

FP

16+

FOR PEOPLE

глянцевое издание о людях
7 (55) июль 2021

Зоя Осипенко

стр. 4



FOR PEOPLE

ГЛАНЦЕВОЕ ИЗДАНИЕ О ЛЮДЯХ

Alexandr Grebennikov	Chief Editor	Издатель и главный редактор	Александр Гребенников
Aset Isabaev Dmitriy Andreyev	Chief editor assistants	Ассистенты издателя	Асет Исабаев Дмитрий Андреев
Vitaly Kirsanov	Production editor	Выпускающий редактор	Виталий Кирсанов
Inna Shefer	Editor	Редактор	Инна Шефер
Valerya Maximenko	Art Director	Арт-директор	Валерия Максименко
Marina Butrym	PR-manager	PR-менеджер	Марина Бутрым
Irina Dmitrova	Copy editor	Корректор	Ирина Дмитрива
Vitaly Kirsanov Jora Abramov	Photographers	Фотографы	Виталий Кирсанов Жора Абрамов
Mariyam Issaeva	Sales chief manager	Руководитель отдела продаж	Марьям Исаева
Batyrzhan Rymbayev Olessya Tregubenko Sanzhar Baimurunov	Advertising executives	Менеджеры по работе с клиентами	Батыржан Рымбаев Олеся Трегубенко Санжар Баймурунов
Dilya Sharafutdinova	Producer	Продюсер	Диля Шарафутдинова
Vladimir Sesselkin Rufina Mussayeva Mansur Feda	People Awards	People Awards	Владимир Сеселкин Руфина Мусаева Мансур Феда

Отдел распространения и PR
+7-702-498-78-84 pr@tpeople.kz

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

Журнал «Глянцевая газета For People» № 7 (55)
Периодичность 1 раз в месяц. Разрешено к чтению и распространению для взрослых и для детей, достигших шестнадцати лет.
Собственник/издатель: ИП А-Press, свидетельство о постановке на учет журнала «Глянцевая газета For People» № 17176-Ж от 19.06.18 г.,
Свидетельство о постановке на переучет ПИ, ИА и СИ №КЗ85ВРУ00023137 от 18.05.20 г.
Зарегистрированный тираж 10 000 экз.

Редакция: г. Алматы, ул. Жамбыла, 94
+7-727-339-89-85
director@tpeople.kz
Отпечатано в типографии:
ТОО А-Три Принт, г. Алматы, ул. Макатаева, 127/3
www.a3print.kz

Распространяется бесплатно на территории Республики Казахстан. Ответственность за содержание рекламных блоков несет рекламодатель. Редакция журнала в материалах не дает оценку чему-либо, а лишь выражает мнение рекламодателя. По вопросам и претензиям: director@tpeople.kz, +7-727-339-89-85, www.tpeople.online

ПРИГЛАШЕНИЕ



**ВЫСТАВКА ИНДУСТРИИ
КРАСОТЫ И КОСМЕТИКИ**

11-13 АВГУСТА
АЛМАТЫ

**АЛМАТЫ, ВЦ «АТАКЕНТ»
ПАВИЛЬОН 9**

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА В РАМКАХ ВЫСТАВКИ

11 и 13 августа
10:00 - 18:00



На главном подиуме в шоу-программе «Градус Красоты» для вас выступят лучшие стилисты Казахстана, парикмахеры и визажисты, барберы.

11 и 13 августа
10:00 - 18:00



Конференция руководителей и управленцев бьюти бизнеса с программой: «ЗК - Команда. Клиенты. Конкуренты.»

12 августа
10:00 - 18:00



Конференция по эстетической медицине и косметологии.

+7 707 823 53 67
+7 707 950 11 12

beautyexpo_kz
www.cabeauty.kz



СКАНИРУЙ,
РЕГИСТРИРУЙСЯ
И ПОСЕТИ





В огне свечи кроется огромный энергетический потенциал, который используется человеком с давних времен. Об истории и значении свечей мы побеседовали с **Зоей Осипенко** – основателем эзотерической школы Salamandra.

Настраждение огня

Зоя, вы работаете со свечной магией. Известна ли вам история происхождения свечей?

– Считается, что искусство производства свечей развили римляне. Они обмакивали скрученный папирус в раствор из жира, после чего часть раствора оставалась на фитиле, и это позволяло ему гореть. Такие свечи называли «макаными». До 1400-х годов все свечи изготавливались одинаково: папирус опускали в специальный раствор. Но в XV веке один французский изобретатель придумал литейную форму для конических свечей. После этого раствор стали заливать в готовую форму, и так получались конические свечи. В 1500-х годах пчелиный воск стали использовать как альтернативу животному жиру. Свечи из пчелиного воска горели дольше, при этом они меньше дымили и лучше пахли. Но воск было сложнее добыть, поэтому такие свечи использовались только аристократией и церковью.

– Расскажите, как и когда свечи появились в вашей жизни.

– В моем роду многие были целителями. Первую свечу я увидела, когда мне было около пяти лет. Она была изготовлена из льняной ткани, трав, корней и жира и называлась «дымная». Материал для такой свечи пропитывают в воске, сворачивают конусом и внутрь добавляют необходимые ингредиенты. Свечу поджигают и сразу тушат, она начинает дымить. Дымная свеча использовалась раз в полгода по большим праздникам. Она дает много дыма, который очищает пространство и лечит людей. Также с помощью дымной свечи снимают сглаз, порчу, морок, плохие сны. С детства я наблюдала и работала с травами. Как их собирают, сушат, раскладывают в мешочки, как заговаривают травы для свечей.

– Вам передались и секреты трав?

– Да, конечно. Травы нужно собирать по сезонам. Есть ясные и иньские растения. Ян-травы дают энергию,

поднимают жизненный тонус организма, а инь-травы впитывают негативную энергетику. Их нельзя смешивать, это разные виды воздействия. По роду мне передалось умение общения с травами, я интуитивно знаю, что с чем можно компоновать, а что нет.

– Какие материалы используются при изготовлении свечей?

– Наши предки не обладали такими возможностями, как мы. У них был животный жир, был воск. У нас же есть много ингредиентов: воск, вошина, соевый воск, различные формы для литья. Восковые свечи в магии используются чаще всего. Бывает множество разновидностей: церковные, цветные, с добавками в виде трав и без добавок. Литые, катаные, маканые. Могут быть натурального оттенка, отбеленными или покрашенными. Соевый воск – это относительно новый материал, он был изобретен в 1996 году. Это экологичный растительный продукт на основе соевых бобов. Такой воск не выделяет копоти при

горении и легко смешивается с любыми ароматическими маслами. Свечи из соевого воска горят дольше любых других. Его также можно программировать.

– Расскажите о цветовом значении свечей. Какой цвет в какой ситуации используется?

– Раньше не было цветных свечей. Но цвет, действительно, помогает достичь лучшего результата. Итак, что символизируют цвета в свечной магии. Например, белые свечи – это сбалансированное присутствие всех влияний, воплощенная в материи гармония. По этой причине белый цвет свечей считается универсальным, создающим очень мощную и позитивную вибрацию. Белые свечи всегда уместны и на религиозном алтаре, и на магическом. Черные свечи часто используются для поглощения и разрушения отрицательных энергий. Свеча связывает темные силы и дает защиту. Снимает сглаз и порчу. Свечи красного цвета, так называемые свечи Иисиды, – символ страсти, их используют в ритуалах, где страсть является ключевым понятием. Это действия, направленные на личную или сексуальную привлекательность, обряды любовной магии, обряды, направленные на поиск спутника жизни. Желтые свечи символизируют творческий потенциал и воображение, жизненную энергию и деятельность, радость и привлекательность. Придают силу уму, ускоряют обучение и улучшают память. Розовый цвет – цвет дружбы, любви, ожидания перемен в личной жизни. Ритуалы со свечами розового цвета хороши для восстановления самооценки и исцеления душевных ран, для избавления от прежних неприятностей, связанных с семьей или детством, для спокойного сна и примирения после ссор. Зеленые свечи используются для привлечения денег, удачи в азартных играх, в бизнесе, ради приобретения хорошей работы, получения богатого урожая. Также их применением достигается гармония, омоложение, исцеление физического тела. Синие свечи изготавливаются для получения мудрости и защиты, для медитации, исцеления, они приносят духовное возрождение и вдохновение, мир и гармонию в дом, терпимость и спокойствие. Помогают сбросить вес.

– Свечи создаются для того, чтобы улучшить жизнь человека. А можно ли ими навредить себе?

– Свеча – это удивительный ритуальный инструмент, который в ваших руках превращается в носителя ваших молитв. В мыслях вы призываете действовать свою волю, фокусируете концентрацию и решимость к определенным поступкам. Физически включаете все свои органы чувств. Даже если вы совсем ничего не знаете о свечной магии, а просто приобрели свечу по своему желанию, вреда от нее не будет.

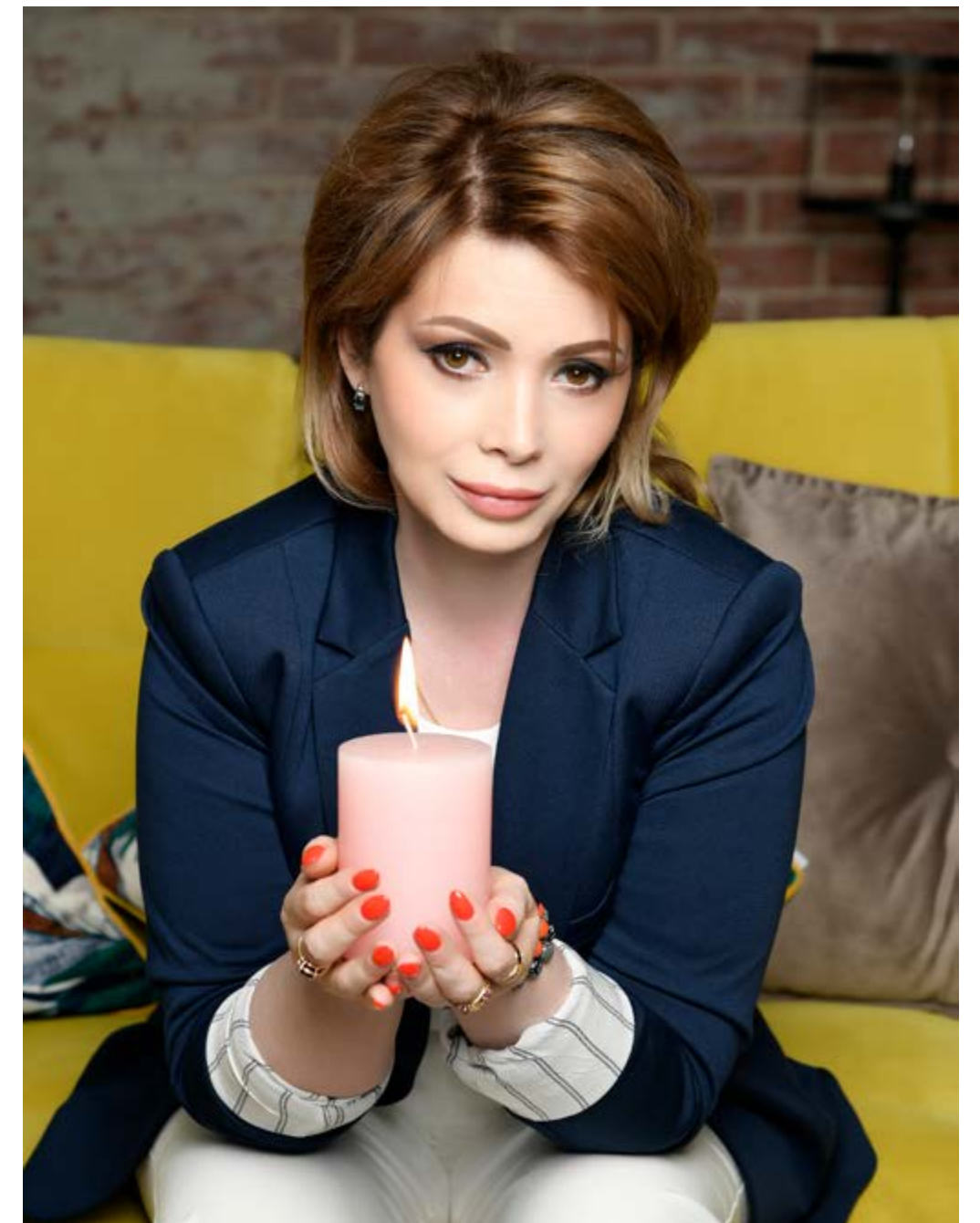
– Расскажите об обучении в школе Salamandra.

– Школа Salamandra – это духовно-эзотерическая школа, место для развития и личностного роста. У нас можно выбрать себе хобби или начать обучение практической магии. Если вы не профессиональный маг или эзотерик, у нас есть обучающий курс по чистке людей от негативных программ. Также мы преподаем азы свечной магии, магию камней, где можно научиться правильно собирать браслеты и четки, ставить на них

программы. Есть женские и родовые практики, на которых познают основы родологии и те приемы, с помощью которых можно приобщиться к энергии своего Рода. Изучая трансформационные игры, можно найти свой путь и достичь жизненных целей. К примеру, игра «Денежный поток» – это тренинг, где прорабатываются денежные установки. Для желающих в школе можно пройти посвящение в Рэйки, мы предлагаем обучение по всем уровням. Наши курсы рассчитаны как на новичков в магии, так и на продвинутых любителей. Все программы полностью экологичны и структурированы по канонам магического искусства. Вы научитесь привлекать удачу, поправите материальное положение и получите инструменты для восстановления здоровья.

+7-777-577-33-85

инстаграм: @salamandra__svechi__kz





Финансовый партнер

Бухгалтер – профессия вне моды и вне времени. Специалист, способный свести дебет с кредитом, нужен в любой сфере деятельности.

Динара Эркисбаева – руководитель компании «ГлавБух».

Динара, расскажите немного о себе и о том, как давно вы в бухгалтерской сфере.

– Родилась я в Усть-Каменогорске, в обычной семье. Уже в 8 классе я мечтала стать главным бухгалтером, примером для меня была мама, она с 20 лет работала главным бухгалтером, а последние 10 лет она финансовый директор, и все начальные знания я получила от нее. Именно мама является для меня наставником. По окончании школы я поступила на факультет иностранных языков, потому что понимала, что знание английского языка мне пригодится, параллельно училась бухгалтерии. Прошла множество курсов повышения квалификации. Общий стаж работы в бухгалтерском деле у меня 15 лет. Уже 7 лет я руководитель аутсорсинговой фирмы. Замужем, у меня трое детей. В декретном отпуске я практически не сидела, потому что отношусь к той кате-

гории людей, для которых однообразие в жизни – это что-то ужасное. После рождения третьего ребенка я вышла на работу через два дня после выписки из роддома. Потому что, владея своим бизнесом, ты не можешь уйти ни на несколько месяцев, ни на несколько недель. Необходимо участвовать в жизни своей компании.

– Что подтолкнуло вас к открытию собственной фирмы бухгалтерских услуг?

– В 2013 году я работала в банковской сфере. Была молодая, очень амбициозная и не смогла сработаться с головным офисом в Алматы. Мне пришлось освободить место вызванной раньше времени из декрета сотруднице. Для меня это было шоком, потому что я планировала стать директором филиала банка в нашем городе. Но в то же время стало и большим уроком. Во-первых, я поняла, как важно уметь выстраивать

отношения с людьми. Во-вторых, во время поиска работы я увидела, что сложно найти такую заработную плату, которую я получала в банке. Тогда и решила, что хочу попробовать работать на себя. Меня поддерживали супруг и моя мама. Сразу нашлись первые клиенты, работая с которыми, я сравнила свой доход с доходом, который получала в банковской сфере.

– Какой спектр услуг предоставляет компания «ГлавБух»?

– Мы рады помочь в разных услугах и у нас широкий спектр услуг. Их можно разделить на три основные направления. Первое – это разовые услуги, когда клиент приходит и просит, чтобы ему оказали услугу прямо в данный момент: отправили отчет, ответили на уведомление или решили вопрос с инспектором, с арестованным счетом. Второе – когда мы ведем учет всех финансовых операций клиента полностью, являясь в

одном лице и бухгалтером, и операционистом, и финансовым директором. Когда заключается договор, ежемесячно вносится абонентская плата на ведение налогового-бухгалтерского учета, то предоставляется весь спектр услуг. Третье – курирование главным бухгалтером. Когда клиент имеет в штате бухгалтеров, но нет главного бухгалтера, отвечающего за учет и составление деклараций. Мы беремся курировать эту фирму, исправляем ошибки рядовых бухгалтеров и обучаем этих сотрудников в штате клиента, тем самым повышая их квалификацию.

– Бухгалтерское сопровождение организаций вы оказываете в какой-то определенной отрасли?

– В первые пять лет существования нашей фирмы мы брали все сферы и любую работу. Последние два года мы, уже имея колоссальный опыт, выбираем те сферы, которые нам интересно вести. Имеем большой опыт в работе с импортом и экспортом. Но и любая другая сфера не представляет для нас сложностей в работе.

– Предприниматели обращаются к вам не только за бухгалтерскими услугами, но и за помощью в подборе бухгалтера для своей компании. Расскажите, как это происходит и насколько востребована данная услуга.

– Услуги рекрутера случайно появилась в нашем прайсе. Не скажу, что она пользуется особым спросом, но несколько собеседований в квартал я провожу. Это не способ зарабатывания для меня, а больше благотворительная помощь клиентам, которые ищут бухгалтера для своей компании. Очень часто информация, содержащаяся в резюме, не соответствует действительности, и моя задача – провести собеседование по проверке как бухгалтерских знаний, так и психологической готовности человека к работе, чтобы, принимая на работу сотрудника в штат, клиент нашел действительно ценного сотрудника.

– Какими качествами, по-вашему, должен обладать хороший бухгалтер, и какие требования вы предъявляете к своим сотрудникам?

– При приеме в наш коллектив мы проводим психотест на усидчивость

человека. Если человек неусидчивый, ему будет тяжело работать в нашей сфере. А также важна внимательность – невнимательность для бухгалтера влечет за собой серьезные последствия в виде штрафов, арестов счетов и многого другого. Еще одно очень важное качество: честность. Честность не только в финансах, но и в документах, и во взаимоотношениях. Дисциплина и ответственность – это стандартно. Самое главное – усидчивость и внимательность, а всему остальному, мне кажется, можно научиться. В нашем коллективе работают спокойные сосредоточенные люди. Остальные долго не задерживаются.

– Что отличает «ГлавБух» от других компаний?

– Руководитель компании должен на «отлично» знать ту сферу деятельности, в которой работает его компания. И нести ответственность за своих сотрудников и их ошибки. Очень много компаний, которые обманывают своих клиентов, например, по суммам налогов или корректности отчетности. Я за честность и прозрачность в работе.

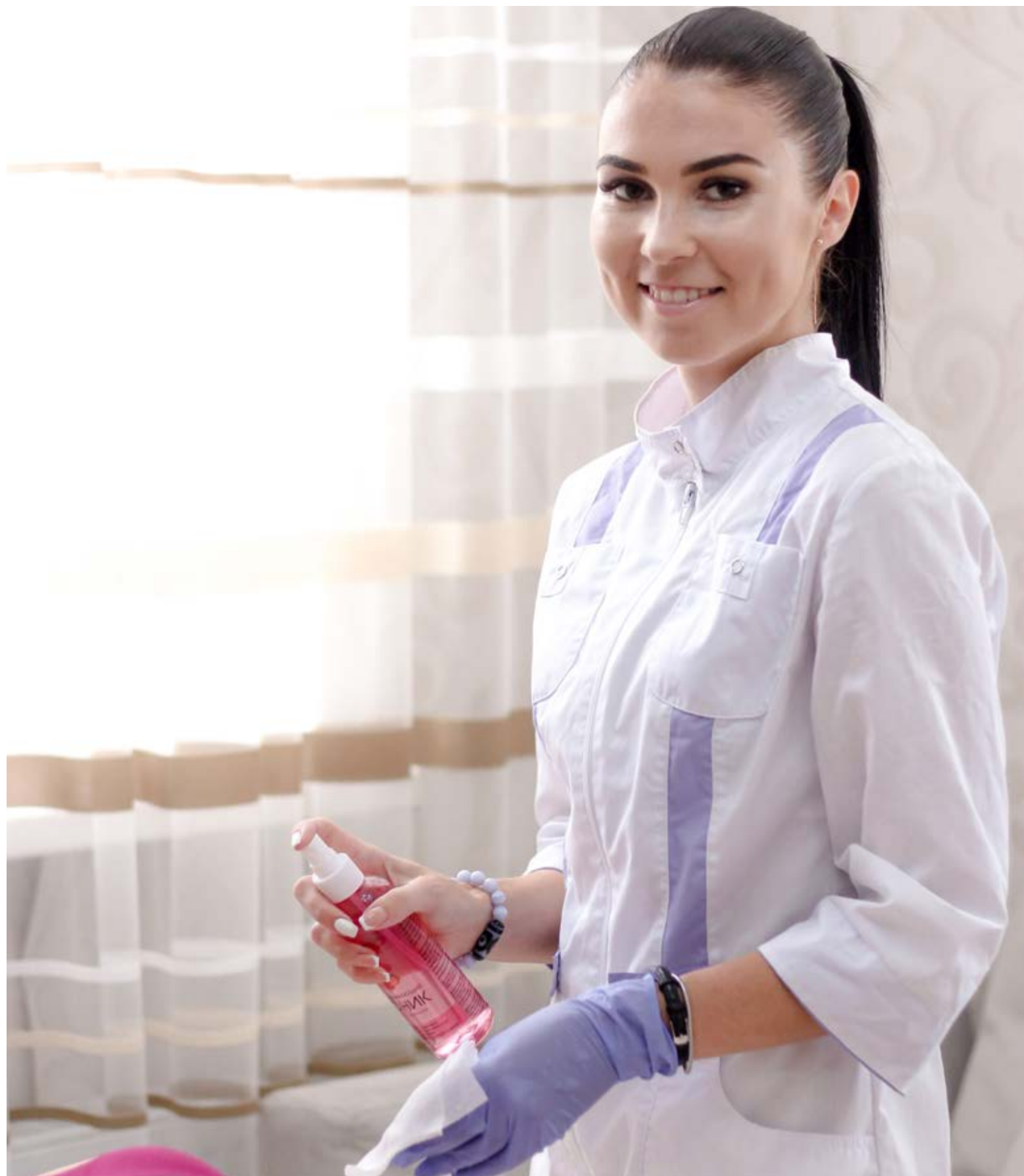
Главный плюс, который интересен всем нашим клиентам, – наша полная ответственность за все свои действия. То есть любой штраф, который придет по нашей вине, 100% оплачивается нашей фирмой. На сегодняшний день штрафов у нас нет.

– Ваша компания растет и развивается. Довольны ли вы своими успехами, и какой видите компанию «ГлавБух» через 5–10 лет?

– Я очень довольна тем, что мы имеем сегодня. Не каждая компания за такой короткий промежуток времени способна добиться подобных результатов. Но для нас это не повод останавливаться на достигнутом. Мы по-прежнему работаем над повышением квалификации и уровнем оказываемых услуг. Стараемся идти в ногу со временем и развиваемся в сфере онлайн, что позволяет нам успешно работать не только с предпринимателями из нашего города, но и других регионов Казахстана. В будущем планируем изучить подробнее налогообложение стран Таможенного союза, таких, как Россия, Белоруссия, Киргизия и Армения.

+7-777-232-25-64
+7-707-399-19-13
инстаграм: @glavbuh_uk





«Оторви» с удовольствием

Найти себя и свое призвание не так сложно, как кажется на первый взгляд. Как заняться любимым делом и получать удовольствие от работы, с нами поделилась Юлия Иоците – квалифицированный мастер-технолог по шугарингу.

Юлия, давно вы занимаетесь шугарингом? Почему выбрали именно эту сферу услуг и чем занимались до этого?

– Мастером по депиляции я работаю почти 4 года. До этого 7 лет я работала администратором в салоне красоты. Долго наблюдала за мастерами и видела все виды услуг в этой сфере. Наиболее близким мне показался шугаринг, чем я и решила заниматься. Изначально прошла обучение шугарингу, а позже – курсы повышения квалификации, позволяющие работать с воском.

– Сегодня вы работаете на себя. Сложно было решиться на такой шаг?

– Скажу честно, решиться было сложно. Потому что у человека, работающего по найму, есть определенные обязанности, нормированный график работы, выходные дни. Работая на себя, приходится все свои силы и время отдавать работе. Первые 1,5–2 года я только нарабатывала клиентов, постоянно обучалась и набиралась опыта. Сегодня я имею собственный кабинет и очень этому рада. Депиляция для меня не просто удаление волос, но и уход за кожей, гигиена и чистота. Я очень люблю свою работу, делаю ее с особым подходом. Еще работая в салоне, я запомнила слова нашего руководителя, которая говорила мастерам, что делать процедуры нужно так, как будто к вам пришла ваша мама. Став мастером, я взяла это за основу своей работы и каждому своему клиенту оказываю услуги так, как делала бы это своей маме или себе самой.

– Какие виды депиляции делаете, в чем их отличие и какой вид наиболее популярен?



– Я делаю шугаринг – сахарную депиляцию. И восковую депиляцию обычным и полимерным воском skins для депиляции чувствительной кожи, который на сегодняшний день пользуется особой популярностью.

– Какие сложности встречаются в вашей работе?

– Основная сложность моей работы – это усталость. Приходится проводить целый день на ногах, работая с клиентами. Но кроме физической усталости бывает и моральная, потому что все люди очень разные, с разной энергетикой и настроением. И мастеру так же необходимо быть психологом, как и первоклассным специалистом своего дела.

– У шугаринга есть побочный эффект – вросшие волоски и раздраженная кожа. Существуют ли современные методы, чтобы исключить такие неприятные моменты?

– Очень важным моментом здесь является домашний уход. Главное – выполнять рекомендации мастера: скрабирование кожи, пилинг и увлажнения. У каждого мастера есть свои рекомендации, которыми не стоит пренебрегать. Также каждый мастер использует свою технику и продукцию для депиляции, поэтому важно найти своего мастера и ту технику, которая подходит именно вам. Не следует на каждую процедуру менять мастера. Если соблюдать все эти нюансы, проблемы с вросшими волосами у вас не возникнут.

– Как, по-вашему, должны ли родители рассказывать детям о депиляции? С какого возраста рекомендуется убирать нежелательный волос?

– Детям нужно рассказывать о депиляции и о том, как можно навредить бритьём. Многие дети используют доступное бритьё, ухудшая

тем самым ситуацию с ростом волос. С 11–12 лет уже можно проводить менее болезненную процедуру депиляции. Поэтому считаю важным открыто говорить с детьми о способах удаления волос. Самому маленькому моему клиенту на сегодняшний день 11 лет.

– Какие у вас планы по дальнейшему развитию в профессии?

– Я планирую запускать обучение для тех, кто хочет обучиться шугарингу. Но предварительно хочу составить собственную обучающую программу, которая позволит ответственно и качественно подходить к этому процессу. Также в задумках есть производство собственной сахарной пасты. Продукта, который будет отвечать всем моим требованиям.

инстаграм:
@sugar_astana_juliya

+7-778-327-51-55

Джутовое настроение

XXI век ознаменовался возвращением популярности рукоделия. Ручная работа ценится своей уникальностью. А изделия из джута еще и помогают сохранить здоровье и молодость кожи.

Любовь, для начала давайте выясним, что такое джут.

– Джут добывают из коры растения, которое произрастает в тропических районах. Сначала джутовые стебли срезают и замачивают, чтобы было проще отделить волокно от стебля. Затем волокно промывают, сушат и передают на рынок сырья или завод для дальнейшей обработки. Джутовое волокно на 100% биоразлагаемое, пригодно для вторичной переработки и, следовательно, экологически безвредно. При сжигании джут не выделяет токсичных веществ.

– Расскажите о себе и как давно занимаетесь вязанием. Когда и почему вы заинтересовались именно джутом?

– Сама идея создания джутовых изделий родилась давно, но реализовать ее я смогла лишь чуть больше года назад, в то время когда как раз началась пандемия и мы все были вынуждены сидеть по домам. Вяжу очень давно, даже смеюсь, говоря о том, что иногда мне кажется, что вязать я научилась раньше, чем читать. Очень люблю это дело. Раньше вязала для себя и своих близких. Но со временем пришло осознание, что я хочу своим умением делиться.



– Сколько времени уходит на работу над заказом? И как можно приобрести ваши авторские изделия?

– Количество времени на изготовление, конечно, зависит от размера изделия. Для примера скажу, что на сумку-шоппер в среднем уходит от четырех до пяти часов. Приобрести изделия можно через онлайн-магазин или Instagram. Так как это изделия ручной работы, то не всегда они есть в наличии. Но желающие всегда могут оформить заказ. Также я сотрудничаю с четырьмя экомagasинами в г. Атырау. И сейчас ведутся переговоры с магазином в г. Алматы.

Instagram: @lowa_jute
www.lowajute.com

– В вашем ассортименте сумки, корзины, мочалки и многое другое. Какие изделия наиболее популярны?

– Да, в ассортименте есть сумки, корзины, мочалки и салфетки из джута. Одних только сумок более семи моделей. Все они отлично подойдут для повседневного использования в городе, для похода в магазин, на пляж, тренировку и так далее. Корзины из джута – это декор вашего интерьера, который будет отвечать не только за красоту, но и функциональность. С ними в вашем доме будет порядок и уют. Джут не боится влаги, поэтому корзины отлично подойдут в качестве кашпо для домашних растений, их смело можно ставить на полку в ванной комнате. Самыми популярными изделиями из джута на сегодняшний день являются варежка-мочалка и сумка-шоппер.

полнее воспринимать питательные и увлажняющие косметические средства. Природные бактерицидные свойства джута делают мочалку устойчивой к воздействию патогенных микроорганизмов, поэтому она долго сохраняет свои потребительские качества. Перед первым применением мочалку следует ополоснуть в мыльном растворе, чтобы сошел растительный налет, после использования мочалку следует промыть под проточной водой, а затем просушить.

– Какой уход необходим изделиям из джута?

– Изделия из джута стирать не рекомендую, так как после этого они потеряют форму и вид. Уход за джутовыми изделиями – это сухая чистка щеткой или пылесосом.

– Над созданием изделий вы работаете самостоятельно, или у вас есть помощники?

– Изначально изделия вязались только мной. В настоящее время у меня есть помощница. Но думаю, что скоро количество помощников будет увеличиваться, так как спрос на изделие растет. Кандидатов буду выбирать из разряда вяжущих и желающих научиться.



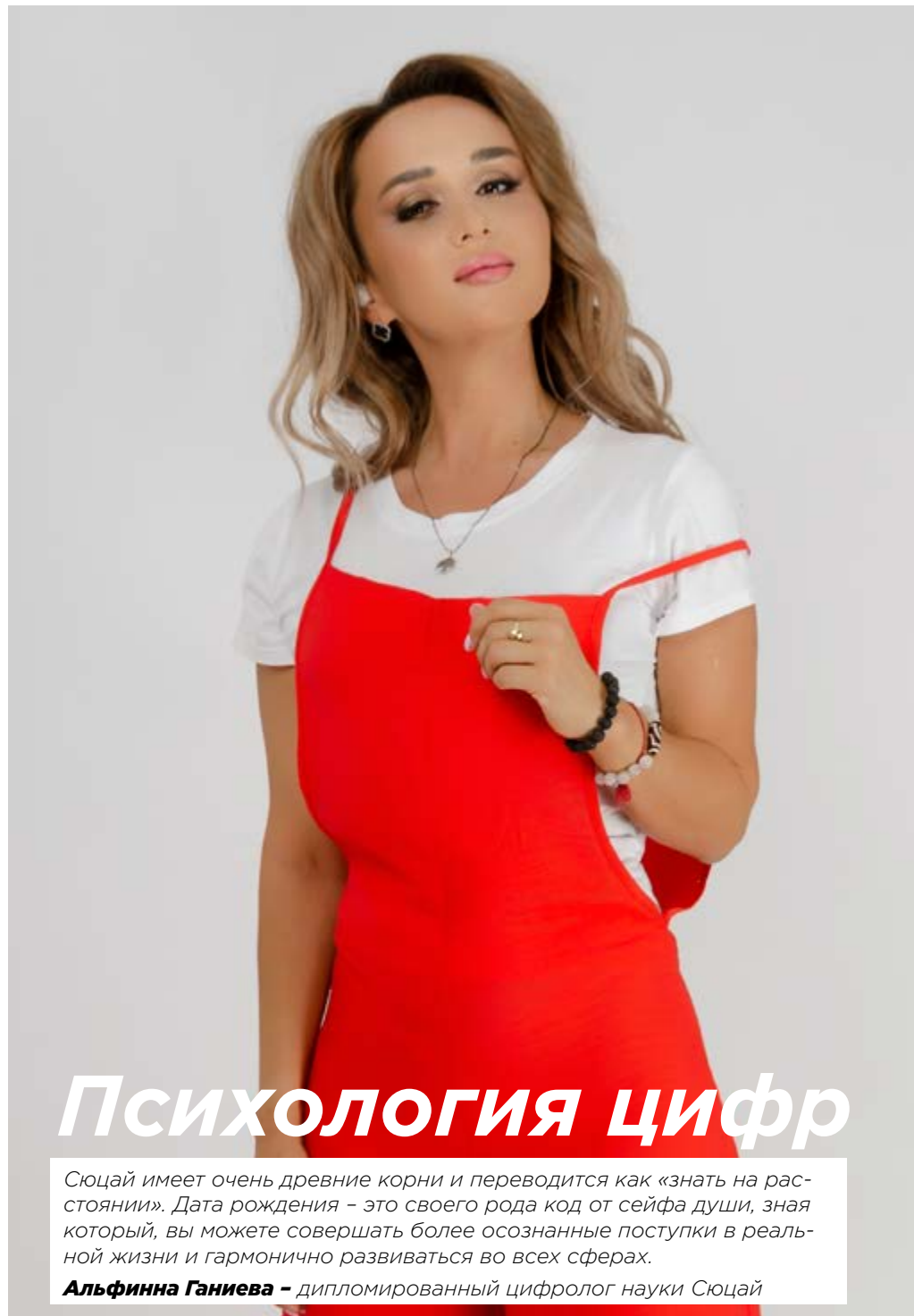
Альфинна, расскажите нашим читателям подробнее о науке Сюцай.

– Наука Сюцай – это цифровая психология, наука о дисциплине ума и реализации души, в основе которой лежит код – ваша дата рождения. За каждой цифрой вашей даты рождения стоит определенная энергия. Зная и понимая значение и влияния всех этих энергий, человек понимает свою природу и свои действия. Каждый человек пришел с определённым набором качеств, а в процессе жизни должен изменить и трансформировать эти качества в лучшую сторону! И как раз таки зная как влияют планеты, человек может это отследить и изменить свои действия на разумные. Лично для меня наука Сюцай – это наука нового разума, правильной коммуникации и понимании законов Вселенной. Если человек развивается, улучшает свои качества, умеет правильно коммуницировать с окружающим миром, то естественно как следствие меняется качество его жизни.

– Как давно вы познакомились с Сюцай, и как эта наука повлияла лично на вас?

– Есть два пути к счастью: путь через знания и путь через кризис. Я, как и все, выбрала путь через кризис. Когда я пришла в науку, у меня было много боли, разочарований, обид. Опыт прошлой жизни не давал мне жить спокойно, научиться жить легко, простить людей, которые меня когда-то обижали. Именно наука Сюцай помогла мне освободиться от этой боли, от всех обид и прийти к пониманию. Это невероятные знания, которые меняют вашу жизнь, делят ее на «до» и «после». Мой путь в науку Сюцай начался не так давно – год назад. Я начала изучать информацию из доступных источников, мой интерес возрастал всё больше и больше, и только сейчас я понимаю, что решение поехать на обучение было моим самым верным и осознанным выбором. В октябре 2020 года я прошла первый базовый курс школы. Путем понимания всей глубины знаний я осознала, что хочу передавать эти знания миру. После моих первых консультаций моя душа стала успокаиваться, начал раскрываться мой внутренний потенциал, желание реализовывать себя в этой сфере дальше. А в марте 2021 года я прошла уже второй профессиональный курс школы Сюцай.

– О чем может сказать дата рождения человека?



Психология цифр

Сюцай имеет очень древние корни и переводится как «знать на расстоянии». Дата рождения – это своего рода код от сейфа души, зная который, вы можете совершать более осознанные поступки в реальной жизни и гармонично развиваться во всех сферах.

Альфинна Ганиева – дипломированный цифролог науки Сюцай

– Согласно науке Сюцай ваша дата рождения – это расшифровка ваших желаний и действий. Каждая цифра даты рождения несет информацию о качествах характера и энергии, с которыми вы живете. И если в вашей матрице не хватает определенных энергий, то человек не может до конца себя реализовать или просто идет по жизни, не понимая, почему его желания в каких-то сферах жизни не реализуются. Наука Сюцай дает четкое понимание своей природы, какими данными ты владеешь, каких не хватает и как это восполнить, чтобы на всё хватало времени, энергии и сил. То есть даются четкие инструменты для наработки качеств, которых нет у вас от природы.

– Как Сюцай помогает реализоваться в жизни?

– Очень часто мы навязываем людям мнения, как им нужно правильно

жить. Особенно часто возникают проблемы в семье между родителями и детьми. Например, если родитель с числом сознания 3, а ребенок с числом сознания 6, то родитель-«тройка» будет навязывать ребенку, что нужно жить по инструкции, нужно учиться, то есть жить в определенных рамках, ребенок с числом сознания 6 пришел в эту жизнь реализоваться не стандартным путем, а через творчество и комфорт. И родитель, навязывая ему свои убеждения, лишает ребенка возможности реализоваться в жизни. Сюцай помогает понять природу и действия каждого человека. Через правильную и здоровую коммуникацию к человеку приходят новые возможности.

– С какими вопросами к вам чаще всего обращаются за консультацией?



– Вопросы, конечно же, разные. У человека есть три основных страха: страх потери времени, страх смерти. Страх потери материального мира. Страх потери отношений. Чаще всего именно с этими вопросами мы работаем. Многие задаются вопросом: в чем мое предназначение? Где мои деньги? Где моя любовь? Куда направить своего ребенка, чтобы ему это нравилось? На эти и многие другие вопросы я помогаю найти ответы на моих консультациях!

– Хотелось бы подробнее узнать, как работает мастер Сюцай. Как проходит процесс консультации? И когда заметны первые изменения в жизни человека?

– На консультации я стараюсь максимально показать человеку, от чего он страдает и как уйти от этого. То есть «распаковываю» природную данность человека через его же дату рождения. Затем рассказываю, какие есть энергии в человеке, а каких нет, и как их воспол-

нить. Обязательно дается задача от Творца – что человеку нужно совершать, чтобы реализовываться во всех сферах жизни. Если человек выполняет задачу от Творца, к нему начинают приходить новые возможности, но как правило реализовать их сложно. Вот здесь и начинается работа над собой. Я всегда говорю, что прийти на консультацию – это одно. Послушать и осознать – это второе. А вот начать действовать или нет – это уже выбор каждого человека. Первые изменения в жизни происходят тогда, когда человек начинает применять на практике те знания, которые получает.

– Для того чтобы понять влияние цифр на жизнь человека, достаточно обратиться к специалисту-цифрологу. А можно ли познать эту науку самостоятельно?

– Консультация у мастера Сюцай вам раскроет лишь малую часть. В основном это познание глубины самого себя, своей реализации, сферы. Но, как правило, люди очень часто страдают от непонимания окружающего мира. Поэтому есть возможность каждому пройти обучение в нашей школе и познать уже глубину этой науки самостоятельно. Лично познакомится с основателем этой науки, великодушным человеком с неверо-

ятной энергией. Это мой наставник, учитель, гуру и просто замечательный человек Жанат Кожамжаров – гранд доктор, профессор, академик французской Академии Наук, кандидат психологических наук, доктор философии в психологии и интегративной медицине (Oxford UK, США). И этот список можно еще продолжать и продолжать. Но самое главное он является одним из девяти людей в мире, обладающих практикой эмоционального очищения «Огненный Цигун». Во время обучения можно пройти эти оздоровительные сеансы, после которых у многих людей исчезали проблемы со здоровьем. Получив знания в школе Сюцай, вы откроете новый мир для себя. Люди для вас раскроются по-другому. Просто зная дату рождения человека, у вас уже будет восприятие и понимание его природы. И вы будете знать, как правильно строить отношения с каждым человеком. Самое интересное, что ваши близкие люди, с которыми вы каждый день соприкасаетесь, откроются для вас по-новому. У вас уйдут к ним претензии, и вы поймете, как ваша жизнь поделилась на до и после. И со 100% уверенностью скажу, вы никогда не пожалеете об этом.

инстаграм: @alfinnagold_
+7-747-154-41-11





KRAS

Гарантия вашего здоровья

Сауле Бактыгалиевна Усербаева – кандидат медицинских наук, доцент Алматинского Государственного медицинского института, пульмонолог-эксперт, гастроэнтеролог-эксперт. Автор уникальной программы «Детокс», член Академии профилактической медицины РАМН, Anti Aging & D doctor.

Сауле Бактыгалиевна, расскажите немного о себе.

– Я окончила Алматинский Государственный медицинский институт с отличием в 1980 году и сразу была направлена на стажировку в Институт пульмонологии в Ленинград. Слушала лекции главного пульмонолога СССР Академика Н. В. Путова, получила сертификат об освоении новейшей методики диагностики в пульмонологии – бронхоскопии. Затем я вернулась на кафедру фтизиопульмонологии АГМИ,

на которой трудилась до 2001 года. Была ученицей профессора, главного пульмонолога в Казахстане Л. Ц. Йоффе. Успешно защитила кандидатскую диссертацию, в которой впервые мной были описаны выявленные в Казахстане атипичные пневмонии, вызванные вирус-бактериями. Далее я обучалась в докторантуре АГМИ и выполнила работу по теме «Хронические обструктивные неспецифические заболевания легких». В клинике Kras работаю с 2017 года. Общий мой медицинский стаж составляет 47 лет.

– Вы принимали активное участие в государственной программе профилактики йододефицита в Казахстане. Как дефицит йода сказывается на организме человека?

– В 2003 году я принимала активное участие в разработке требований Закона

РК N489- II «О ликвидации йододефицита среди населения Казахстана», а также впервые в Казахстане в 2001–2017 компания, которой я руководила, эксклюзивно занималась массовой профилактикой йододефицита среди населения страны через продукты питания и питьевую воду, обогащенные «умными» пищевыми добавками: «Йодказеином» и «Селексеином». Йододефицит приводит к бесплодию, выкидышам, мертворождению, к возникновению пороков развития плода – таких, как глухота, слепота, немота, вплоть до кретинизма. В связи с чем всем обратившимся в клинику Kras по вопросам бесплодия или ведения беременности мы рекомендуем прием органического соединения йода, селена и железа, а также всех жизненно важных витаминов. Врачи Kras впервые в Казахстане в период пандемии внесли коррективы в профилактику ковида. Сами стали принимать и назначать

пациентам двойную-тройную суточную дозу витамина D3, омега 3, препарата «Селен актив». В результате многие врачи и пациенты не заболели ковидом, а кто и заболел, то в легкой форме.

– Вы автор уникальной методики очистки организма «Детокс». Расскажите о данной методике. В чем ее преимущество?

– «Детокс» – очищение организма, его «генеральная уборка». Уникальность авторской программы «Детокс» в качественной подготовке желудочно-кишечного тракта за 12 часов и выведение застойных желчных тромбов в следующие 12 часов. Всего процедура занимает 24 часа. Спектральный анализ желчных тромбов, которые выводятся во время применения «Детокса», показал содержание в них 20 элементов таблицы Менделеева, в том числе тяжелых и токсичных металлов – таких, как ртуть, свинец, кадмий. Поэтому аллергические

– Кому рекомендуется пройти процедуру «Детокс»?

– Очищение организма повышает иммунитет и репродуктивную способность человека. В клинике Kras за четыре года проходили лечение пациенты по программе репродукции, и почти все проходили программу «Детокс». В результате у семейных пар, получавших программу «Детокс», в 75% случаев наступала долгожданная беременность, причем у 3/4 естественным путем и 1/4 через процедуру ЭКО. За 25 лет применения авторской программы «Детокс» никогда не было осложнений. Все желающие получить процедуры по этой программе консультируются со специалистами, после чего проходят хорошую подготовку желудочно-кишечного тракта.

– После прохождения процедуры пациенту даются какие-то рекомендации?



жалобы, которые бывают у пациентов до «Детокса»: кожный зуд, насморк, кашель, удушье исчезают сразу же. Для восстановления функции и полезной флоры желудочно-кишечного тракта после завершения программы я даю каждому пролеченному рекомендации. Лечение профилактическое, комфортное, переносится легко всеми пациентами от 10 до 80 лет. Уникальность еще и в том, что голодание короткое – световой день. Голод не сухой, питьевой режим не нарушается, можно пить воду, чай. Детям и ослабленным взрослым, которые не могут выдержать даже такой короткий голод, разрешается прием бесшлаковых белковых препаратов.

– После «Детокса» даются рекомендации по восстановлению функции желудочно-кишечного тракта, расписывается режим питания и образа жизни.

– Расскажите, какое значение имеет иммунитет для здоровья человека.

– Иммунитет – это комплекс врожденных и приобретенных механизмов, которые повышают у человека защиту от болезней. Бывает иммунитет естественный и искусственный.

Естественный иммунитет – это защитные механизмы, подаренные родителями и заложенные генетически.

Естественный иммунитет там выше, где нет хронических инфекционных заболеваний, заболеваний сосудов, сахарного диабета, онкологии и так далее. Выше иммунитет у тех, кто ведет здоровый образ жизни, не имеет вредных привычек, постоянно подпитывает свой организм жизненно важными и дефицитными микроэлементами – такими, как йод, селен, железо, витаминами: D3, C, B12 и другими, кто не ослабляет свой организм ненормированным трудом в тяжелых производствах, питается правильно, не голодает бездумно месяцами, не подвергает организм обезвоживанию, не ведет малоподвижный образ жизни. Но причины высокого естественного иммунитета, по данным современных исследований, зависят и от других механизмов. Главным дирижером всех обменных процессов организма является щитовидная железа. К сожалению, щитовидная железа работает исключительно полноценно только у 5–6% населения Казахстана. Гормоны щитовидной железы регулируют все обменные процессы организма.

Особенно в период пандемии хочется рассказать о механизмах возникновения любого инфекционного заболевания. Для возникновения любой инфекционной болезни должны присутствовать три фактора: первое – это поступление патогенных микроорганизмов в достаточно высоком титре. Второе – снижение иммунитета. Третье – ухудшение социальных условий и окружающей среды. Это голодание, переохлаждение, неправильное питание, дефицит жизненно важных микроэлементов и витаминов, обезвоживание, гипоксия, зашлакованность организма, дефицит энергии, стрессы и многое другое. Иммунитет может быть низким не только при низких индивидуальных данных человека, но и при плохих социальных факторах.

Искусственный иммунитет создает коллективная вакцинация. В период пандемии Covid-19 учеными мира разработаны вакцины. Коллективная вакцинация наверняка сможет остановить чуму XXI века.

Желаю всем здоровья! Берегите себя и своих родных. Призываю всех организованно вакцинироваться.

инстаграм: @s.userbaeva
Адрес клиники: ул. Каирбекова, 35А
+7-777-844-18-22 (WhatsApp)
+7-708-567-37-47

Гульназ, расскажите о себе. Чем вы занимаетесь?

– Я массажист, косметолог, мама пятерых детей и, кроме этого, занимаюсь бизнесом в компании Gemma.

– Как вам удастся совмещать воспитание детей и активную трудовую деятельность?

– Многие мне задают этот вопрос. Каждому человеку дается одинаково 24 часа в сутки, и я стараюсь постоянно использовать тайм-менеджмент. Правильное распоряжение своим временем позволяет мне уделять должное внимание и работе, и детям.

– Как специалист, расскажите, косметология все-таки лечит признаки старения или просто помогает на время их скрыть?

– Лицо – это наша визитная карточка. И чтобы не пришлось лечить, нужно научиться комплексному уходу. Всё зависит от образа жизни человека, где важно питание, домашний уход и спорт. От питания зависит 80% вашей внешности.

– Если косметология помогает улучшить внешний вид лица, то массаж больше работает как расслабляющая процедура? Какие виды массажа вы практикуете?

– Мы привыкли в косметологии слышать слова «инъекции», «аппаратная косметология». Но можно улучшить состояние кожи и цвет лица с помощью рук. Массаж дает огромные результаты. Я рабо-

Стремясь к знаниям и не боясь новизны, человек получает результат и финансовую стабильность. **Гульназ Кыдырбаева** – косметолог-эстетист, массажист, рубиновый директор компании Gemma Казахстан.



тую на лифтинг лица, где массаж начинается со спины, декольте, волосистой части головы и потом только делается на лице. Такой подход улучшает лимфоток, кровоток. Улучшается цвет лица, и разглаживаются мелкие морщинки, а глубокие становятся менее заметными. И с помощью массажа можно получить не только расслабление, но и омоложение на 5–10 лет при регулярном прохождении курсов. Блефаропластический массаж делается с акцентом на глаза, зону декольте. Кроме массажа на лице я работаю и со всем телом: делаю антицеллюлитный массаж, общий, лимфодренажный и другие.

– Как вы попали в компанию Gemma Казахстан?

– Я очень люблю свою работу, но во время карантина появилось больше

свободного времени, и я обучилась вышиванию, SMM маркетингу. А желая уделять внимание своей внешности и при этом зарабатывать, познакомилась с компанией Gemma. Многие думают, что сетевой бизнес – это трудно. Но именно в нашей компании совсем другой маркетинговый план, легко строить свою команду, получая хорошие поощрения за проделанную работу. У меня были страхи, но, работая над собой, я смогла добиться больших результатов и построить команду не только в Казахстане, но и за рубежом.

– Каких результатов вы достигли в компании?

– В данный момент я являюсь рубиновым директором в компании Gemma. Это дает возможность два раза в год путешествовать за счет компании и чек от \$9 000

в месяц. И если сравнить, что, будучи массажистом, я зарабатывала максимум \$600 в месяц, здесь я получаю намного больше. Это мой пассивный доход.

– Какое количество человек в вашей команде? Все они из Казахстана?

– Более 1 000 человек. Это все регионы Казахстана, Америка, Израиль, Россия, Узбекистан и Киргизия. Все эти партнеры доверились мне, придя в компанию. Мы работаем с ними онлайн.

– Почему из всех сетевых компаний вы выбрали именно Gemma?

– Изначально я хотела только приобрести косметику для себя. После того как увидела результат от косметики, стала изучать маркетинговый план. Он оказался очень простым, в отличие от других сетевых структур. В компании я увидела клуб успешных женщин. Все крупные экономисты и финансисты подключаются в Gemma, видя ее большой потенциал и возможность иметь хороший доход.

– Может ли каждый человек построить в компании свое будущее? Что для этого необходимо?

– Люди из разных сфер приходят в Gemma – от домохозяек до руководителей крупных компаний. Каждый может достичь результатов, главное – верить в себя, иметь желание и мечты. Я очень хочу, чтобы в Казахстане все женщины обладали финансовой грамотностью и независимостью.

инстаграм: @gemma_gulnaz



QLASSIQ FLOWERS

Цветы не решают всех проблем, но они всегда хорошее начало.



Напра и Саида – владельцы цветочного магазина Qlassiq.

Девушки, расскажите нашим читателям, что вас связывает. Дружба, бизнес или любовь к цветам?

Напра: Мы родные сестры, но нас также связывают дружба, бизнес и любовь к цветам, которую нам с детства привили родители. Наши мама с папой очень любят природу, растения и цветы.

– Как давно вы владеете цветочным магазином? И кому первому пришла идея начать цветочный бизнес?

Напра: В 2014 году мы первый раз решили попробовать продавать цветы. Наша мама всегда хотела заниматься

цветами, и мы всей семьей поддерживали эту идею. Мы продавали цветы перед 8 марта у дороги. Конечно, были сомнения в успехе этой затеи, но мы решили рискнуть. К тому же объем цветов первый раз был небольшим.

Саида: После торговли цветами на улице мы решили открыть свой магазин. Я и мама нашли помещение. Когда вошли внутрь, сразу поняли, что это именно то, что мы искали. Папа помог с организацией пространства, заказал оборудование и мебель. Я придумала название – Qlassiq. Оно показалось нам очень красивым и лаконичным. Далее мы с Напрой прошли множество курсов флористики, и 14 февраля у нас состоялось открытие собственного магазина. На сегодняшний день наш магазин работает уже четыре года.

– Помните самый первый проданный цветок? Как это было?

Саида: Это было 6 марта 2014 года. Ранним утром мы поставили зонт у дороги. Первой продажей стали три красных тюльпана. И с 2014 года так продолжалось каждое 8 марта в течение трех лет.

– Кроме любви к растениям совместный бизнес подразумевает и организационные моменты. Как распределяете обязанности между собой?

Напра: Я флорист и занимаюсь творческой частью нашего бизнеса. Также веду закуп цветов. Саида занимается продвижением нашего бизнеса в интернете и фотоконтентом. Бухгалтерия на маме.

– Что имеется в ассортименте магазина сегодня?

Саида: В нашем магазине всегда имеются необычные сорта роз, всегда в наличии хризантемы, лизиантусы, альстромерии и гортензии. Конечно, в определенное время сезонные цветы – такие, как тюльпаны, пионы, ранункулы, георгины и ландыши. У себя в саду родители выращивают гортензию, астильбу, ландыши и лаванду.

– Как удастся сохранять многочисленное количество постоянных клиентов, несмотря на растущую конкуренцию?

Саида: В первую очередь к каждому клиенту у нас особо трепетный подход. Мы делаем всё возможное для того, чтобы клиент возвращался к нам снова и снова.

– Каким вы видите свой семейный бизнес через несколько лет?

Напра: Через несколько лет мы планируем открытие магазинов в ключевых районах города Алматы. А также развитие направления цветочного оформления торжеств.

+7-702-848-79-87
инстаграм: @qlassiq_flowers



Жизнь как игра

Ирина Нестеренко – журналист, PR директор, инструктор Кундалини-йоги, ведущая трансформационной игры «Лила»

Ирина, расскажите немного о себе и о том, как давно вы занимаетесь йогой. Почему выбрали именно Кундалини-йогу?

– Родилась я в глубинке, под Карагандой, и 11 лет назад переехала в Алматы получать образование журналиста и строить карьеру. Проработала несколько лет на телевидении редактором и телеведущей, а после ушла в PR. Сейчас являюсь аккаунт-директором в агентстве коммуникаций «Тайный Советник», веду проекты по корпоративным коммуникациям в странах Центральной Азии для крупных международных компаний: разрабатываю PR стратегии, организую мероприятия, работаю со СМИ региона. В йогу я пришла в 2015 году в поисках себя и выхода из депрессивного состояния. Тогда я пробовала разные направления йоги и Кундалини не сразу поняла. Осознанное знакомство с ней началось полтора года назад во время карантина после расставания со своим молодым человеком, в состоянии стресса и внутреннего опустошения. Свою трансформацию я начинала с разных духовных практик: Тантра, Кали-медитации, Шодхан, женских практик, стоянии на гвоздях. Всё это словно готовило меня к погружению в глубину и квантовому скачку сознания, минуя долгие годы. Сейчас я понимаю, что это не я выбрала Кундалини-йогу, а она меня. Так я начала обучение на учителя в Академии Golden Bridge, которая представляет Евразийскую школу Кундалини-йоги Amritnam Sarovar в Казахстане.

– Хотелось бы узнать об особенностях Кундалини-йоги и ее отличиях от других направлений.

– Кундалини-йога – это дисциплина. Ее называют йогой Осознанности или Королевской йогой, которая долгое время была недоступна. Это не просто физические упражнения, а глубокая работа со своим сознанием, нервной и эндокринной системами. Здесь не столь важно, насколько гибкое ваше тело, правильно ли вы сели в ту или иную



позу. Намного важнее ваше намерение, самоотверженность и дисциплина, когда вы каждый день встаете рано утром и работаете на свой день, очищаетесь от деструктивных установок ума, развиваете свое тело, открываете свое сердце. Вот это и есть любовь к себе. Говорят, достижения за два года практики Кундалини-йоги равны 15 годам в Хатха-йоге. Хотя, конечно, йога – это единство, образ жизни, и все направления условны, просто это путь разными дорожками. Но, на мой взгляд, Кундалини-йога самая быстрая по своему воздействию и в то же время непростая. Если вы готовы к вызовам и бегу с препятствиями, то смело шагайте в эту неизвестность. Взлетите как на ракете вверх и потянете всё свое окружение и сферы жизни. Только придется чем-то пожертвовать, например, привычным образом жизни, старыми ценностями, привязанностями

и временем. Поверьте, это того стоит – вы обретете непоколебимую веру в себя, колоссальную уверенность, нейтральное состояние ума, чистоту, баланс, эмоциональную стабильность и привлечете в свою жизнь изобилие.

– Для чего люди приходят в Кундалини-йогу?

– Чтобы быть счастливыми. Всё делается в этой жизни для того, чтобы быть счастливым. Когда создается запрос на трансформацию, то приходит возможность. А трансформация в Кундалини самая мощная, быстрая и эффективная. Она все сметает на своем пути: страхи, обиды, эмоции, ограничения, сомнения и всё, что уже вам не служит, а висит ненужным грузом. Пробуждается прямая атомная энергия, понимание того, что нет ничего невозможного. Вы становитесь



творцом своей реальности и сливаетесь со всем миром.

В среднем почти каждый человек до 30 лет набирает свой опыт по собственной воле, совершает ошибки, гонится за внешними благами, а ближе к 30 лет начинает пробуждаться душа, которая дает сигнал, что пора воплощать то, ради чего вы явились в этот мир. Это важно увидеть и распознать. Кундалини-йога не для всех. И если человек в ней, значит он готов к росту и расширению сознания. Люди приходят за поиском себя, своего пути, увеличением жизненной энергии и исцелением, а находят целую Вселенную. Вы начинаете ощущать тонкость, быть в потоке и получать все ответы, а самое главное – начинаете наслаждаться каждым днем, служить окружающим, просто через свое развитие нести

свет и пробуждать других. Мы все рождены, чтобы быть здоровыми, счастливыми и благословенными.

– Кроме Кундалини-йоги вы ведете трансформационную игру «Лила». Что это за игра?

– «Лила» – зеркало нашей жизни. Слово «игра» не передает ее сути, это намного больше, как Джуманджи. Этот инструмент самопознания был создан около 2 000 лет назад йогой, исследовавшими лабиринты человеческого сознания. До нас этот инструмент дошел благодаря философу, ученому и писателю Харише Джохари, который восстановил содержание утерянных писаний. Основная идея «Лилы» – жить в согласии с собой, без навязывания чужих концепций и погоня за отвлекающими от сути

бытия вещами. Это способ убедиться, что следуешь верному пути, либо скорректировать то, что сейчас происходит. По сути, «Лила» подсвечивает важные аспекты жизни и помогает поднять вверх всё, что казалось неважным, закапывалось и отодвигалось на второй план. Таким образом, игра помогает найти ответы на важные вопросы и получить подсказки, которые нужны именно сейчас.

– Каждому участнику удается достичь результатов самопознания в процессе игры?

– Всё зависит от того, насколько участник открыт новому опыту и готов войти тотально в этот процесс. Ведь это не мистика, всё делает сам человек, и все ответы внутри него. Его только нужно направить и передать то, что ему хотят сообщить его путеводители.

– Многие боятся и не решаются принимать участие в современных методах трансформации своей жизни. Как вы считаете, почему?

– У каждого свои причины. Кому-то важно мнение со стороны, кто-то боится разворошить то, что сидит внутри, и пытается всё контролировать. Нас всегда пугает неизвестность, потому что так устроен наш мозг: ему хочется оградить нас от нового опыта и быть в безопасности. С этим не нужно бороться, лучше учиться договариваться и становиться хозяином своей жизни, когда вы сами диктуете правила и берете на себя ответственность. Когда человек готов к изменениям, страх отступает, и начинается настоящее путешествие, в котором есть полное доверие миру.

инстаграм: @irina.nester9
+7-702-232-38-96





Сложно сказать, где и когда появилась профессия кондитера. Но совершенно точно кондитеры всегда пользовались большим успехом.

Все натуральное!

Алия Чапаева – кондитер

Алия, в современном мире мода и тренды есть на всё, в том числе и на торты. Расскажите, какие из тортов наиболее популярны сегодня.

– Да, вы правы. В 2021 году были и есть в тренде рулеты, торты, десерты в простой форме. Рулеты – стильные, понятные, с простым декором. Круглые торты в моде всегда, но к ним добавляются и торты в виде других геометрических фигур. Торты, обладающие четкими линиями, всегда царствуют в кондитерской индустрии. Сейчас все больше появляется потребность десертов без глютена, в которые добавляется меньше сахара. Но такие десерты всё же нельзя относить к правильному питанию. Мода на торты меняется, но остается классика: десерт Павлова, медовики и «Наполеоны» востребованы всегда, несмотря на моду и тренды.

– Как давно вы занимаетесь кулинарией? Это хобби или основная ваша деятельность?

– Кулинарная сфера меня начала интересовать еще со школы. Мне нравилось записывать рецепты и готовить по ним для своих родных. Это было моим детским хобби. После окончания института я находилась в декрете и начала изучать кулинарную сферу более глубоко и профессионально. На данный момент это моя основная профессия, благодаря которой я кардинально поменяла свою жизнь. Мое призвание – быть кондитером.

– Для того чтобы научиться чему-то новому, вы проходите специальное обучение или получаете информацию из интернета?



– Много информации я получаю из интернета, но предпочитаю посещать мастер-классы вживую. Такие мастер-классы дают много знаний, опыт, это и знакомство с новыми людьми, общение, обмен навыками. Я всегда стремлюсь пополнить свою копилку знаний живыми мастер-классами. От них заряжаешься положительными эмоциями и получаешь еще большее удовольствие от того, что делаешь.

– Какой торт ваш самый любимый? И на ком испытываете новинки?

– Мой самый любимый торт – «Наполеон». Сам процесс приготовления занимает большое количество времени, но вкус – просто сказка. Новинки испытываю на родных и близких, чему они всегда рады и с нетерпением ждут моих шедевров. Я балую родных и клиентов различными рулетами, нарезными пирожными, муссовыми тортами и другими десертами.

– Отличительной чертой ваших кулинарных шедевров является натуральность. Почему вы решительно отказались от искусственных ингредиентов?

– Здоровье клиентов для меня превыше всего. Использование ненатуральных продуктов сказывается именно на здоровье, влияет на вкус и внешний вид выпечки. Натуральность немного сказывается на цене, но все-таки я рекомендую выбирать именно натуральные продукты. А окончательный выбор всегда за клиентом.

– Поделитесь с читателями, о чем мечтает успешный кондитер, отдающий предпочтение натуральным продуктам.

– Как и у любого человека, у меня есть мечта. Я хотела бы открыть свою кондитерскую судию-кофейню, чтобы сделать счастливее не только себя, но и своих клиентов. Порадовать их вкусной и свежей выпечкой. Моя мечта даст мне вдохновение для движения вперед, развития и совершенствования.

инстаграм: @tort_cake2018
+7-747-536-82-96





Студия – это место, где фотографы пишут историю фотографиями. **Сандугаш Сулеймен** – фотограф, основатель Amore photo studio.

Вы с детства мечтали открыть фотостудию и стать фотографом? Как возникла идея создания этого проекта?

– В детстве даже и мечтать не могла, что буду фотографом. Хотела быть фотомodelью или актрисой. Идея создания проекта появилась внезапно. Однажды, увидев объявление о продаже фотостудии, поехала смотреть ее и сразу влюбилась. Вот так и начался мой путь фотографа и хозяйки фотостудии (улыбается).

– Сколько вы работаете как фотограф? Над какими проектами?

– Фотографирую более двух лет. Мне наиболее интересно работать b2b с магазинами и ресторанами, снимать love story, свадьбы.

– Как вы считаете, для фотографа важно образование?

– Я знаю много фотографов, которые

снимают отлично и без образования. Считаю, что это зависит от самого человека, главное иметь – желание и упорство. Я обучалась базовым знаниям по фото в Capture school в Алматы, на YouTube каналах, а также прошла обучение у известных фотографов – таких, как Игорь Булгак, Егор Войнов и Аскар Бумага.

– Идеи интерьера и оборудования студии ваши собственные?

– Студия уже была в стиле минимализм, когда я ее приобрела. Я лишь немного изменила интерьер, перекрасив стены, купила дополнительные реквизиты и соорудила там циклограму. Кстати, циклограма у нас с теплым полом. Насколько я знаю, в городе нигде нет такого. Дело в том, что, однажды побывав в роли модели, я до костей промерзла на циклограме. Поэтому решила, что в моей студии клиентам будет комфортнее с теплым полом. Студия совмещает в себе и ин-

AMORE photo studio



терьерную зону в стиле Сканди. Имеется постоянный свет и два импульсных источника света.

– Далеко не все начинающие фотографы, а тем более любители, знакомы с таким оборудованием, как циклограма. Когда она используется и какие имеет преимущества?

– Циклограма создает плавный переход от стены к полу, сглаживая углы, используется практически для любых съемок, но особенно незаменима для каталожной съемки.

– Аренда фотостудий для небольших мероприятий набирает особую популярность. Практикуете ли вы это в своей студии? Какие мероприятия проводятся?

– В нашей студии помимо фотосессий проводятся фото-девичники, различные мастер-классы и презентации.



Инстаграм:
@sandugassh
@amore_photo_studio
+7-707-116-31-09



Арабские масла

Окунуться в сказку и примерить на себя роль Шехерезады – при покупке женских масляных духов это не единственное удовольствие. Чем еще хороши масляный парфюм, и как его правильно выбирать?

Дарья Порохня – владелец магазина арабских масел Black Rose

Дарья, чем вы занимаетесь, и как давно зародился интерес к данной деятельности?

– Вот уже два года как открылся наш магазин арабских масел. Я всегда мечтала открыть свой бизнес, но что это будет именно арабский парфюм, я поняла, когда оказалась в Дубае. Именно там я влюбилась в эти роскошные ароматы, которыми пропитано всё. От красоты восточных флаконов я не могла оторвать глаз. А запах бахура, которым пропахла вся моя одежда, еще долго напоминал о прекрасных днях, проведенных в Дубае. На одной из экскурсий в Абу-Даби я познакомилась с людьми, которые в этой сфере давно и знают о маслах всё. Верю, что люди в жизни каждого человека встречаются неслучайно. Эта встреча и стала началом моего бизнеса. Уже через месяц я была в Грозном, где обучалась искусству парфюмерии: приобрела большой опыт, научилась делать парфюм из масел, различать виды ароматов по качеству и брендам. С этими знаниями вернулась домой с целью открыть магазин с арабскими ароматами в родном Павлодаре.

– Расскажите, в чем преимущество и отличия масляных ароматов от традиционных духов.

– Масляные духи – это более сильный, интенсивный и глубокий запах, они абсолютно уникальны и неповторимы, необыкновенно притягателен аромат знаменитых брендов Tom Ford, Kilian, Chanel, Molecule и многих других. В отличие от традиционных духов духи на масляной основе в своем составе не содержат ни капли спирта, имеют длительный срок годности, поэтому запах столь экзотичен и ярок. Если вы предпочитаете безупречное качество, хотите быть индивидуальным, открытым всему новому, желаете подчеркнуть свой статус и хороший вкус – всё



это вам подарит мир арабских масел и духов.

– Как найти свой аромат, на что следует обратить внимание в процессе выбора?

– Парфюмер Анри Фрейс утверждал: «Как и любовь, духи должны пленить с первого взгляда». Именно так подобранный аромат будет обладать наилучшим для вас запахом, незабываемым шлейфом и отличной стойкостью. Сейчас магазины парфюмерии переполнены новинками. Очень трудно из всего этого изобилия выбрать именно свой аромат. Мы предоставляем прекрасную

возможность протестировать понравившийся вам аромат, ощутить все прелести раскрытия его на себе, прежде чем совершить покупку. В нашем магазине мы не ставим цель продать парфюм, наша цель – влюбить вас в ароматы, которые обладают высоким качеством, стойкостью и шлейфом. Кроме того, можно приобрести минимальный объем: 2 миллилитра масла и 6 миллилитров парфюма. Это прекрасная возможность пополнить свою коллекцию парфюма при минимальных затратах. А стойкость, концентрация и шлейф вас приятно удивят. За качество наших масел мы отвечаем на 100%.



– Процесс нанесения имеет значение? Куда и в каких количествах необходимо наносить аромат? Есть ли разница в местах нанесения у мужчин и женщин?

– Арабские масла имеют свойство раскрываться на теле. Процесс нанесения ароматов в арабских странах это своего рода обряд. Я рекомендую для нанесения наших масел шесть мест: волосы, область за ушами, место солнечного сплетения, задняя часть шеи, внутренняя поверхность локтя, запястье. Если мы говорим об арабских маслах, то здесь, как сам парфюм, так и методы нанесения его одинаковы для мужчин и для женщин, так как вся арабская парфюмерия является ароматами унисекс. Именно в этом ее преимущество. Из наших масел мы изготавливаем парфюм высокой концентрации, поэтому стойкость и шлейф нашего парфюма кардинально отличаются от этих компонентов другой разливной парфюмерии. Мы рекомендуем арабский парфюм наносить в умеренных количествах, только на чистое тело, не растирать его. Нанесение парфюма на нежные ткани и шелк нежелательно из-за высокой концентрации масел.

– Ароматов существует множество, но есть ограниченные серии. Расскажите о селективных ароматах.

– Нишевая парфюмерия – это эксклюзивная парфюмерия, предназначенная для узкого круга ценителей. Селективные ароматы – это всегда живые, оригинальные, многогранные, сложные ароматы с непростым характером. Выпускаются ограниченным тиражом, имея максимальную концентрацию натуральных ингредиентов. В нашем магазине вы найдете огромное количество нишевого парфюма, который постоянно обновляется самыми достойными новинками. Именно за качество масел, за стойкость и за индивидуальность нас ценят наши покупатели. Мы всегда стараемся, чтобы в нашем ассортименте присутствовали такие ароматы, которых нет нигде.

– В вашем ассортименте имеются ароматы для дома – бахур. Для чего и в каких случаях его используют?

– Совсем недавно мы открыли новое направление в своем магазине: продажа бахурниц и бахура. В ароматы бахура я влюбилась еще в Дубае. Очень мечтала,

чтобы наши покупатели тоже могли окунуться в арабскую сказку. Бахур – это особые восточные благовония, которые пропитывают помещения и одежду ароматным дымом. Также бахур является образцом так называемой парфюмерии для дома. Бахур состоит только из натуральных компонентов, которые делают его уникальным по сравнению с искусственными ароматизаторами. Бахурницы – это произведение искусства. Из нашего ассортимента бахурниц вы обязательно выберете для себя ту, которая украсит ваш интерьер и подарит море незабываемых впечатлений. В ассортименте имеются электрические, угольные бахурницы, а также газовые и usb-мини-бахурницы. В наличии большой выбор бахура, который украсит своим ароматом ваш дом или станет прекрасным подарком для родных и близких.

– Вы работаете не только в Павлодаре, но и по всему Казахстану. Как выбрать аромат человеку из другого региона и сделать заказ в вашем магазине?

– У нас много клиентов не только в Казахстане, но в странах СНГ и даже в Европе. Доставку мы осуществляем по почте и транспортными компаниями. Для тех, кто заказывает у нас ароматы онлайн, мы проводим консультации, советуем, рассказываем. Я понимаю, что сделать выбор из такого количества ароматов очень тяжело, поэтому стараюсь порекомендовать и предложить самые популярные ароматы. Также стараемся учитывать все пожелания, предпочтения клиента. Помимо этого в каждом заказе мы отправляем пробники наших ароматов, чтобы была возможность протестировать на себе и ознакомиться с нашим ассортиментом поближе. У нас есть две торговые точки в других городах Казахстана, мы всегда открыты к сотрудничеству. Проводим многочисленные конкурсы, являемся спонсорами начинающих бизнесменов, помогаем в продвижении их аккаунтов, участвуем в благотворительных мероприятиях.

Инстаграм: @black.rose_pvl
+7-747-220-67-07



Мечты сбываются

Успешный человек не забывает о реализации своих способностей, творческого потенциала и деловых качеств.

Ольга Мигунова – блогер, основатель сети студий лазерной эпиляции и LPG массажа Dream Body Almaty.



Ольга, до рождения ваших дочерей вы снимались в кино, вели передачи на радио и телевидении. Чем занимаетесь сегодня?

– Сегодня я веду свой блог в Instagram, также у меня сеть студий лазерной эпиляции и LPG массажа. Кроме этого, уже несколько лет я успешно работаю с компанией Greenway.

– Сколько времени у вас уходит на Instagram? Как встраиваете его в свой график?

– На Instagram уходит примерно пара часов в день, не считая того, что в течение всего дня я делаю сторисы, где показываю свою жизнь подписчикам.

– Сегодня у вас более миллиона подписчиков. Помните тот момент, когда ваша популярность достигла одного миллиона?

– Я очень ждала этого момента и верила, что однажды он наступит. Несколько лет работала и стремилась к этой цифре. Когда я увидела в своем



профиле заветный 1 000 000, мое сердце точно стало биться быстрее. Не описать словами то, что я чувствовала! Честно сказать, я очень счастлива.

– Любой блогер своей деятельностью несет определенный посыл и собирает аудиторию с похожими интересами. Какой посыл несете вы и о чем вещаете в своем блоге?

– Изначально акцент был сделан на семью, ведь я давно вышла замуж и у меня двое детей. Каждый день в своем блоге я стараюсь показать, что любая современная девушка, женщина может быть одновременно и замечательной мамой, и хорошо зарабатывать, и отлично выглядеть. Главное, что всё это можно совмещать. Верю, что мой блог мотивирует таких же обычных девушек, как я, менять жизнь в лучшую сторону и добиваться своих целей.

– Можно ли сказать, что Instagram поменял вашу жизнь? Что он вам дал?

– Сегодня мне сложно представить свою жизнь без Instagram. Виртуальная жизнь затягивает, и я уже привыкла к ней. Есть огромное количество подписчиков, которые на протяжении нескольких лет со мной, они все мне как родные. Instagram сегодня – это очень крутой

инструмент в плане работы, бизнеса и развития. И главный плюс – это моя отдушина, то, что я очень люблю и чем занимаюсь с огромным удовольствием.

– Когда и как вы решились открыть первую студию лазерной эпиляции? Почему выбрали именно это направление?

– Я всегда хотела работать в сфере красоты и искала то, чем я могу заняться. Попробовала лазерную эпиляцию, потому что на тот момент это была очень востребованная процедура. Потом массаж. Сейчас я планирую развивать beauty направление. Именно то, что нужно всем девушкам. Совсем скоро я поделюсь новостями о том, какие дополнительные услуги мы будем запускать.

– До сих пор многие опасаются вредного воздействия лазера. Давайте развеим мифы и честно расскажем о плюсах и минусах лазерной эпиляции.

– Лазер – это современная, абсолютно безопасная процедура нового поколения, благодаря которой можно избавиться от нежелательных волос на теле. И уже давно даже врачи развеяли мифы о том, что это вредно. Сам по себе процесс очень комфортный и безболезненный. Плюс на сегодняшний



день мы предоставляем одну из самых низких цен в городе. Всё дело в том, что мы сеть, и можем давать более низкие цены при высоком качестве. У нас уже более 1000 довольных клиентов, которые побывали у нас и попробовали процедуру. Плюсов огромное количество – это не больно, безопасно, быстро, недорого, а также имеет длительный эффект.

– Какое количество процедур LPG необходимо для получения видимого результата?

– Для получения нужного результата необходимо сделать от 6 до 12 процедур LPG массажа. Количество их зависит от того, как быстро будут происходить изменения у клиента. Это всё индивидуально и зависит от особенностей организма человека. Мастер сможет более точно сказать, сколько необходимо процедур каждому клиенту.

– Поделитесь секретом вашего успеха. Как вам удается оставаться заботливой мамой, популярным блогером и бизнес-леди?

– Секрет успеха в том, что я просто научилась правильно распределять свое время и строить график. Если днем у меня съемки, поездки и встречи, то вечером я обязательно провожу время со своими детьми. Раньше я всё делала сама, но сейчас у меня уже есть помощница, которая помогает мне вести дела.

инстаграм: @dream_body_almaty

Красота спасет мир, но кто спасет красоту?

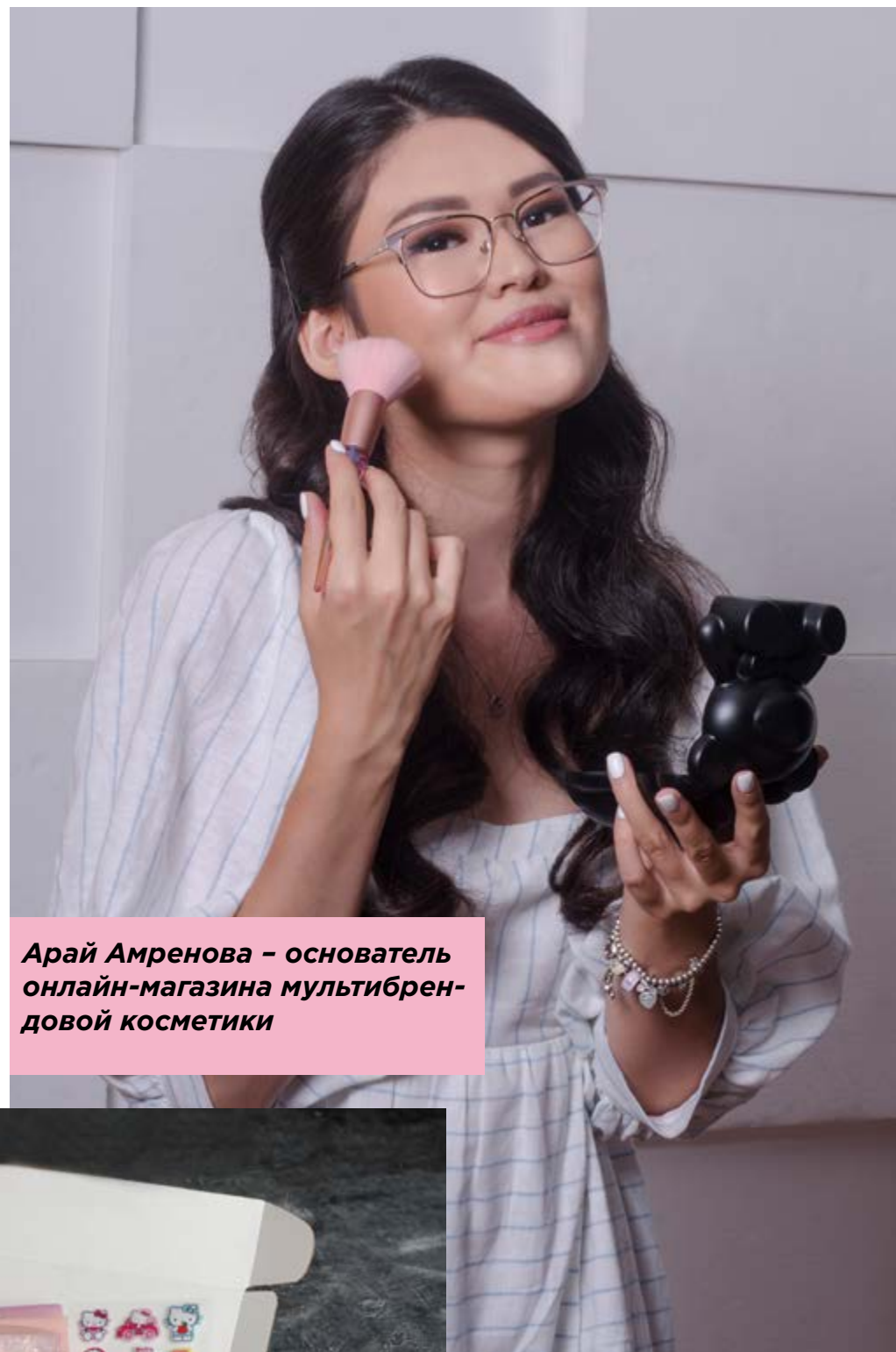
Арай, расскажите о себе. Как давно вы занимаетесь косметикой?

– Я училась на втором курсе университета, когда ко мне пришло четкое осознание того, что работать по найму я не могу. Я никогда не умела сидеть на одном месте – это мой самый большой минус. Мне требуется постоянное движение, развитие духовное, физическое, умственное, такое развитие, результаты которого я смогу видеть сразу, потому что именно результаты дают мне мотивацию продолжать. В 2015–2016 годах в Казахстане набирало популярность кружевное белье ручной работы, которое было не по карману обычной студентке. Я не стала отчаиваться, пошла на рынок, купила кружева, резинки, фурнитуру и сшила сама себе свое первое бюстье. Похвасталась подружкам, и одна из них даже захотела купить его. Тогда я задумалась о том, чтобы самостоятельно шить и продавать белье по более адекватным ценам, чем на рынке в то время. Создала страничку в Instagram, придумала название, отшила пару моделей, сделала красивые фото, и у меня появились первые клиенты. Я была вне себя от счастья. В первую же неделю посыпались заказы, я продавала обычные кружевные бюстье за 2 000 тенге. Мне кажется, дело было в том, что цены у меня были очень низкие при хорошем качестве изделий.

– Почему остановили свою деятельность по пошиву нижнего белья?

– Эйфория от успеха прошла быстро. Мой «бренд» набирал популярность,

от заказов не было отбоя, я тратила всё свое свободное время на шитье. Так, помимо первых «больших» заработанных денег, у меня появились проблемы со



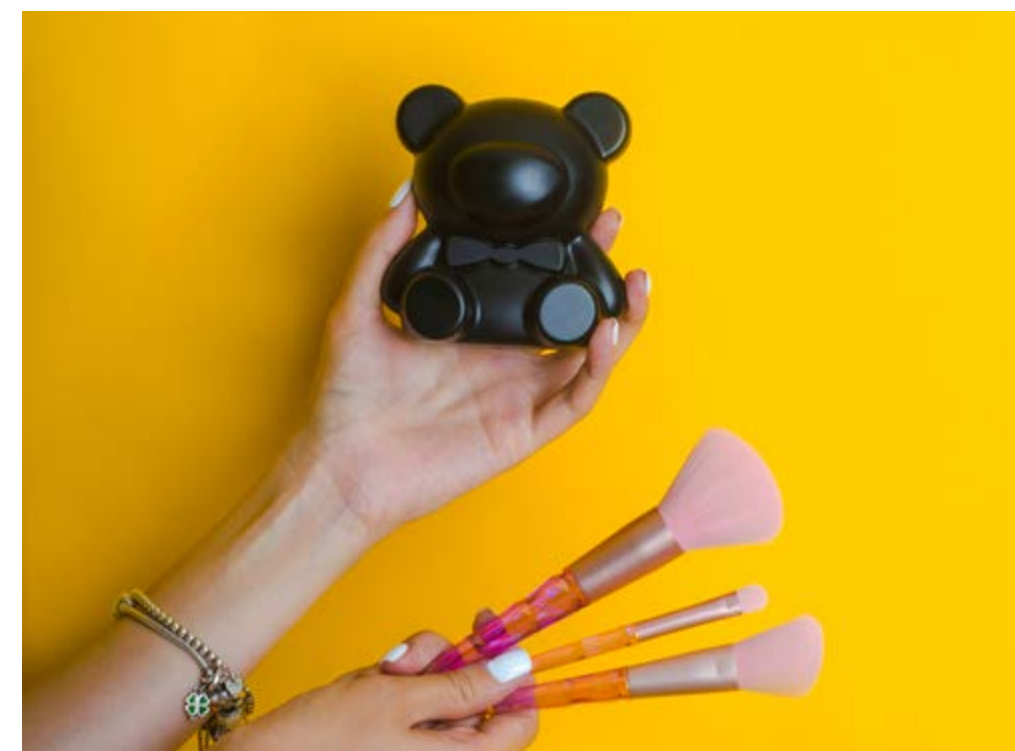
Арай Амренова – основательница онлайн-магазина мультибрендовой косметики



здоровьем: от работы с мелкими деталями начали болеть глаза и шея. Я решила нанять швею. В то время швеи вообще не умели шить белье, не было опыта и надобности. Приходилось самой показывать и рассказывать, как что нужно делать. Но швеи делали всё не так качественно, как мне хотелось. Постоянный стресс, желание расти и развиваться

упирались в проблему низкого качества предоставляемых мной услуг. Меня бросало в дрожь от каждого телефонного звонка, казалось, что звонит швея с очередной проблемой или клиентка, недовольная заказом. И все эти проблемы надо решать сейчас, никакой зоны комфорта, ни минуты жизни. Поняв, что справиться с этим мне становится всё сложнее, я ощутила чувство, название которого нашла только через год после того, как закрыла свой маленький бизнес. Это выгорание. Я как раз уже

работала в торговом центре, на «островке» продавала косметику. И тогда я ей предложила открыть свое дело. Я плохо разбиралась в косметике, но хорошо знала делопроизводство. И у нас получился своеобразный симбиоз. Она консультировала и принимала заказы у клиентов, я делала контент, рекламу, придумывала стиль нашего магазина. Мы сделали наш первый закуп на 100 тысяч тенге. Я вложила свою стипендию, и, честно говоря, было страшно. В нас никто не верил, даже родители



должна была писать дипломную работу, и скучать мне не приходилось. После этой неудачи казалось, что бизнес не для меня. Задумалась о том, чтобы взять себя в руки и попытаться устроиться на нормальную работу со стабильным заработком по профессии.

– *Идея заниматься косметикой сразу казалась успешной, или возникали сомнения? Сколько потребовалось времени для того, чтобы наладить работу и получать прибыль?*

– В магистратуру я поступила в Российский Университет дружбы народов в Москве. Там, в Москве, смогла устроиться на стажировку в посольство Казахстана. И тут на меня вновь нахлынуло то старое знакомое чувство неудовлетворенности и напряжения. В рабочем коллективе я чувствовала себя белой вороной, а когда стажировка закончилась, я вздохнула с облегчением. Единственный выход, который я видела, это работать на себя. После окончания магистратуры, в мае 2020 года, я возобновила общение с одной из своих одноклассниц. Она

относился к нашей затее довольно скептически. Но благодаря настроенной рекламе у нас стало что-то получаться. Все заработанное мы вновь отправляли в оборот, ни копейки не тратили на себя. Через три месяца мы смогли получить нашу первую зарплату: каждая по 150 000 тенге. Это было счастье. Первый знак нашего успеха.

– *Вы специализируетесь на определенных брендах?*

– Магазин у меня мультибрендовый. Это значит, что косметика разных брендов, соответственно, и производство разное. Такая сборная «солянка». Но главный уклон на бюджет. Считаю, что качественная косметика может быть и красивой, и бюджетной. Главный принцип нашего магазина – необычность. Мы завозим необычную декоративную косметику, которая почти не представлена в Казахстане, но очень давно очень популярна за рубежом. Мы работаем напрямую с производителями, где-то через проверенных крупных поставщиков, где-то сами окольными путями

завозим продукцию и радуем наших клиентов новинками почти каждый день. За это thinkpink и любят, что у нас можно найти почти всё.

– *Вы реализуете только оригинальную косметику? Как обычному потребителю отличить реплику от оригинала?*

– Конечно, стараемся завозить только оригинал. Но есть люксовые бренды декоративной косметики, чьи палетки теней стоят 30–40 тысяч тенге, а в Китае создают суперкрутую реплику, которая не уступает в качестве. И покупательницы с удовольствием берут такую косметику. Повторюсь, всё же стараемся по большей части завозить только оригинал. А вот уходовая косметика у нас всегда только в оригинале, потому что я сама придерживаюсь принципа, что если декоративную еще можно купить где-то на рынке, то уход обязательно и непременно должен быть оригинальным и качественным. Существует огромное количество подделок, некоторые из них настолько идеально сделаны, что отличить их от оригинала крайне сложно. Именно поэтому надо работать только с прямыми поставщиками или с самим производителем, чтобы избежать казусов. Но иногда достаточно просто взглянуть на упаковку и цену, чтобы понять, что перед тобой подделка.

– *На данный момент ваш магазин пользуется большой популярностью. Чему вы успели научиться за время его существования?*

– Я получила колоссальный опыт за год работы моего магазина. Было место и предательству, и безденежью, минутам отчаяния и депрессии, упадку сил, но и веры в себя. И я ни на что не променяла бы все эти туманы, полученные от жизни. Потому что именно они делают меня той, кто я есть сейчас. Благодаря бизнесу я умею планировать свое время, быть гибкой, умею рассчитывать и сберечь, не растрачиваю свое время на ненужные вещи и негативных людей. Я стала более стрессоустойчивой, требовательной не только к окружающим, но и к себе. Это так бесценно. Ни в одной из книг по бизнесу не узнаешь такое. И, наконец, я поверила в себя. Искренне поверила в свои мечты, в то, что они сбываются.

инстаграм: @thinkpink.kz
8-707-107-00-22



Эльмира Байменова

Регрессолог

Психолог

Доктор восточной медицины

Апельсины на кухне

У проблемы нет величины. Она не бывает большая или маленькая. Она либо есть, либо ее нет. Ее размер сидит в вашей голове и зависит от вашего отношения к ней, от уровня вашей стрессоустойчивости, от уровня оптимизма и настроения.

Но хочу сказать, что не надо бояться проблем и трудностей. После преодоления каждой сложной ситуации вы поднимаетесь выше на ступень своего развития, психологического иммунитета и образования. Поднимаетесь выше в плане своего опыта и эволюции.

Негативные воспоминания подразделяются на подавленные и на вытесненные. Подавленные неприятные воспоминания, даже самые тяжелые, можно брать и прорабатывать. Сложнее дело обстоит с тем, чего человек не помнит или не хочет помнить, память вытесняет из сознания данную информацию. Но даже вытесненная из памяти проблема всё равно влияет на ваше настоящее и будущее. Как нам найти вытесненные негативные воспоминания, проработать их и улучшить ситуацию?

И тут на помощь приходит регрессивный гипноз.

Регрессивный гипноз – это техника использования гипноза для погружения человека в воспоминания прошлых жизней. Погружение в прошлое этой жизни, в наши прошлые жизни помогает разобраться в проблемах сегодняшних дней, устранить болезни, избавиться от чувства вины, от обид, от страхов, фобий, низкой самооценки, понять свое предназначение, узнать о своих талантах и возможностях. Найти ответы на волнующие вопросы, правильно спланировать и улучшить свою жизнь.

Большое количество проведенных сеансов показывает эффективность и уникальность этого метода.

Ко мне на прием пришла молодая красивая женщина, мать двоих деток, прекрасная жена, прекрасная сноха, прекрасная подруга. И всё у нее хорошо, но грустная – аллергия «не дает житья».

Она провела много обследований и лечений, чисток организма, но аллергия

не отступает. И мы решили поработать, чтобы понять причину возникновения заболевания и по возможности устранить ее.

На вопрос, когда она впервые столкнулась с проявлениями аллергии, она ответила, что во время своей свадьбы. В самый разгар мероприятия она начала кашлять, и у нее пошла сыпь по телу. Это было более 10 лет назад, и все эти годы недуг неизменно находится, периодически отступая, рядом.

Шли годы, и она как будто даже уже привыкла к своей незваной подруге, но случился стресс, и, как бомба замедленного действия, аллергия показала себя во всей своей красе.

Погружалась в гипноз она очень сложно, незнакомое чувство расслабления пугало ее и вводило в ужас. Она не могла позволить себе расслабиться – нервная система была на взводе. Несколько раз приходилось начинать заново. Шло время, час пролетел незаметно, а результата нет. Не погружается. И я пошла другим путем, просто беседуя с ней о ее жизни, о ее детках, отвлекая от сеанса и от болезни. Монотонным голосом я разговаривала с ней и говорила всё тише и тише. Она успокоилась, и мы начали погружение. Дело пошло, но сознание не хотело терять контроль над ситуацией и не давало нам работать. Я объяснила моей клиентке, что память, сознание и воля ни на миг не покинут ее. И что всё, что я увижу или услышу на приеме, останется между нами. Человеку важно чувствовать безопасность и быть уверенным в моральной чистоте специалиста.

Медленно, шаг за шагом, учитывая ее настроение, мы погрузились в нужное состояние.

С полной уверенностью, что первое проявление аллергической реакции произошло на ее свадьбе, мы готовы были к встрече с невестой. Но каково же было ее удивление, когда мы оказались в ее отчем доме, где нас ждала девочка пяти лет.

В ярком платьице, с детскими кудряшками, наша маленькая героиня беззаботно стояла и... уплетала апельсин.

Судя по количеству очисток, это был уже пятый апельсин из всех. В них-то и крылась причина аллергии. Родители сидели с гостями в зале, ваза с фруктами терпеливо ждала своего выхода на кухню, где мы и застали девочку. Сыпь уже распространялась по телу, но девочка даже не думала, что это может быть чем-то неприятным и не придала этому значения.

Моя взрослая героиня подошла к малышке и потихоньку отвела от вазы с фруктами, отвлекая разговорами о ее игрушках. Она вывела малышку из кухни, убрав вазу повыше. Мы несколько раз прорабатывали данную ситуацию, пытались «затереть» источник проблемы, но мое видение подсказывало мне, что этого недостаточно.

По согласию моей клиентки мы переместились в более ранний период, где ей было 4 года, и провели работу по позитивному изменению ситуации: укрепили иммунитет, она обняла себя маленькую, поделилась с ней теплом, любовью и пообещала малышке, что она обязательно будет счастливой! Женщина вернулась в реальность слегка утомленная, но счастливая, взяв с собой ресурс терпения, здоровья и чувства защищенности. Это была прекрасная встреча с собой. Еще прошло не так много времени, и мы отслеживаем ее состояние здоровья, но с тех пор аллергия не проявлялась. Получив обратную связь, я зафиксировала, что клиентка стала намного спокойнее, стала больше доверять миру, у нее еще лучше стали отношения с детьми и самое главное – она проще стала относиться к ситуации, которая спровоцировала стресс. Она начала доверять миру!

Во время работы на сеансе регрессивного гипноза мы не только устраняем проблему, мы устраняем источник проблемы, наполняемся энергией и возвращаемся в действительность с максимумом дополнительных ресурсов. Жизнь – прекрасная штука! Живите долго и счастливо!

инстаграм: @elmira_baimenova

+7-701-712-25-26

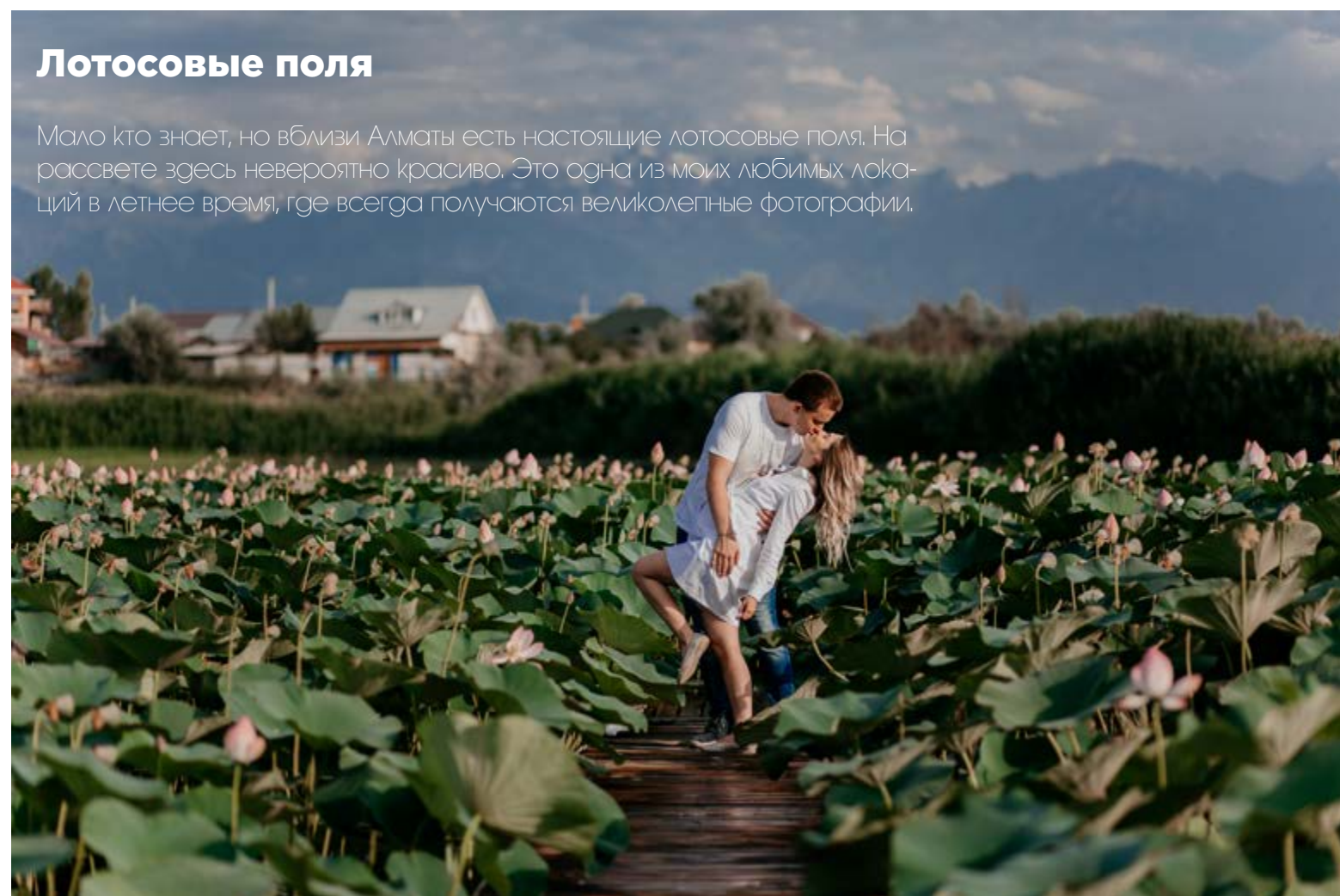
+7-777-300-25-26

Топ 5 МЕСТ ДЛЯ ФОТСЕССИЙ ЭТИМ ЛЕТОМ



Ботанический сад

После реконструкции Ботанический сад стал одним из наиболее посещаемых мест Алматы. Сочетая в себе множество красивых локаций, порядок и чистоту, он прекрасно подходит для съемок.



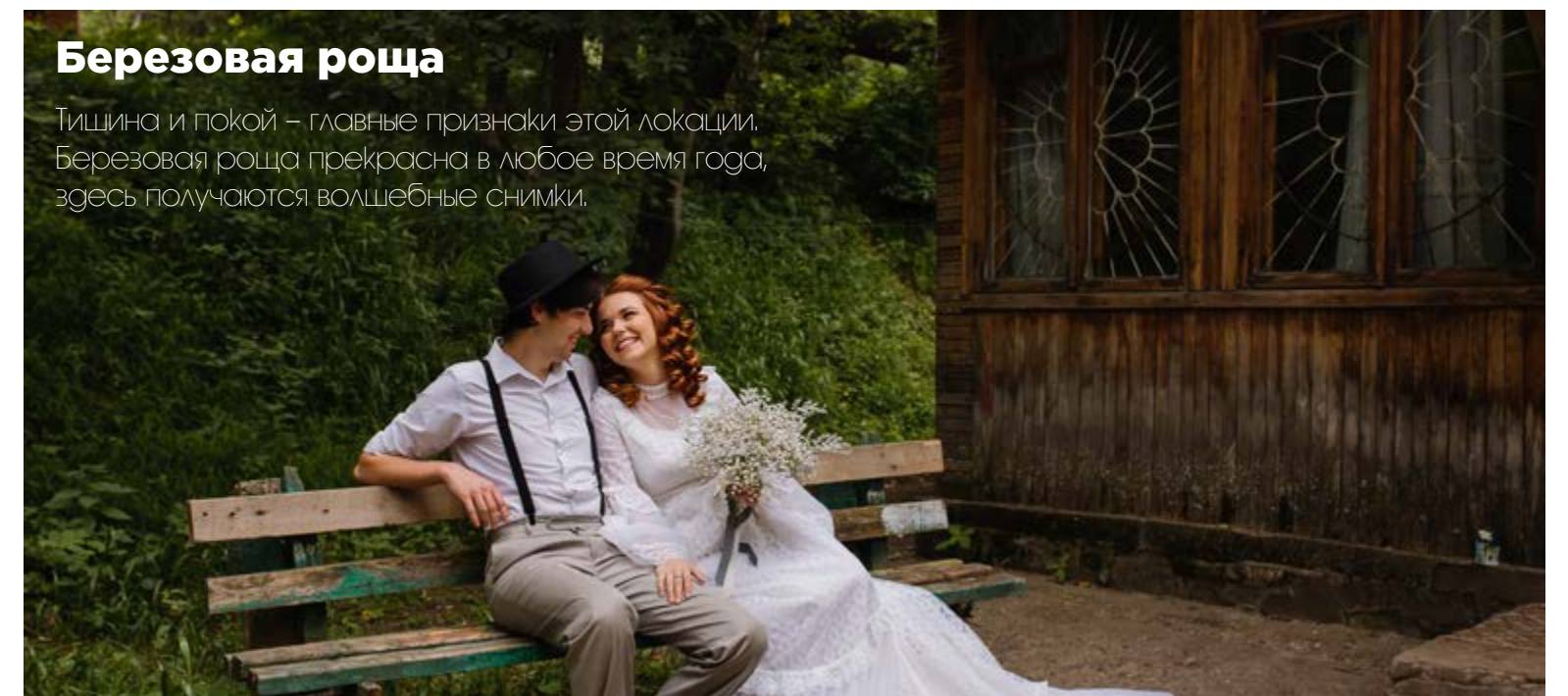
Лotosовые поля

Мало кто знает, но вблизи Алматы есть настоящие лotosовые поля. На рассвете здесь невероятно красиво. Это одна из моих любимых локаций в летнее время, где всегда получаются великолепные фотографии.



Песчаный пляж на Капшагае

Если вы хотите необычные кадры на пляже – золотые пески Капшагая именно то, что вам нужно. Там же находится Маяк, который позволяет окунуться в морскую романтику.



Березовая роща

Тишина и покой – главные признаки этой локации. Березовая роща прекрасна в любое время года, здесь получаются волшебные снимки.



Конные прогулки

Я очень люблю конные прогулки. Съемки во время таких прогулок дарят не только хорошее настроение, но и потрясающие фотографии. Я всегда рада, когда мои клиенты выбирают эти фотосессии.

инстаграм: @laura_dosmann

+7-707-711-16-14



Franky Rey Show

Видя на сцене успешный и популярный музыкальный коллектив, мало кто задумывается, какая работа проделана для его развития. Самая яркая кубинская группа **Franky Rey Show** делится секретами отношений внутри коллектива и рассказывает о том, как чужая страна может неожиданно стать родным домом.

Вы уже много лет в казахстанском шоу-бизнесе, и ваш горячий коллектив Franky Rey Show популярен и известен по всей стране. Скажите, за прошедшие годы привыкли к местным особенностям и менталитету, или Казахстан по-прежнему для вас чужая страна?

– Мы живем в Казахстане уже 11 лет. Только Яна среди нас местная, она выросла в Алматы. Конечно, было тяжело в самом начале, особенно потому, что мы находились далеко от Кубы. Очень скучали. У наших стран разные культуры, и в Казахстане совсем другой менталитет. Но несмотря ни на что мы остались здесь. Казахстан быстро стал для нас вторым домом. А сегодня можно смело сказать, что уже первым. Потому что мы продолжаем здесь жить и не планируем возвращаться на Кубу. Мы хотим сделать свое будущее именно в этой стране.

– Вы много времени прожили в нашей стране, при этом группа сохраняет свой латиноамериканский колорит. А какие-то казахские традиции успели прижиться в вашей жизни?

– Конечно, мы даже поем на казахском языке. Планируем не останавливаться и двигаться в этом направлении дальше. Всем нам очень нравится казахская культура, национальные танцы и очень вкусная еда.

– Основная часть коллектива говорит на испанском языке. Как происходит общение с публикой, фанатами, организаторами концертов? Или вы уже немного выучили казахский или русский?

– Все организационные вопросы решает Яна. Но ребята уже выучили русский язык и неплохо говорят на нем. Сейчас с интересом изучаем казахский язык, пока

усвоили только несколько трудных фраз и учимся читать.

– Франклин, вы начинали творческую деятельность в мужском музыкальном коллективе. «Eminencia Clasica» – потрясающий проект, известный не только в Латинской Америке, но и в Казахстане. И после трагического его завершения вы создаете коллектив, в котором окружаете себя девушками. С чем связаны такие кардинальные изменения?

– Я всегда работал в мужском коллективе. Вокруг было очень много мужчин. И решил что-то изменить, попробовать добавить двух девушек. Мне казалось, что с девушками проще работать.

– Вы сказали «казалось»? На самом деле работать с девушками нелегко?

– Это очень тяжело. Мы часто спорим: иногда мне не нравится то, что они делают, или им не нравится то, что делаю я. Возникает спор, и происходит просто «взрыв бомбы» в коллективе. К этому сложно привыкнуть. Но позже все успокаиваются, и мы садимся обсуждать проблемы. Главное, что у всех нас есть общий план. Мы думаем об одном, ставим одинаковые цели, хотим вместе идти только вперед, все вместе стремимся на большие сцены. И ради этого иногда приходится чем-то жертвовать. Главное, что мы вместе, и мы справимся.

– Вы и ваши девушки не только поете, но и создаете великолепное танцевальное шоу, от которого невозможно оторвать взгляд. Насколько сложно быть в превосходной форме?

– Артист должен быть в хорошей форме всегда. Каждый день мы посещаем тренажерный зал, у нас отличный тренер, который знает, что нам надо. Есть свои групповые занятия, где мы занимаемся постановками нашего шоу. Кроме того, Сурая проводит индивидуальные и групповые занятия по танцам, Франклин – занятия и по танцам, и по вокалу. Наша жизнь в танцах и в движении, и это помогает быть всегда в форме.

– Как проводите время вне работы? В повседневной жизни поддерживаете отношения, или вас связывает только работа?

– Мы каждый день вместе. Это ежедневные совместные тренировки, тренажерный зал, работа. Нас связывает всё: и повседневная жизнь, и работа. Бывает, иногда отдельно гуляем по городу. Но основную часть времени мы проводим вместе.

– Многие артисты во время пандемии не упускают возможности создать новые хиты. Чем занимаетесь вы? Есть чем удивить публику?

– Каждый месяц мы выпускаем новую песню. В июле выходит новый диск, второй по счету, куда войдут все наши новые песни, новые хиты. Франклин записал классную песню на казахском языке, которая называется «Керемет». Получился супер-хит, и вы просто обязаны ее послушать.



– Ваши выступления всегда завораживают эксклюзивными костюмами и восхитительной хореографией. Готовите новые номера?

– Хореографию мы подводим под каждую песню. У нас нет хореографа, в основном номера ставит Сурая, мы иногда помогаем. Но всё делаем сами. Стараемся, чтобы каждый номер был оригинальным. Много внимания уделя-

ем костюмам. Нам важно, чтобы каждому зрителю было не только приятно слушать нашу музыку и танцевать под нее, но и смотреть на нас.

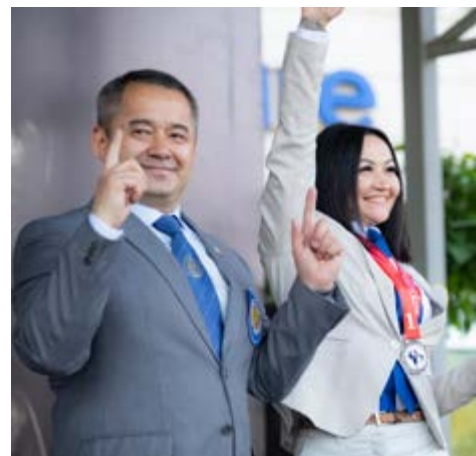
инстаграм:
@franky_rey_official
+7-701-286-74-24



WBPF

Чемпионат Казахстана и Средней Азии 2021 года по бодибилдингу

Итоги чемпионата Казахстана и Средней Азии 2021 по бодибилдингу и фитнесу



Председатель федерации WBPF **Талап Сайфуллович** и **Ольга Бегусова** - судья федерации WBPF, чемпионка Казахстана и Средней Азии.

Несмотря на внесенные пандемией коррективы, Республиканская федерация бодибилдинга и фитнеса, которая представляет Мировую федерацию бодибилдинга и атлетизма WBPF в 148 стран мира, провела очередной чемпионат Казахстана. Яркое событие состоялось 4–5 июня 2021 года на территории ТРЦ MEGA park.

Чемпионат прошел на свежем воздухе, что привлекло множество восторженных зрителей. На концертной сцене блистали сильнейшие спортсмены страны.

Руководством федерации (WBPF) вручены почетные знаки, звания, медали и кубки лучшим тренерам и спортсменам за высокие достижения и вклад в продвижение бодибилдинга, мас-рестлинга и развитие спорта в Казахстане. Награды получили Татьяна Лазарева, Ольга Бегусова, Оксана Причина. Василию Измайлову было присвоено звание мастера бодибилдинга WBPF.

Мероприятие провел бессменный ведущий Талап Иматалиев, который вместе с Сергеем Коржовым стоял у истоков бодибилдинга и фитнеса в Казахстане. Он является генеральным секретарем Республиканской федерации бодибилдинга (WBPF), президентом национальной ассоциации мас-рестлинга и стронгмена, тренером международного класса, судьей международной категории WBPF, президентом федерации CABPF, экспертом в фитнес-индустрии Казахстана.

Вручали награды и медали судьи федерации WBPF и лично Талап Сайфуллович.

Организаторы призвали молодежь активно заниматься спортом и подчеркнули, что физкультура и спорт стали одними из главных помощников в борьбе с пандемией коронавируса.

На чемпионате были вручены награды в новых категориях:

«Юноши от 12 до 17 лет», где принимали участие совсем юные ребята с большим будущим,

«Спорт-менс физик» – мужчины в возрасте свыше 40 лет,

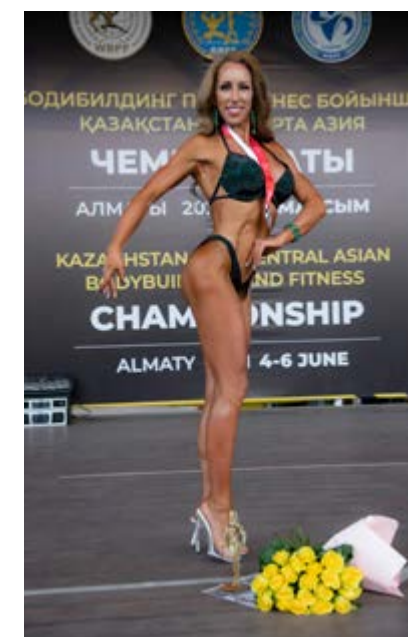
«Мастера-женщины в возрасте свыше 35 лет» – эта категория вызвала самые громкие аплодисменты и восхищение зрителей.

Судейская коллегия чемпионата Казахстана и Средней Азии в составе основных судей: Димаша Бисопанова, Талапа Иматалиева, Василия Измайлова, Павла Фитисова, Ольги Бегусовой, Вячеслава Мисецкого, Петра Петровича, Ерболат Дуйсенбаева профессионально выпол-



няла свою работу и присуждала участникам заслуженные места. Призеров награждали дизайнерскими кубками, медалями и дипломами.

Абсолютными чемпионами соревнований стали Лина Панова из Алматы и Ушкын Сагамберг из Талдыкоргана.



Еще хотелось бы отметить двух участниц. Они справились со своими сомнениями и преодолели лень. Алена Романова (тренер Ольга Бегусова) и Яровенко Анна (тренер Василий Измайлов). У Анны стаж тренировок всего 2 года, и за это время она постройнела на 25 кг. Стала чемпионкой РК WBPF. Алена занимается фитнесом всего полгода и постройнела на 15 кг. Заняла второе место в категории модель-физик.



Республиканская федерация бодибилдинга и фитнеса благодарит за поддержку издание «Казахстанская правда», «Литер», «Айкын», гляцевый журнал Teens and People и выражает особую благодарность спортсменам, зрителям и партнеру мероприятия «Сеть ресторанов «Пинта».

инстаграм:
@wbpf.kz
@olgabegusova





 ASD-Climat 



Компания по продаже, установке и обслуживанию кондиционеров ASD-Climat основана в 2014 году. За годы работы благодаря упорному труду, знаниям и талантам сотрудников компанией значительно расширена клиентская база, завоевано доверие заказчиков и приобретена репутация надежного исполнителя. Главная задача компании – не только повысить уровень обслуживания клиентов, приносить пользу обществу, стать лучшей в своей нише, но также обеспечить своих сотрудников высокооплачиваемой и приносящей удовольствие работой.

В команде ASD-Climat работают профессионалы!

Инстаграм: [@asd_climat_almaty](#) www.asd-climat.kz
+7-702-180-00-09 +7-778-824-22-22