пение? С чего начался ваш путь к микрофону? Вы любите петь в детстве?

– Вы знаете, мы на самом деле никогда вовремя не используем наши ресур-

сы, когда-то заложенные в нас родителями. К примеру, мама приобщала меня к творчеству еще в раннем детстве, но в то время я, естественно, не придавала этому значения. А сейчас хорошо понимаю, что вокал всегда присутствовал в моей жизни, и я этим живу. Всё начиналось с хоровых выступлений в школе и в филармонии. А со временем переросло в работу на сцене.

– *А пение сейчас – ваша основная деятельность или всё же хобби?*

– Это хобби, которое приносит мне не только удовольствие, но и прибыль. Вы не поверите, но, оказывается, можно заниматься любимым делом и получать за это деньги.

– *Участвовали ли вы в музыкальных проектах, конкурсах? И, как считаете, нужно*

ли это делать начинающим вокалистам?

– В вокальных конкурсах я еще не участвовала, но у меня всё впереди. Зато участвовала в танцевальных. И мое личное мнение: нужно пробовать всё. Сейчас есть столько открытых дверей, через которые можно ворваться и показать свое «я». И это зависит только от нас самих.

– Мы знаем, что изначально вы занимались танцами. Почему выбор пал именно на них, и присутствуют ли они сейчас в вашей жизни?

– Танцы... Я постоянно думаю: если бы не танцы, кем бы я была? Они помогли мне во многом и продолжают помогать. Они делают меня лучше изо дня в день. Всё начи-



налось ведь с банальной подработки в клубе, а в итоге стало неотъемлемой частью моей жизни. Я этим дышу. И я ни за что не променяю этот глоток свежего воздуха в суете серых будней.

– Ваше тело украшено татуировками. У вас особая любовь к ним? Или это просто часть образа?

– Это тоже интересная история, которая произошла совершенно случайно. Моя мама говорила: «Никаких татуировок или наколок», и я прекрасно понимала, что, если сделаю татуировку, к примеру, на руке, то, соответственно, проснусь наутро без нее (*смеется*). Но, как сказал мой мастер по тату Иса, он же известен как DOBERMAN: «Обратного пути нет, если

я позволю появиться рисунку на моем теле, он останется со мной навечно». И я рискнула, я рада, что попала именно в его руки, потому что все его работы уникальны. Мое тело украшено прекрасными портретами в стиле «реализм», и это своего рода фетиш. Я люблю звук машинки, и уже совсем не пом-

ню свое тело без этих рисунков. Я нахожусь в прекрасных отношениях со всеми личностями, которые находятся на моем теле. Поэтому хочу сказать спасибо Исе за то, что мы когда-то рискнули, и я ни капли об этом не жалею.

– Анастасия, скажите, насколько важны те, кто вас окружают в жизни? Как это помогает в карьере?

– В моей жизни было достаточно много интересных людей. Все они были даны для чего-то. Кто-то до сих пор присутствует в моей жизни, и поэтому я безмерно счастлива. Кто-то ушел, и я говорю спасибо за полученный опыт. С кем-то судьба связала совершенно недавно, но эти люди оказались ключевыми в моей судьбе, и я благодарна случаю за то, что всё складывается так, как должно быть. Они ежедневно дарят мне веру в себя, и я верю в каждого из них. Они прекрасны. Моя любовь к ним без-

гранична. Мы есть друг у друга, это самое главное.

– Каждый вокалист мечтает о большой сцене, о своей публике. Что скажете: мечтать нужно? Мечты исполняются?

– Каждый вокалист или артист мечтает о том, чтобы люди понимали, о чем он говорит. Конечно, мечтать нужно, и мысли материальны, если чего-то сильно

захотеть, это обязательно сбудется. Поэтому будьте аккуратны со своими желаниями. Но при этом ничего не бойтесь. Мечтайте, любите, ошибайтесь, сгорайте, помните, что есть «только здесь и сейчас». Остальное неважно. Только вы сами являетесь автором своей жизни, так напишите ее красиво. Я верю – у вас всё получится.

instagram: @malinochka.94



Деревянные изделия С ДУШОЙ



Олег Арапов специализируется на изготовлении деревянных игрушек и мебели.

Олег, как правило, многим людям трудно найти себя в жизни и свое любимое дело. Скажите, как это получилось у вас? Вы всегда знали, что хотите заниматься изго-

товлением деревянной мебели и игрушек?

– Вопрос поиска себя для большинства людей, в частности, в моем окружении, как правило, замирает на стадии постановки этого вопроса. Дальше дело движется. Сам через это прошел. В юности я и не помышлял о производстве чего-либо. В школе моими любимыми предметами

были русский язык и литература. Я готовился стать филологом. Но в 1992 году, когда я заканчивал девятый класс, понятия «филолог» и «материальное благосостояние» были абсолютно не совместимы. И я поступил в Алматинский индустриальный техникум на специальность «Технология деревообработки». Это решение стало судьбоносным в

определении профессии. Далее была Казахская Государственная архитектурно-строительная академия и чуть позже Санкт-Петербургская Государственная лесотехническая академия. Двадцать лет я посвятил работе столяром, мебельщиком, конструктором-дизайнером, инженером в мебельной и деревообрабатывающей отраслях.

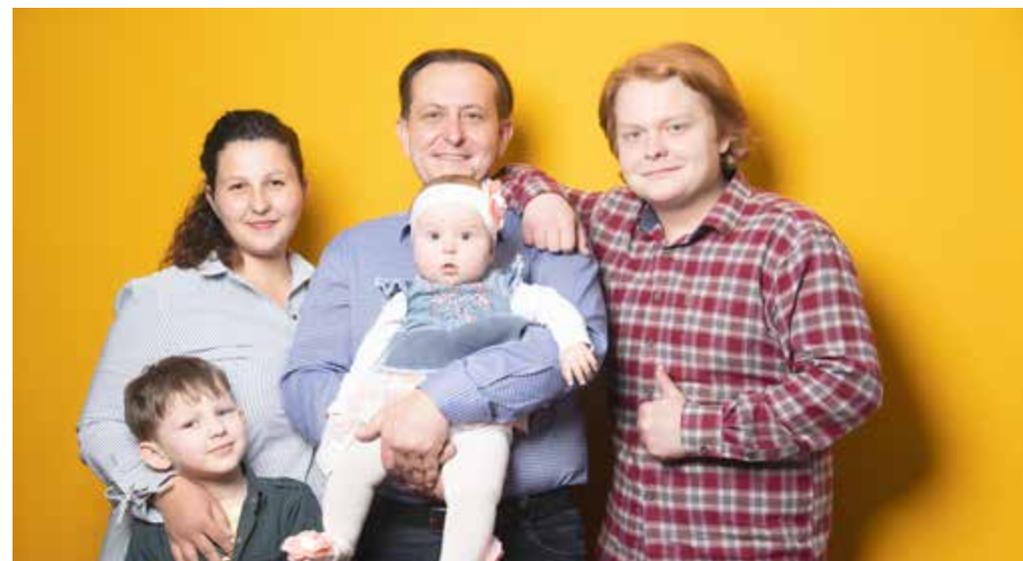
– Вы женат. Выступала ли супруга для вас неким мотиватором? А как именно это произошло?

– Мужчину определяет женщина, хотим мы того или нет. 80 процентов построения жизни и карьеры мужчины зависит от того, какая женщина с ним рядом. У тебя либо крылья расправятся за спиной, либо скатишься на дно. Мне в этом плане повезло – у меня крылья! Пелагея не просто верит в то, что у меня всё получится, но регулярно мне об этом говорит. А когда тебя любят, в тебя верят и помогают, дело спорится само собой, тем более когда дело любимое и приносит удовольствие и радость не только тебе, но и окружающим.

– А вот сейчас, когда дело уже поставили на поток, чувствуется ли семейная поддержка?

– Да, безусловно. Причем в дело вливаются и другие члены семьи, поддерживают, помогают. И это окрыляет еще больше и дает понимание, что без своей семьи я бы не справился.

– Давайте поговорим непосредственно о вашей деятельности. Почему вы решили специализироваться именно на мебели и игрушках?



– Почему? У меня никогда не было лошадки-качалки. Теперь есть! Очень много задач и вопросов мы таскаем за собой из детства. Чем больше детских



доступным и недорогим.

– Какой материал вы используете в своей работе?

– Основной рабочий мате-

риал, который мы используем, это массив сосны, а также фанера, ламинированная древесно-стружечная плита, МДФ.

– Сколько времени в среднем занимает изготовление заказа?

– В среднем от трех дней до одного месяца.

– На чем вы делаете акцент в своих изделиях: на качестве, дизайне, доступности?

– Делать акцент отдельно на качестве или дизайне, или доступности невозможно. Совокупность всех этих факторов влияет на формирование нашего собственного стиля, который, в свою очередь, формирует положительное мнение о нас как о производителях качественной, красивой и доступной продукции из древесины.

@vse_iz_dereva_almati
+7-705-996-86-03



Muzalli

бренд одежды

Айжан Заделен – дизайнер бренда Muzalli

Айжан, в чем заключается уникальность вашей авторской одежды для женщин?

– В простоте и качестве! Я не придумываю каких-то сложных конструкций в крое, но мою одежду ценят именно за ее простоту и непосредственность. Что касается качества, то моя одежда говорит



сама за себя, особое внимание уделяю технике пошива.

– Расскажите, с чего начался ваш творческий путь.

– Я в хиджабе уже 10 лет, и, когда его только надела, на рынке не было ничего стильного, приличного. Сначала я отшивала одежду для себя в ателье, придумывая свой дизайн. Но после замужества, не найдя работу по профессии, куда, кстати, меня не брали только из-за платка на голове, я решила развивать любимое дело просто в качестве хобби. Я всё больше тренировалась в построении лекал, кроила для себя и близких, иногда даже не замечала, как проходил целый рабочий день, и подумала: а почему бы не попробовать превратить это в заработок? На руках было 100 000 тенге и большое желание выйти из дома хоть куда-нибудь. Я прошла курсы по кройке и шитью



у Берика Исмаилова и начала творить. Вот так начался мой путь дизайнера. Покупателями стали мои подписчики в Инстаграме.

– Что конкретно вы выпускаете под своим брендом?



– Одежду для женщин: головные уборы «готовый головной убор», платья, юбки, рубашки, костюмы, элементы домашней одежды, и это не всегда для девушек в хиджабе, без платка, кстати, чаще покупают.

– Следите ли вы за мировыми трендами и используете ли их при создании одежды?

– Да, конечно, без этого никак, мне ближе всего по духу такие модные дома, как Valentino, Giorgio Armani, Oscar de la Renta. Например, в этом сезоне «весна-лето 2020» тренды диктуют легкость и невесомость в одежде.

– Айжан, вы тот человек, который разработал уникальный дизайн хиджаба, и ему нет аналогов. Как это вышло? И в чем уникальность этой модели?

– В марте 2019 года я придумала действительно уникальный продукт и на тот момент была первой, кто запустил в продажу этот платок. Уникальность в том, что это такое изделие, которое можно надеть за 10 секунд, не задействовав ни одну иголку. Я сама всё то время, сколько ношу платок, мучилась от того, что кружится голова. Надевая платок, я всегда делала узелок на затылке, чтобы платок уверенно сидел на голове и не скользил. Видимо, кровь не посту-

пала, я постоянно хотела привлечь, кружилась голова, и на шее ощущалась тяжесть. На протяжении года я думала о создании этого платка, боялась, что не получится, но когда всё же решилась, то разрабатывала его два месяца, и в итоге получился крутой продукт.

– Правда ли то, что уже появились подделки под ваш дизайн? С этим как-то можно бороться?

– Да, это правда. В Бишкеке уже запустили целое производство по подделкам на мои изделия. Я оформляю патент, но это время и деньги. Знаете, самое обидное, что это элементарное воровство. Кто-то ломает голову месяцами, разрабатывает дизайн и даже технику пошива, а кто-то просто «слизывает», и главная его цель – срубить денег. Я видела эти подделки, ну максимум доживут до первой стирки, скупой платит дважды.

– Шьете ли вы на заказ? Если да, то что нужно для этого сделать?

– Раньше я шила на заказ, но сейчас на это нет

времени, индивидуальный пошив требует много внимания, да и всем не угодишь. Сейчас я шью только свою линейку для бутика. На заказ можем сшить модели в любой



доступной ткани, расцветке и размере.

– Осуществляется ли доставка?

– Доставка есть по всему миру, почтой и до дверей курьером. Со всем ассортиментом можно ознакомиться в инстаграме @muzalli_

+7-707-704-06-04



Beauty master

тике, в чем-то ошибались, что-то изобретали. Рынок не настолько был насыщен, как теперь. На протяжении

с любимым частным клиентом.

– Давайте перейдем к трендам. Какие техники актуальны в макияже на сегодняшний день? Что правит модным балом?

– На сегодняшний день нет одной топовой техники, всё смешалось, а некоторые техники задвинуты в долгий ящик либо не применяются в коммерции. Производство декоративной косметики шагнуло далеко вперед, за обновлениями просто не поспеваешь. Допустим, аэро или аква практически не применяются уже. Карандашную технику заменили на использование помадок и жидких тинтов, это значительно ускоряет процесс работы и увеличивает время носки макияжа. Современные технологии намного упрощают работу. Что касается трендов на сегодняшний день, то по планете шагает стиль 80-х. Чем ты ярче, тем заметнее! А это тени

этих лет я приобретал новые знания, заполнял пробелы, таким образом, на сегодняшний день я makeur & hair stylist. Занимаюсь как макияжем, так и стрижками, прическами, окрашиванием.

– Для каких проектов вы работаете: это частные заказы или работа в медиа?

– Да, профессия визажиста необходима во многих областях. С удовольствием работаю с гляцевыми изданиями, когда им нужны обложки и развороты, фото- и видеореклама, еще это спектакли, мюзиклы с яркими образами, кино, модные показы, судейство на чемпионатах, корпоративных мероприятиях, салоны красоты

Визажист Сергей Меньшиков о работе, стиле и клиентах

Сергей, предлагаю начать издалика: сколько лет вы в профессии, и почему вашим увлечением стали визаж и парикмахерское искусство?

– Я в профессии уже 15 лет, в начале нулевых профессия визажиста была на стадии развития, и я долго думал, долго искал, где получить знания в этой области. Тогда этого было мало, не как сейчас. Это не было простым увлечением, а стало сразу основным родом занятий. Тогда мы читали книги, обменивались опытом, применяли его на прак-

и помады-хамелеоны, эффект влажного лица хайлайтером. Одним словом, максимализм!

– Быть визажистом – значит уметь найти подход к каждому. Часто ли приходится объяснять клиентам, что им подойдет в макияже, а что стоит заменить?

– Да, абсолютно верно, ключевое слово («подход») Это происходит в основном с новым клиентом, который еще не знаком с твоим стилем, философией в работе. Частенько возникает вопрос по отдельным частям макияжа – бровям или губам. Привыкших рисовать широкие, насыщенные брови приходится убеждать, что это отдельный, самостоятельный подвид макияжа, или, наоборот, предлагаешь сделать перманентный макияж, чтобы не заморачиваться на выборе продуктов для бровей, которых сейчас такое множество, что даже профессионалы не могут сделать верный выбор. С губами тоже: кто-то любит пухлые, кто-то неброские... Кто-то категорически не может принять макияж глаз в стиле smoke. Сделаешь на свой манер, и клиентка по-новому начинает смотреть на свой образ.



– Через ваши руки прошло множество девушек и женщин, откуда вопрос: что самое сложное в работе визажиста?

– Сложности на самом деле на каждом шагу. Имеют значение высота, положение в кресле, освещение. Если грамотно обустроено рабочее место, то и макияж будет бомбический! Самое главное – сойтись со своим клиентом, быть с ним на одной волне, а огромный опыт работы сам сдвигается в пользу обоих, и тогда мой труд будет в центре внимания!

– Что вы можете посоветовать начинающим визажистам?

– Советы зачастую вытекают из опыта работы, и они постоянно меняются, ведь сфера красоты не стоит на месте. Соответственно, если нравится эта профессия, то надо очень тщательно выбирать тех, кто даст вам именно то образование, которое пригодится и зайдет именно вам. Если это будет поверхностно, то и развития в этом деле не будет. А совет простой: пробуйте, ищите, не сдавайтесь!

instagram: @sergeymenshikov



Аэро- и видео-съемка

от Евгения Банщикова

Евгений Банщиков профессионально занимается аэро- и видеосъемкой.

Евгений, так как вы профессионально занимаетесь видеосъемкой, то вопрос будет как нельзя кстати: какие виды видеосъемки существуют в мире и делятся ли они вообще на какие-то группы?

– Видов видеосъемки очень много, и каждый выбирает определенный вид под свой стиль и профиль. При

выполнении заказа мы используем репортажную съемку на различных мероприятиях и постановочную – для рекламных роликов, музыкальных клипов и т.п.

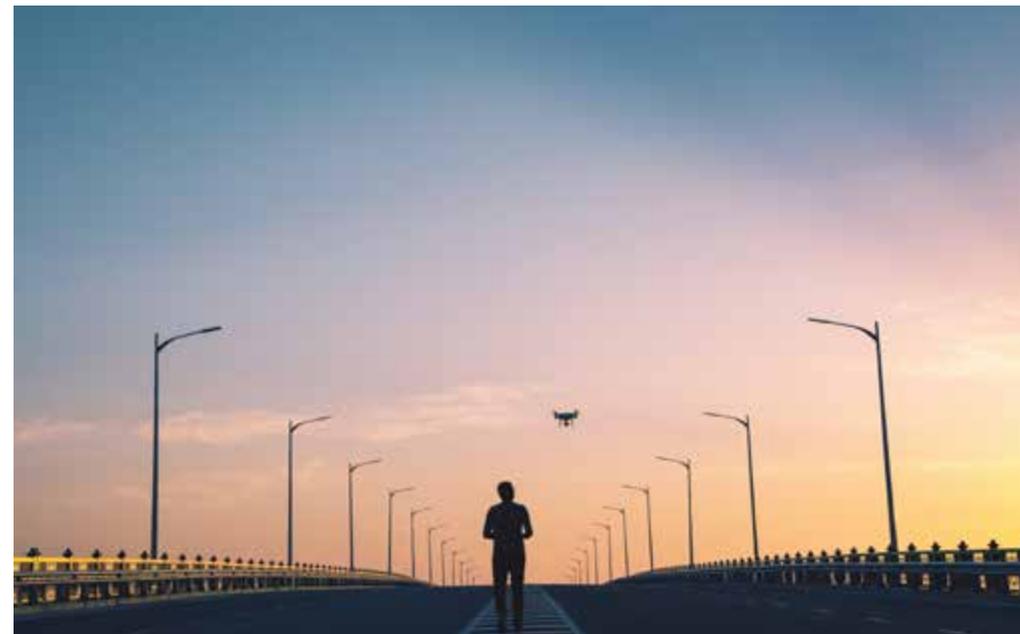
– Есть такое интересное направление, как аэросъемка. Для какого события подходит она?

– Знаете, аэросъемка стала неотъемлемой частью любого проекта, начиная от различных мероприятий и заканчивая фильмами и музыкальными клипами. Также к нам часто

обращаются строительные компании для аэрофотосъемки своих объектов.

– А если говорить о рынке Казахстана, то какие съемки заказывают чаще всего?

– Всё зависит от сложности заказа и от целей, поставленных клиентом. В нашей стране всегда останется актуальным спрос на проведение различных увеселительных мероприятий. Я думаю, что это неотъемлемая часть нашей культуры. Также повисился спрос на



рекламные проекты, и люди не жалеют денег на хорошую рекламу. Возрос спрос и на аэросъемку: если пять лет назад это было в диковинку, то сейчас при проведении множества мероприятий заказывают эту услугу. В сферу видеосъемки ежегодно приходят новые люди, есть очень талантливые ребята, которые снимают креативно, именно они задают темп рынка, планку для собственного роста и постоянного развития. Так создается здоровая конкуренция, и я считаю, что это необходимо для развития нашей сферы.

– Как находите взаимопонимание с заказчиками? В вашей практике часто случаются разногласия?

– Самое главное – уметь слышать и понимать то, чего хочет заказчик. Разногласия бывают, но очень редко, ведь мы тщательно готовимся к съемке, заранее обговариваем многие моменты.

– Над какими проектами интересней всего работать?

– Мы занимаемся тем, что мы любим. Очень часто коммерческие заказы бывают интересными, креативными и смелыми.

www.banshchikov.pro
 [banshchikov.pro](https://www.instagram.com/banshchikov.pro)
 [banshchikov.yevgeniy](https://www.instagram.com/banshchikov.yevgeniy)



Plusmodel

Анита: «Когда-то я сама весила 128 кг, поэтому отлично понимаю, как сложно найти одежду»

Анита – владельца бутика одежды plusmodel.kz

Анита, расскажите читателям журнала *Teens and People*, почему вы решили открыть бутик с одеждой *Plusmodel.kz*?

– Когда-то я сама весила 128 кг, поэтому отлично понимаю, как сложно найти одежду, если ты не вписываешься в стандартные параметры современной моды. Всё, что я могла найти, было или безобразно сшито, или больше подходило женщинам старшего возраста, но никак не молодой девушке. Приходилось постоянно что-то придумывать: шить на заказ или покупать вещи, которые малы, чтобы вшивать в них похожую ткань. В общем, процесс подбора одежды был страшно мучительный и угнетающий. Именно поэтому я





дажам, закупкам, расширила ассортимент и обратилась за помощью к стилистам. Мне хочется, чтобы магазин приносил не только прибыль, но и радость от покупок всем нашим клиентам. Конечно, конкуренция каждый день растет, но я всегда стараюсь быть на шаг впереди, приятно удивляя покупателей ассортиментом и хорошим качеством

захотела помочь другим женщинам выглядеть безупречно в любом весе.

– Легко ли вам было заявить о себе и укрепить позиции на рынке? Какие сложности пришлось преодолеть?

– Сначала магазин был для меня хобби. Когда я увидела, что товар востребован, а клиентов становится всё больше, то я с головой ушла в изучение этого бизнеса. Я прошла серьезное обучение про-

по адекватной цене. Это мой жизненный принцип, который уже много лет отлично работает в моем салоне красоты @salonkrasotyanita.

– Какая одежда у вас представлена? Это узкоспециализированное направление или всего по чуть-чуть?

– Наш ассортимент предназначен для абсолютно всех сфер жизни. Мы хотим, чтобы магазин максимально закрывал все

потребности в одежде у клиентов. Вы приходите и в одном месте можете найти всё, что вам нужно: от спортивного костюма до вечернего платья. Мне кажется, это очень удобно.

– Кто у вас отвечает за привоз и ассортимент?

– Сначала мне казалось, что такой важный момент, как выбор ассортимента, я не смогу никому делегировать, и всё подбирала сама. Но теперь вместе со мной этим занимаются еще два человека с совершенно разными взглядами на моду и стиль, один из которых мужчина. Очень важно посмотреть на товар с разных ракурсов, чтобы не замыкаться на одной узкой нише.

– Какие размеры представлены у вас?

– У нас представлены размеры от 48 до 66.

– Бывает такое, что не у каждого человека есть вкус. Могут ли ваши консультанты помочь



при выборе одежды? Возможно, что-то посоветовать?

– Конечно, наши консультанты всегда открыты и готовы помочь с выбором. Это одно из главных условий успешной работы с людьми – желание откликаться на просьбы клиентов. Как только магазин начал расти, я подобрала опытных консультантов, которые работали с разным сегментом одежды: от повседневной турецкой до итальянского люкса.



По возможности они проходят обучение по стилю, но главное – сами любят то, чем занимаются, и любят людей. Это важнее всего.

– Есть ли в планах открыть магазины в других городах Казахстана?

– Мне очень хочется, но, знаете, оказалось не так просто совмещать воспитание троих маленьких сыновей и два бизнеса. Магазин отнимает много сил и

времени, но приносит огромное удовольствие, поэтому пока для меня лучше качественно заниматься одним магазином, тем более что у нас много клиентов из разных городов и областей, которым мы отправляем заказы по их меркам. Практически всегда попадание идеальное, а отзывы и благодарности помогают нам идти вперед.

instagram: @plusmodel.kz

ЖАҢА
НОВИНКА

МОНСТР МАШРУМ WOW БУРГЕР



Hardee's®

7001
WWW.HARDEES.KZ



Елена Зыкрыярова – нумеролог, родолог, чакролог

Цифры подскажут путь

Елена, на протяжении какого времени вы занимаетесь нумерологией? И чем вас так привлекла наука о цифрах?

– В нумерологии я уже пятый год. Причем я пришла к ней в поисках ответов на свои вопросы. Знаете, сейчас много нумерологов, чакрологов, которые приходят в профессию исключительно с целью заработать. Им кажется, что это легко. Сидишь себе складыва-

ешь цифры и получаешь за это деньги. Но фактически это большой труд и ответственность. Я два года не практиковала вообще. Два года из пяти я только училась. Применяла в своей жизни то, что давала мне сначала нумерология, потом родология, чакроанализ. И только потом стала понемногу делать расчеты для друзей и близкого окружения. Сейчас в моей голове столько знаний, что я сама поражаюсь!

– Для многих нумерология – это про то, как осознать качества характера по дате рождения. Неужели на этом всё?

– Простой пример. Совсем недавно ко мне обратились родители новорожденной девочки с вопросом: «Что же за человек пришел в нашу семью?». После получения расчета мне написали, что такую информацию необходимо выдавать родителям



– Вы также специализируетесь на родологии. Что такое родология? Для чего она нужна?

– Чтобы понимать, откуда растут ноги у той или иной ситуации в вашей жизни. У меня есть своеобразная черта характера: я всегда докапываюсь до

вместе со свидетельством о рождении. Ведь тогда они понимают, куда направлять ребенка, к чему у него предрасположенность, прослеживается также энергия, здоровье, и родителям уже легче строить планы на ближайшее будущее. Также с помощью даты рождения рассчитывается персональный код, который отвечает за большой спектр жизни. К примеру, есть код «вечного ученика» – когда у человека присутствует постоянный «голод» к обучению, и ему надо постоянно стремиться к определенным целям и развиваться.



сути. В жизни, работе, обучении, вопросах, с которыми ко мне приходят клиенты. Иногда это очень хорошо, но часто

выматывает и раздражает меня саму. Попытки сгладить эту черту характера не привели меня к успеху. Но когда я пришла к родологии и подняла семейные архивы, оказалось, что в предках у меня разведчики. Я просто не могу быть другой. Пазл сошелся, и мне сразу стало ясно, что наши прабабушки, прадедушки – сценаристы, родители – режиссеры, а мы актеры. И часто повторяем судьбу наших предков.

– Как вы получаете анализ?

– Это зависит от того, какой анализ я делаю. Если это, например, финансовый код, то нужна дата рождения. А вот для расчета совместимости требуется уже гораздо больше данных. Кстати, сейчас в условиях изоляции просто бум запросов на такие расчеты. Люди сели на карантин в четырех стенах, и начались конфликты. Многие задумались о совместимости, а чаще несовместимости. А вдруг

я живу не с тем человеком?

– Интересно! А как долго вы делаете расчет?

– Обычно я готовлю консультацию в течение двух дней. Редко когда мои клиенты выбирают вариант общения по видео. Чаще всего это формат аудиосообщений в мессенджерах. Опять же на примере совместимости: отдельно по каждому типу расчета будет свое аудиосообщение. Клиенты часто слушают их по несколько раз.

– Клиенты? Или клиентки?

– И те, и те. На самом деле часто обращаются мужчины. Кто-то из любопытства. Знаете, с таким посылом "Ну-ка, удиви меня!". Я и удивляю. А кто-то приходит с проблемами в бизнесе, в деньгах. Кстати, наибольшим спросом именно у мужчин пользуются индивидуальные сессии игры Лида. И ответы к ним приходят гораздо быстрее, чем к женщинам.

– Игра Лида. Что это за игра такая?

– Со стороны незнающему может показаться, что это обычная настольная игра. Там есть игровое поле из 72-х клеток, кубик, несколько участников и ведущий игры. Вот только



в обычной настольной игре ты не получишь ответы на волнующие вопросы. Лида – это трансформационная игра. Войдя в игру, ты уже не вернешься к прежнему состоянию. Ты полностью погружаешься в процесс. А главное – в свое Я. Перед началом игры ты должен поставить определенную цель. Запрос должен быть конкретным и отражать реальную цель, к достижению ко-

торой стремишься. Попадая на какое-то поле игры, ты должен понять, почему ты попал на данное поле. От того, насколько точно ты это определишь, зависит, добьешься ты поставленной цели или нет. На самом деле проще сыграть с вами в эту игру, чем рассказывать.

– В онлайн формате ее провести можно?

– Совсем недавно я стала проводить Лилу онлайн. Можно провести игру индивидуально, а можно в группе. Но при этом группой играть всегда лучше, ведь поля, выпадающие другому игроку, могут откликаться и у тебя. Поэтому время игры сокращается, например, с пяти часов до двух.

– Так долго?

– Конечно! Процесс самопознания не быстр. Но, поверьте, одна такая игра может заменить месяцы работы с психологом и коучем. Конечно, если подойти к ней ответственно и быть готовым встретиться со своим Я.

**@ezo.zem
+7-702-130-47-47**



MUAH @slava_makeup

Baby Mother Care

магазин детских товаров

Асель Мухамедсадыкова –
владелица интернет-магазина
детских товаров Baby Mother Care

Асель, вы заняли интересную нишу в бизнес-индустрии по реализации детских товаров. Почему именно это направление?

– Бизнес в детской индустрии действительно интересное направление. Ведь люди, занимающиеся делом, которое связано с детьми, сами родители. И, как правило, никто не задумывается о том, что нужно ребенку и в чем он нуждается, пока сам не станет родителем. Так

было и в моем случае: после рождения дочери меня стали привлекать детские товары. Дочка родилась, и мне нужно было покупать детские вещи и разные приспособления. Каждый день я открывала для себя что-то новое. Тогда и поняла, что это интересная и полезная ниша, потому что детей много, они растут, а все родители стараются дать им всё самое лучшее.

– Детских товаров на рынке достаточно много. Что представлено конкретно у вас?

– Это сначала может показаться, что детских товаров у нас на рынке много. Последние 10 лет я прожила в Китае, и моя дочь там жила до четырех лет. Вот там выбор детских товаров действительно широк: я ходила по супермаркетам и видела большое количество абсолютно всего. У нас же выбор был довольно скудный. Элементарно: бутылочки только из одного вида пластика. Когда начинаешь сравнивать с товарами из других стран, то понимаешь, что у нас

многого нет. В своем магазине я предлагаю такие вещи, которых нет в Казахстане, или же те, которые найти крайне сложно.

– В вашем Instagram-аккаунте вы сообщаете, что предлагаете лишь то, чем пользуетесь сами. Это действительно так? Вы изначально придерживались такой позиции?

– Всё верно. Это моя изначальная позиция. Я открыла магазин после того, как моей дочери исполнилось два года. На каникулы (на тот момент я училась) мы приезжали в Казахстан, и когда мои подруги и родственники видели, что у моей дочери бутылочка другая, пеленка не такая, как здесь продают, они всегда интересовались, откуда это, и просили им отправить такое же. Тогда-то я и подумала: а почему бы не создать такую платформу, где я буду предлагать только то, что покупала дочке? За два года у меня накопился большой багаж знаний и опыта в этом деле: я знаю, что действительно нужно, а без чего можно обойтись.

– Сложно ли сейчас найти очень качественную детскую продукцию?

– Несмотря на то что сейчас есть много ма-

газинов с детскими товарами, это сделать нелегко. Если смотреть на соотношение «цена – качество», то есть большая разница. Если вещь качественная, она может стоить дорого. А если вещь дешевая, то не очень хорошего качества.

– Как вы осуществляете доставку, и долго ли ждать товар, если его у вас не оказалось в наличии?

– Практически весь товар у нас находится в Алматы. Поэтому те люди, которые здесь живут, получают товар в тот же день либо на следующий. В остальные регионы отправляем курьерской службой: доставляют от 3 до 7 дней. Если же товара не оказалось в наличии, то доставка идет от 10 до 20 дней.

– Могут ли мамы получить у вас консультацию по продукции?

– Конечно! Я всегда пишу о том, что буду рада



проконсультировать, посоветовать, порекомендовать, основываясь на своем личном опыте. А дальше выбор остается за мамой. Instagram-страницу я веду лично, и каждый заказ, по возможности, тоже оформляю сама.

– Асель, не задумывались ли вы о том, чтобы открыть офлайн-магазин?

– Задумывалась, и это перспектива на будущее. Так как я долго отсутствовала в Казахстане, возможности открыть офлайн-магазин не было. Но осуществление этого плана не за горами!

@baby_mother_care

Профессионал О дизайне

MUAN @mad_beauty_zone

«Главный принцип моего управления – это уважение и любовь к своей команде»

Асель Калык – основательница компании ACG group

Асель, вы преуспевающий дизайнер интерьера с 17-летним стажем. Скажите, осталось ли для вас что-то сложное в профессии? За 17 лет, наверное, уже произошло всё?

– С каждым годом качество и уровень моих проектов растут. Соответственно, и требования тоже! В любой профессии, где есть человеческий фактор, всегда



есть определенные сложности. Да, в силу своего профессиональ-

ного опыта мне удалось отрегулировать многие вопросы касательно



сервиса в нашей компании в целях понимания желаний клиентов для ориентации их в выборе, но не надо забывать и о реализации проектов, когда зачастую мы сталкиваемся с нехваткой квалифицированных кадров. А вся сложность в том, что большинство заказчиков очень низко и необъективно оценивают труд рабочих, зачастую это приводит к порче тех или иных отделочных материалов. Конечно, высокая цена не всегда гарантия и показатель высокого профессионализма бригад, часто бывает и хорошая маркетинговая упаковка, за которой стоит целая цепочка посредников и субподрядчиков. И в итоге снова замкнутый круг! Бывает и такое, когда на площадке сменяются две, а то три бригады! Я считаю это основной болью нашего общества, которое затрагивает все отрасли строительной индустрии от государственных объектов до самых дорогостоящих крупных проектов, где высокая коррумпированность и лоббирование чьих-то интересов ведут к некачественному исполнению ремонтных

и строительных работ. Думаю, многие жители нашей страны или их близкие сталкивались с подобной ситуацией. Надеюсь, что когда-нибудь и наша страна придет к высоким стандартам качества, и это будет главным критерием в строительстве.



– Вся вашу карьеру можно условно поделить на этапы: начинали вы сами, потом появилась команда, далее вы открыли Trend décor, а затем наладили локальное производство. Как приходило осознание того, что нужно сделать это, открыть то, расширить команду?

– По мере развития и правильного управления в любой компании будет динамика роста и расширения, это всего лишь вопрос времени. Конечно, в свое время я начинала одна и долго работала в режиме фрилансера. Мало

кто знает, что основной моей профессией является дизайн одежды, но, к сожалению, эта ниша и по сей день очень слабо развита в нашей стране, а легкая промышленность просто сошла на нет.

Моя карьера дизайнера интерьера пришла именно на тот момент строительного бума в Казахстане, когда люди вкладывали сумасшедшие деньги в недвижимость. Тогда и появился огромный спрос на 3D дизайн, и это

стало новым трендом тех времен, отодвинув ручные эскизы на второй план. Со временем заказов становилось всё больше и больше, в какой-то момент мы были вынуждены ставить людей в листы ожидания по полгода! Этот вопрос и сейчас актуален, но, к счастью, я вольна сама выбирать те проекты, которые мне интересны.

Идея салона и бренда Trend décor пришла мне в октябре 2017-го, а в феврале 2018-го уже стала реальностью! На это меня сподвигнул огромный спрос на осветительные приборы и декор для интерьера с хорошим соотношением цены и качества.

room, где есть огромный выбор всего. Впрочем, такая же история возникала и со старым цехом. На производстве было много сложных моментов, как я говорила ранее, больше связанных с кадровыми вопросами. Сейчас и эти моменты отрегулированы путем привлечения иностранных мастеров.

– Асель, вы руководите большой командой. Расскажите, какой вы руководитель: требовательный и строгий, или же придерживаетесь принципа «кнута и пряника»?

– Главный принцип моего управления – это уважение и любовь к своей команде.

Ведь на дело всей моей жизни уходит огромное количество моего времени и сил. Комфортное и гармоничное пребывание в коллективе – это и есть главный принцип для создания благоприятной творческой среды. График работы с 9 до 18:00, иногда зимой практикуем с 8 до 17:00. Очень важная часть в любом управлении – мотивация для твоих сотрудников, она может выражаться в любой форме: через премии, поощрения, подарки. В нашем случае лучшие едут бонусом за границу. Что касается строгости, для этого в компании есть специальные кадры, которые следят за дисциплиной и ответственным исполнением своих обязанностей работниками.

– Вопрос как к профессионалу: из каких составляющих, на ваш взгляд, складывается изысканный интерьер?

– Изысканный интерьер – это очень субъек-

тивно. В первую очередь необходимо правильное концептуальное решение, удобство и соблюдение всех пропорций. Очень важно уметь правильно сочетать цветовые решения, текстуру, а некий шарм и индивидуальность интерьеру можно придать с помощью текстиля и аксессуаров.

– С каким заказчиком интересней и легче работать: с тем, который хорошо знает, чего хочет, или с тем, который дает полную свободу дизайнеру?

– Интересный вопрос. Идеальный клиент – это как раз-таки соотношение этих двух качеств. Сложнее, когда человек вообще не знает, чего хочет, в таких случаях согласовать проект сложнее, так как заказчик долго думает, сравнивает и принимает решение. Полная свобода действий дает нам возможность для высоких творческих полетов, при том условии, что бюджет не ограничен.

– Асель, наверняка вы



уже знаете, какой этап в карьере ждет вас дальше?

– Планов на будущее много, в самое ближайшее время мы запустим линию одежды массового производства в коллаборации с молодой, но уже успешной предпринимательницей Аминой Акдрашевой. Но в данном проекте я выступаю только как автор в части разработки

самого дизайнера. В последующем мы планируем совместно продвигать и развивать эту нишу с более серьезным потенциалом на экспорт.

– С работой закончили. Расскажите, как проводите свое свободное время. Если оно имеется, конечно.

– Я всецело посвящена себе и своему личностному росту. В свое свободное время я люблю путешествовать по миру. Это наполняет меня новыми впечатлениями и вдохновляет на новые идеи. Также я увлекаюсь фотографией, психологией и многими другими вещами, которые обогащают мою душу (улыбается).

www.acgggroup.kz
@acg_by_assel_kalyk
+7-707-777-84-77



Постоянный поиск и скитания из салона в поисках нужного товара просто вынудили меня открыть свой show





EnLight

фееричное световое шоу

Тимур Ережепов – создатель светового шоу EnLight

Тимур, чем вас так привлекала индустрия развлечений? Как вы начали заниматься световым шоу?

– Всё началось еще в университете. Тогда я с ребятами танцевал в ансамбле современной хореографии, и у нас появилась возможность поработать в клубах нашего города. Это было отличным способом воплощать свои идеи и выступать в новых для нас

тогда образах. В какой-то момент я увлекся поингом и танцами с огнем, в итоге мы создали свою команду, сделали

светодиодный реквизит и начали выступать в этом жанре. А через какое-то время я стал заниматься сольно, сделал



большой упор на электронику, собирал управляемые костюмы на микроконтроллерах. Тогда передо мной открылся новый цифровой мир возможностей. Я мог заставить любой реквизит светиться по моим командам, рисовать в воздухе узоры, синхронизироваться с музыкой и многое другое.

– На каких мероприятиях вы выступаете чаще всего?

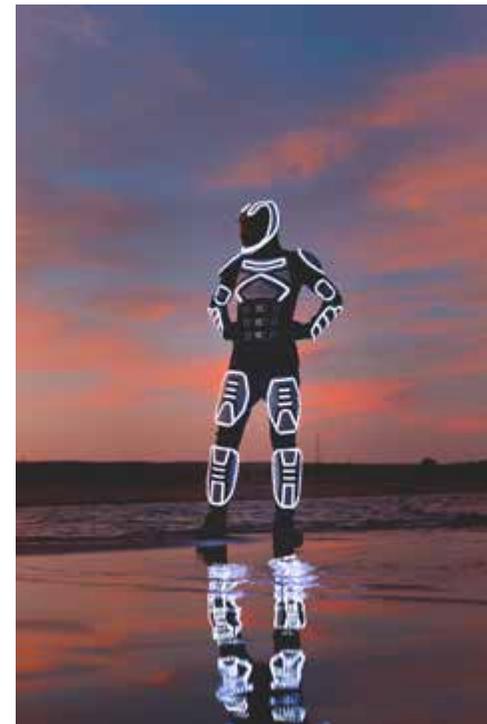
– На самых разных: от свадеб, банкетов до клубных вечеринок, концертов и open-air.

– Что входит в вашу программу?

– Пожалуй, основа моей программы – это сольные выступления с теми самыми программируемыми костюмами. Но, помимо этого, есть еще и ходулисты, фрик-шоу и прочие.

– Где вы берете костюмы и как продумываете сами постановки?

– Все костюмы я собираю самостоятельно. Дизайн, спайка и программирование – моих



думать и заставить работать. Выступать в таких костюмах несложно. Почти все они удобные и практически не ограничивают движения.

– Время идет, ничто не стоит на месте, в том числе и тренды, тем более в ивент-индустрии. Необходимо ли вам идти в ногу со временем с вашим шоу?

– Да, конечно. Мир развивается, и с каждым годом те технологии, о которых можно было только мечтать, становятся доступнее и проще. Появляются возможности делать

что-то более крутое, красивое и масштабное. А вообще, больше стараюсь что-то делать не для того, чтобы не отстать от трендов, а чтобы показать на сцене нечто новое: креативные образы, фишки, технологии. Ведь всё это изначально было творчеством ради самовыражения и создания чего-то необычного. Вот я и стараюсь сохранять эту основную идею.

– Сколько времени у вас занимает создание костюма? И сложно ли в таких костюмах выступать?

– На создание каждого костюма нужно разное время. Случается, и за три недели удается собрать, а иногда и полгода нужно, чтобы всё про-

руководство (улыбается). Постановки – дело творческое. Бывает, появляется интересная техническая возможность сделать какой-нибудь эффект, и вот, исходя из этого, собираю номер. А бывает, просто хочется раскрыть какой-то образ на сцене или сделать что-то новое.

instagram: @enlight.show
+7-705-621-84-52



Шоумен *Евгений Авдеев* об event-индустрии, работе с заказчиками и постоянном развитии

Евгений, интересно узнать о вашем опыте в сфере event-индустрии. Давайте по порядку: как вы пришли в профессию ведущего? Это был сознательный выбор или случайность?

– Для меня двери event-индустрии открылись с незабываемым задорным и беззаботным звоном. Это был яркий студенческий КВН, который заложил фундамент моей творческой и профессиональной деятельности. При этом желание «быть хорошим сыном, чтобы не подвел» привело меня к работе по специальности инженера телекоммуникаций. На тех фронтах загореться и самореализоваться была не судьба. Но именно то время меня разбудило. Работа с девяти до шести, неделя за неделей, похожие одна на другую, еще быстрее помогли сдетонировать

моей энергии. Через год я начал взрывать! Сначала на корпоративных праздниках компании, потом в барах и на мероприятиях в качестве отличного аниматора, а далее и до сих пор на событиях любого масштаба.

– Как вы провели свой первый большой event, помните?

– Большой Event! Что это?! В чем измерить масштаб? Мероприятий с самого начала было большое многообразие: свадьба, фестиваль на три тысячи гостей, тимбилдинг – это здорово! Но все-таки должно было случиться что-то незабываемое. Думаю, это был проект «Мама года» в Уральске, откуда я, кстати, родом. Именно там было место искрометной для зала и абсолютно внезапной для меня импровизации. Ведь сценарий и ход событий очень часто не сходятся, но об

этом т-с-с-с (улыбается). И, конечно, выступления детей на том вечере стали незабываемыми. Одним словом, это был праздник, который разжег огонь любви к профессии еще ярче.

– На каких мероприятиях вы специализируетесь сегодня?

– Могу считать своим плюсом («мультиформатность»), но, как показывает практика, обозначать рамки бывает полезно, людям так легче. Кому-то нужен свадебный ведущий, кто-то считает, что для презентации их продукта нужен конференсье. Соответственно, по желанию вы можете называть Евгения Авдеева любым необходимым словом, которым принято называть профессионала с микрофоном. И, да, до сих пор помню дни, которые могли вместить до 4–5 мероприятий абсолютно разного плана,

это опыт колоссальный. Сейчас стараюсь делать акценты. Меня заряжают ивенты, где моя энергия, непринужденный настрой и профессиональный подход будут оценены и задействованы на все сто! Тимбилдинги, корпоративы, сочные свадьбы, которых так не хватает в наше время – вот что я люблю!

– Общаться с заказчиком это искусство. Как вы находите общий язык с людьми?

– «Заказчик всегда прав, заказчик знает, чего хочет!» – это можно повторять как мантру! Но лучше почувствовать, понять и подобрать ключи. Есть заготовленные брифы для определенных событий. Но импровизация нужна и здесь. Ведущий, как психолог, «ловит» энергетические волны, которые изначально возникают за столом переговоров и далее уже «настраивает» их под необходимые для удачной встречи. И это никакой-то спиритический сеанс Кашпировского или новый выпуск «Битвы экстрасенсов» – это всего лишь необходимые инструменты.

– Чем вы руководствуетесь при выборе программы для конкретного торжества?

– Основой подготовки к любому торжеству является информация, которую я получаю в ходе детальной беседы с заказчиком. Именно из такого диалога можно выяснить, например, что молодожены познакомились в школе, и все друзья на



свадебной вечеринке являются одноклассниками, которым будет интересно поучаствовать в тематических играх. Вот – вся информация на поверхности! Остается лишь ее проанализировать.

– Евгений, а у вас есть профессиональные секреты управления публикой? Бывает ведь, что ведущие зовут гостей участвовать в конкурсах, а те не выходят, не хотят. Стоит ли все-таки тянуть таких гостей на конкурс?

– Никаких секретов нет. Это талант, что дан свыше, наложенный на опыт, который, без сомнения, копится с каждым ивентом. Для меня всегда очевидно с первых минут события, кто будет делать этот вечер незабываемым

для всех, а кто будет зрителем от первой до последней минуты. Всегда на передовой оказывается какой-нибудь дядя Кайрат, который безумно счастлив за племянницу и готов весь вечер танцевать и выдавать сильные

шутки в ответ на навязываемые вопросы с моей стороны. Ну а тех, кто целенаправленно занимает пассивную позицию, можно прощупать, найти тех, кто все-таки перейдет в лагерь «зажигалок», а остальных оставить зрителями.

– Как вы находите новые фишки для своих мероприятий? Вы постоянно в поиске?

– Поиск идет нон-стоп! Но главное, что каждое событие само по себе раскрывает мой потенциал. Каждая пара, именинник, заведение, которое хочет праздника, сами наталкивают на включение новых моментов в программу.

И никак не обойтись без обучения. Совсем недавно было пройдено два: московский проект «Качалка шоуменов» давал мощный интенсив, на котором шоумены Алматы – от любителей до суперпрофи – оттачивали написание интерактивов и конкурсов. Второе обучение было от Анны Мыльцевой – мастера свадебных церемоний и режиссера суперсобытий из солнечного Сочи. Информация просто бесценна.

– И про уникальность: чем вы отличаетесь от многих ведущих на рынке event-индустрии?



– Хвалиться не так уж и легко, но в нашей сфере нужно уметь. Считаю, что безусловное чувство публики, тонкая импровизация и чистый поток позитивной энергии смело позволяют отличать меня от остальных представителей нашего рынка. И главное, что я слышу от людей в свой адрес:

«Ты искренний и настоящий!». Думаю, этого хватает с лихвой.

**@avdeevshowman
+7-708-144-95-21**

Начни свой день
вместе с
Marrone Rosso

Нур-Султан

ТРЦ "Керуен"
ул. Достык, 9
+7 -717-244-63-99

ТРЦ "Сарыарка"
пр. Туран, 24
+7 -717-299-93-96

пр. Кабанбай Батыра, 119
Международный аэропорт
"Нурсултан Назарбаев"
+7-701-735-07-11

Алматы

ТРЦ MEGA
ул. Розыбакиева, 263
+7 -727-331-09-09

пр. Нурсултана
Назарбаева, 149
+7 -727-261-39-54

Горный курорт
«Шымбулак»,
ул. Горная 640
+7 -727-330-70-15

БЦ Ваукопуг,
пр. Абая, 42
+7 -727-331-14-11

INSPIRING STAYS



INTERNATIONAL STANDARDS, LOCAL FLAVOURS

REPUBLIC OF KAZAKHSTAN
050020 ALMATY OSPANOV STR., 401/2
TEL: +7 727 3000 100
FAX: +7 727 3000 111



ROYAL TULIP
LUXURY HOTELS

ALMATY

CONCIERGE@ROYALTULIPALMATY.COM
WWW.ROYALTULIPALMATY.COM



Эльмира Байменова – целитель, доктор восточной медицины, психолог, регрессолог

Откройте глаза на раз... два... три

РЕГРЕССИВНЫЙ ГИПНОЗ

Мое первое знакомство с гипнозом произошло очень давно, когда, будучи еще подростком, я отдыхала в пионерском лагере. К нам приехали артисты с разнообразной программой, где в одном из номеров предусматривалось погружение в гипноз. Ажиотаж был

огромный. Приглашали на сцену всех желающих, и я, конечно же, среди первых оказалась рядом с таинственным «волшебником». При подготовке было произнесено много слов, и вот все погрузились. Все... кроме меня. Это меня очень озадачило и даже расстроило, на многие годы осталось для меня

загадкой. Что же со мной не так? Ответ я получила спустя годы. Позже, когда я прошла обучение в Москве в Международном институте гипноза, я четко усвоила, что в гипноз погружаются все, но гипнабельность у каждого разная: кто-то погружается сразу после двух-трех слов, а кто-то и через час

только настраивается. Всё очень индивидуально. Конечно, многое зависит от специалиста, который работает с вами, от условий проведения процедуры и, конечно же, от степени доверия к специалисту. Я бы определила этот момент как наиболее важный. Интуитивно в своей практике я начала использовать гипноз как своего помощника лет пять назад. Очень часто ко мне на прием приводят маленьких детей, которые беспокоятся, что усложняет процесс диагностики и работы с ними. С разрешения родителей я стала погружать некоторых детей в состояние легкого транса, и процесс становился более продуктивным. Позже родители и я стали замечать, что работа с детками в этом состоянии расслабленности и транса дает более ощутимый результат. Также я стала практиковать легкое погружение в гипнотическое состояние пожилых клиентов. Результаты были отличными! Люди чувствовали себя отдохнувшими и наполненными. И вот, в прошлом году моя подруга

и коллега начала вести разговор об обучении в Москве регрессивному гипнозу. Долго не думали, собрались и полетели. Это было увлекательное, но сложное обучение. Было много теории, демонстраций, практических занятий, путешествий в прошлые жизни, мы также учились прорабатывать тяжелые психотравмы. Международная VIP-группа была небольшая и состояла из 18 человек. В этой группе были представители России, Украины, Германии, Канады, Белоруссии, Киргизии, Грузии. И мы из Казахстана.

У большинства людей слово «гипноз» вызывает опасение и настороженность. Когда мы летели после обучения из Москвы домой в Алматы, в аэропорту на паспортном контроле человек в форме, заглянув в мой паспорт, спросил: «Какова была цель вашего визита в Москву?». Я ответила, что была на обучении регрессивному гипнозу. На что он сказал: «И что, вы сейчас нас всех здесь загипнотизируете и заставите танцевать?».

Итак, что же такое регрессивный гипноз?

В последнее время серьезно возрос интерес к этому виду гипноза. И это понятно. Люди стали больше задаваться вопросами о себе, своей жизни и искать пути улучшения своего существования. Много информации по этому поводу, но я постараюсь понятным и доступным языком рассказать об этой удивительной технике. Регрессивный гипноз – это техника использования гипноза для погружения человека в воспо-



минания прошлых жизней. Для чего нам это нужно? Погружение в прошлое и в прошлые жизни помогает разобраться в проблемах сегодняшних дней, понять свое предназначение, найти ответы на волнующие вопросы, правильно спланировать свою жизнь.

та, поэтому клиент должен быть отдохнувшим, здоровым и, конечно же, трезвым. Были случаи, когда клиент принимал 50 граммов для храбрости, и в этом случае сеанс отменялся.

жения в регрессивный гипноз сохраняются воля и сознание человека, физические ощущения и понимание ситуации. За полгода помимо моей основной практики я проработала более 50 человек в регрессивном гипнозе, и каждый



Как проходит сеанс?

Продолжительность сеанса два, два с половиной часа. Бывают исключения, когда сеанс длится дольше, но это должно иметь острую необходимость. Это энергозатратная процедура как для меня, так и для клиен-

Перед сеансом мы разговариваем и пытаемся определить намерение и вопросы, которые хочет проработать клиент, но во время работы могут возникнуть другие проблемы, и мы, конечно же, прорабатываем и их. Нужно понимать, что во время работы и погру-

случай был уникальным. У меня есть намерение в дальнейших номерах эксклюзивно для этого журнала более подробно рассказывать о каждом интересном случае, не называя фамилий и имен, что поможет вам найти понимание и свою по-

требность в этой процедуре.

Для чего нужно вспоминать прошлые жизни?

Данная работа поможет решить проблемы со здоровьем. С многими клиентами мы нашли причину заболевания и устранили ее. Были очень сложные клиенты, когда люди по два года болели и не могли найти причину своего недуга, но после проведения нескольких сеансов у них наблюдалось улучшение состояния, а затем полное выздоровление. Был опыт работы с заиканием, который тоже увенчался успехом. В целом регрессивный гипноз помогает - избавиться от страхов и фобий,

- исцелить последствия травмирующих ситуаций,
- понять причину проблем, избавиться от депрессии, страхов, обиды, чувства вины,
- проработать психологические проблемы: стеснительность, неуверенность в себе,
- понять свое предназначение, раскрыть свои таланты и способности. Данная практика показала, что она помогает наладить отношения с любимыми, близкими, коллегами, партнерами. Я и мои клиенты прорабатывали разные проблемы. Обиду на бывшего мужа - очень актуальный и сложный вопрос. Устраняли непонимание родителей с детьми. Налаживали отношения с родителями, и после сеанса клиенты сразу хотели позвонить маме с папой и сказать теплые слова. Были клиенты, с которыми мы прорабатывали причины возникновения финансовых трудностей. Это был очень интересный опыт и очень неожиданный для пришедших ко мне людей. У некоторых было озарение

и возникало понимание собственных ошибок. Иногда приходилось иметь дело с категорией любопытных клиентов, которые предпочитали «погулять» по прошлым жизням, чтобы удовлетворить свой исторический интерес, понять свой путь, свою миссию, собственные задачи, развить экстрасенсорные способности. Список проработанных вопросов очень многогранен и велик, и для его перечисления понадобится не одна страница.

В ходе сеанса, просматривая прошлые жизни, мы лучше узнаем себя, становимся более терпимыми к себе и к окружающим, учимся не осуждать и прощать. Но главная привлекательность регрессивного гипноза в том, что в момент проработки проблемы устраняются психологические блоки, высвобождаются резервы и появляются новые ресурсы. Вы получаете ответы на волнующие вопросы, ощущаете прилив энергии и начинаете строить новые планы. Жизнь меняется к лучшему.

instagram:
[@elmira_baimenova](https://www.instagram.com/elmira_baimenova)

+7-701-712-25-26



GERDA

model management

Как создать идеальный капсульный гардероб?

Отвечает fashion-стилист «Gerda Model Management» Илай Дягилев.

Капсула – это набор элементов гардероба, которые легко комбинируются между собой. Обычно такая капсула состоит из 5–8 вещей. В гардеробе их может быть несколько: капсула для отдыха и для работы, для вечерних выходов в свет, для спорта, зимняя и летняя капсулы и т.д. Чтобы собрать идеальную капсулу, нужно, во-первых, учитывать свой образ жизни: где вы работаете, чем увлекаетесь, как проводите свободное время. Я обычно начинаю свою работу с подробного знакомства. Мне важно знать как можно больше о характере своей клиентки, понять ее внутренний мир. Так я смогу лучше подчеркнуть ее личность через внешность и стиль одежды. Одежда играет большую роль в том, как нас будут воспринимать окружающие. Нужно понимать, куда вы собираетесь и какое впечатление хотите произвести. Но не стоит забывать и о своем личном комфор-

те. Одежда должна быть не только модной и стильной, но и практичной. Второе: учитывайте ваш цветотип, чтобы выбрать те цвета, которые подойдут именно вам. При сочетании цветов лучше всего придерживаться правила – не более трех цветов в одном образе. Например, один базовый цвет и два дополнительных. Четвертый цвет допустим только в очень редких случаях. Это может быть родственный цвет для одного из основных. Конечно, самым базовым и беспроигрышным вариантом являются черные цвета. В гардеробе любой девушки найдется классический костюм или вечернее платье такого цвета. Но всегда нужно уметь рисковать, пробовать что-то новое и креативное. Можно брать во внимание трендовые цвета, которые актуальны в этом сезоне. Если этот цвет вам не подходит, попробуйте выбрать что-нибудь из аксессуаров: ремень или



сумку модного цвета. Также важно учитывать свой рост и параметры, если вы хотите подчеркнуть свои достоинства и смягчить то, что вам в себе не очень нравится. Модно то, что вам идет. Одежда не всегда должна быть дорогая. Можно научиться очень выгодно комбинировать дорогие вещи с масс-маркетом. Никогда не делайте поспешных выводов и примеряйте одежду перед покупкой! Так вы будете знать, как она на вас сидит. У каждой одежды есть свой крой, и вещи одного размера могут по-разному сидеть на фигуре. Как видите, чтобы выглядеть стильно, не нужно много вещей. Достаточно уметь их правильно сочетать.



+7-701-604-06-95
Промокод: Teens

MUZ MUZZONE

ЗАЯВИ О СЕБЕ



Главная телешкола страны – это место, где ты можешь заявить о себе!

Постоянные съемки, интервью, экскурсии на радио и ТВ, мастер-классы с медиа-персонами – вот что ждет каждого студента нашей телешколы.

Если в процессе обучения ты покажешь себя только с лучшей стороны, для тебя будут отдельные сюрпризы. Наши лучшие студенты уже сделали крутые интервью с Ани Лорак, группой «Время и Стекло», Zivert, Анной Седоковой и многими другими. Все эти видео доступны на



Youtube канале «Главная телешкола страны». Так что есть стимул проявить себя!

Съемки и обучение проходят только по воскресеньям, чтобы никого не отрывать от работы или учебы. Курс обучения длится 3 месяца.

Чтобы стать частью нашей команды, тебе необходимо пройти два этапа кастинга. Подписывайся на наш Instagram-аккаунт и следи за новыми кастингами!

instagram: @muzzone_media
+7-707-408-16-98
(whats'app-автоинформатор)





Качество важнее всего! Без качества всё теряет смысл!

Сантехническая арматура и трубопроводные системы для водоснабжения и отопления.

г. Алматы, пр. Жибек Жолы, 135/10а, стройкомплекс "Жибек Жолы", литер В12. www.zentrum.kz
+7-701-787-63-03 instagram: @zentrum_viega

Руководитель компании
Zentrum
Мадина Тасбулатова



Безупречные немецкие технологии.