

7 (103) ИЮЛЬ 2025

FOR PEOPLE ГЛЯНЦЕВОЕ ИЗДАНИЕ О ЛЮДЯХ

16+

FOR PEOPLE



ВЕРА
ЕРЧЕНКО

бизнес-эксперт, учредитель
консалтинговой компании VEVA.KZ

FOR PEOPLE ГЛЯНЦЕВОЕ ИЗДАНИЕ О ЛЮДЯХ

FOR PEOPLE

Alexandr Grebennikov	Chief Editor	Издатель и главный редактор	Александр Гребенников
Aset Isabaev	Chief editor assistant	Ассистент издателя	Асет Исабаев
Inna Shefer	Editor	Редактор	Инна Шефер
Marina Butrym	PR-manager	PR-менеджер	Марина Бутрым
Irina Dmitrova	Copy editor	Корректор	Ирина Дмитрова
Vitaly Kirsanov	Photograph	Фотограф	Виталий Кирсанов
Kira Boyarkina	Official representatives of magazine For People and People Awards	Официальные представители журнала For People и премии People Awards	Кира Бояркина
Malika Kan			Малика Кан
Mariyam Issaeva			Марьям Исаева
Sanzhar Baimurunov	Producer of People Awards	Продюсер People Awards	Санжар Баймурунов
Sabina Khamitova			Сабина Хамитова
Dilya Sharafutdinova			Диля Шарафутдинова

Отдел распространения и PR
+7-702-498-78-84 pr@tpeople.kz
Рекламная служба
marketing@tpeople.kz
отдел распространения pr@tpeople.kz
Журнал «Глянцевая газета For People» 7 (103) июль 2025
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. выд. Комитет информации Министерства информации и общественного развития РК, Свидетельство о постановке на переучет ПИ, ИА и СИ №КZ85VPY00023137 от 18.03.20 г. выд. Комитет информации Министерства информации и общественного развития РК.
Зарегистрированный тираж 10 000 экз. Подписано в печать (выход в свет): 16.07.2025 г.
Редакция: г. Алматы, ул. Жамбыла, 94
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. Разрешено для чтения с 16 лет.
По вопросам и претензиям: director@tpeople.kz, www.tpeople.online

ФОТОСТУДИЯ ZERKALO



VEVA.KZ – архитектор успешного бизнеса

 _star_vera
veva.kz
www.veva.kz
YouTube @Vera_Star_Podcast
TikTok star_vera
Facebook vera.verchenko
Facebook Veva.kz

Когда бизнес становится не просто работой, а системой мышления, рождаются такие компании, как Veva.KZ. А ее учредитель не просто консультант, а архитектор бизнес-решений, которые действительно работают. И если вы задумываетесь о своем деле или хотите вывести текущий бизнес на новый уровень – читайте внимательно.

Вера Верченко – бизнес-эксперт, учредитель консалтинговой компании Veva.KZ.

Вера, вы зарекомендовали себя как один из ведущих бизнес-экспертов Казахстана. Расскажите, как начался ваш профессиональный путь. Какие ключевые этапы привели вас к текущему успеху?

– Мой путь начинался, как у многих: я работала в найме. Сначала бухгалтером, затем стала финансовым директором. Участвовала в открытиях новых компаний, работала в разных структурах. В 2005 году я открыла свою первую аутсорсинговую компанию. Однако этот бизнес не приносил удовлетворения ни мне, как владельцу, ни клиентам. Формат аутсорсинга бухгалтерских услуг создавал иллюзию работы исключительно «для налоговой». Он практически не приносил пользы предпринимателям и не решал их реальные задачи.

– В чем заключается уникальность подхода Veva.KZ к консалтингу сегодня?

– Уникальность подхода Veva.KZ в том, что мы рассматриваем бизнес как единый живой организм и не разделяем его на отдельные участки. Вместо этого мы анализируем деятельность компании в комплексе, с разных сторон: от оптимизации процессов и автоматиза-



ции до контроля сотрудников и снижения затрат. Мы предлагаем решения, которые помогают вывести бизнес на оптимальный режим работы.

Это можно сравнить с визитом к врачу: мы проводим полную диагностику бизнеса, чтобы понять, как улучшить его состояние и повысить эффективность.

– Какие ключевые методики вы используете в работе? Что помогает вам быстро и эффективно оптимизировать бизнес-процессы?

– Наши ключевые методики основаны на глубоком понимании бизнес-про-

цессов, программных решений и структур компаний.

Мы обладаем системным знанием юридических аспектов, Налогового кодекса, финансовых механизмов и, что особенно важно, понимаем, как устроена экономика не только в рамках одной страны, а в глобальном контексте.

Наша работа опирается на мировую экономическую практику, в том числе на фундаментальные труды, такой, например, как «Капитал» Карла Маркса, где подробно описаны универсальные инструменты, применимые в любом бизнесе.

При понимании экономических законов в их основе становится несложно адаптировать их под конкретные налоговые ставки и условия той или иной страны. Именно это понимание «ядра» экономики и позволяет нам проводить качественную оптимизацию любого бизнеса.

– Что вдохновило вас на создание академии Veva? Какую миссию выполняет академия? Какие ключевые навыки она помогает развивать своим клиентам?

– Главная идея, которая легла в основу создания академии Veva, – это желание помочь предпринимателям выйти из сложных ситуаций, оптимизировать их бизнес и взглянуть на него под другим углом. Мы стремимся донести эту идею до руководителей, начинающих предпринимателей и тех, кто только задумывается об открытии собственного дела и сталкивается с первыми рисками.

Наши обучающие курсы, прошедшие аккредитацию в Национальном центре аккредитации, – это полноценное практическое руководство для человека, который хочет начать бизнес, но испытывает страх и сомнения. Мы пошагово объясняем, как открыть бизнес без рисков, потерь и штрафов, как грамотно его вести и как оценить его экономическую целесообразность.

Также в рамках курса мы обучаем, как проверять компетентность нанимаемых специалистов и самостоятельно анализировать итоговые финансовые результаты своего бизнеса.



– Вы часто говорите о важности мышления в бизнесе. Как, на ваш взгляд, философия мироздания и внутренние убеждения предпринимателя влияют на успех его дела?

– Мы часто сталкиваемся с тем, что люди, обладая отличными операционными навыками и будучи профессионалами в своей сфере, боятся сделать шаг в самостоятельное предпринимательство. Они уже переросли все возможные должности, но страх, недостаток знаний или неуверенность мешают им перейти на следующий уровень. Именно поэтому работа с мышлением – ключевая часть одного из наших курсов, посвященного переходу в предпринимательство.

Мы помогаем снять страхи и снизить риски за счет понимания пошаговой структуры построения бизнеса. Когда человек видит четкую систему, страх уходит. Это важный этап. Кроме того, мышление предпринимателя – это особый уровень ответственности: не только за себя, но и за людей, с которыми он работает. Поэтому правильное внутреннее состояние, уверенность и ясность – это фундамент, на котором строится устойчивый и успешный бизнес.

– Какие изменения в мышлении и подходах к ведению бизнеса вы наблюдаете у предпринимателей Казахстана в последнее время?

– В последние годы в Казахстане заметны серьезные изменения в законодательстве: усиливаются требования, ужесточается Налоговый кодекс, вводятся новые штрафы. Всё это требует от предпринимателей не только отличного владения операционной деятельностью, но и глубокого понимания юридических и налоговых аспектов.

Я часто говорю, что соблюдение законов и налоговых обязательств – это не только требование государства, но и один из универсальных законов мироздания. Важно соблюдать их не потому, что есть угроза наказания, а потому, что это осознанный выбор вести честный бизнес по отношению к себе, своим сотрудникам, партнерам и государству, в котором мы живем.

Современные реалии подталкивают предпринимателей к расширению кругозора: сегодня недостаточно быть просто хорошим управленцем, необходимо разбираться в смежных областях, понимать риски и действовать с полной ответственностью.

– Если бы вы могли дать один совет начинающему предпринимателю, какой бы он был?

– Мой главный совет: прежде чем открывать бизнес, обязательно пройти обучение, связанное с юридической осознанностью. Это могут быть как наши курсы, так и другие качественные образовательные программы. Очень важно понимать, какие обязанности возникают у человека с момента регистрации бизнеса.

Я рекомендую хотя бы в базовом объеме изучить трудовое законодательство, налоговые нормы и другие юридические аспекты. Кроме того, важно разобраться не только в своей профессиональной операционной деятельности, но и в сопутствующих сферах через призму законодательства.

Операционисты часто являются отличными специалистами, но для устойчивого и успешного бизнеса необходимо учитывать так называемую «сверхобъективную реальность» – юридическую базу и законы страны. Это основа, на которой строится безопасное и легальное предпринимательство.



assel_nurseit1705
ldnkv

Льдинка, согревающая сердца: путь Асель Нурсеит

Когда-то она разносила заказы по столам, а сегодня принимает гостей в одном из самых любимых и душевных мест города – LDINKV, которое с любовью в народе называют просто «Льдинка».

Асель прошла путь длиною в 16 лет: без громких заявлений, но с ежедневным трудом, без легких дорог, но с огромной страстью к делу. Ее история – это не про везение, а про характер, смелость и веру в мечту. Мы поговорили с Асель Нурсеит – сооснователем летнего сада LDINKV и основателем бренда одежды Alai – о первых шагах в мире гостеприимства, о том, как форма официанта превратилась в предпринимательский костюм, о бренде одежды, философии команды и о силе женщин, которые сами открывают себе двери.

Асель, расскажите, с чего начался ваш путь в сфере гостеприимства. Как вы пришли к идее создания LDINKV?

– Мой путь начался 16 лет назад, когда сфера общепита была в самом расцвете. Я, как и все, изначально была без опыта работы, но с огромным желанием занять свое место под солнцем в этой интересной, но и не менее сложной сфере. Я пошла работать официантом. Были разные моменты, и нам с вами не хватало времени описать всё то, что происходило за эти годы (улыбается). Но скажу одно: это был незабываемый путь. Он был тернист, но при этом я получила хорошую закалку и невероятный опыт.

– Многие считают, что официант – это временная профессия. Что помогло вам увидеть в этой сфере перспективу и вырасти до предпринимателя?

– Официант, да и в целом сфера услуг – это очень неблагодарный труд. Чтобы задержаться в этой сфере, нужно обладать сильным характером, ответственностью, высоким

MUA @almirazhanbota_makeup



критическим мышлением и умением держать свое слово. Я всегда горела желанием жить лучше. Моя жизнь – это не история про мгновенный успех, это про ежедневный труд через слезы и радость, падения и взлеты.

– Название LDINKV звучит необычно и загадочно. Почему выбрано именно оно? И как получилось, что в народе оно трансформировалось в ласковую «Льдинку»?

– На самом деле это очень интересная история (улыбается). Еще в 80-х годах на Арбате существовало кафе-мороженое «Льдинка», и мы решили оставить эту частичку истории, но уже в новом исполнении.

– LDINKV сегодня – одно из самых популярных мест в Алматы. В чем, на ваш взгляд, секрет его притягательности?

– Секрет прост, и он в людях. «Льдинка» – единственное заведение, которое успешно существует шестой год в подобном формате. Нам нет аналогов по формату. Мы сохранили ту самую атмосферу алматинской вечеринки, где все знают друг друга и находятся на одном уровне вне зависимости от статуса. Мы знаем почти каждого гостя, прожили с ними все их радости и невзгоды. Мы дорожим своими гостями и бережем каждого из них.

– Вы также развиваете бренд одежды Alai. Почему именно одежда?

– Я очень люблю красивую и качественную одежду. Не в обиду нашему рынку, я действительно очень редко нахожу что-то стоящее за адекватные суммы. Хотела бы дать возможность каждой девушке чувствовать себя комфортно и элегантно.

– Как вы совмещаете работу над LDINKV и развитием Alai? Существует ли пересечение между этими проектами?

– Я работаю с огромным удовольствием и делаю то, что по-настоящему меня вдохновляет. Да, это нелегко, иногда я выгораю, но когда вижу результат своей работы – довольных гостей в «Льдинке» или счастливых девушек в магазине, меня вновь наполняет энергия. Объединяет эти два проекта работа с людьми и то,



что наша команда может сделать этих людей счастливее.

– Какой философии вы придерживаетесь, вкладываясь в атмосферу вашего сада и в команду LDINKV?

– Я отношусь к своей работе как к своему ребенку, а к команде – как к своей семье. Мы действительно проводим большую часть жизни на работе, каждый день мы учимся друг у друга и стремимся к лучшему. Я, побывав почти на месте каждого из команд, знаю, как нелегко иногда бывает нашим сотрудникам.

– Что вы посоветовали бы девушкам, которые сейчас работают официантками, но мечтают о собственном бизнесе?

– Я очень верю в женщин, верю в людей, и если у вас есть цель, то обязательно всё получится. Самое главное – не сдаваться, как бы банально это ни звучало. Раскрывать свои возможности самостоятельно, не стыдиться своей работы, не обращать внимания ни на кого и идти только вперед.

Интерьерные истории от Жанар Казизовой

capitel_design
+7-777-001-10-33
zhanar@capitel.kz

Жанар Казизова нашла себя в дизайне интерьеров не сразу. До этого были и языковая школа, и вязание. Но однажды случайный курс в ленте Instagram стал поворотным моментом.

Сегодня она создает не просто красивые пространства, а интерьерные «портреты» – живые, индивидуальные, наполненные смыслом.

В этом интервью вы узнаете о ее поиске себя, закулисы профессии и о том, как даже сушилка может стать важным элементом дизайна.

Жанар, как давно вы занимаетесь дизайном интерьеров? С чего начался ваш путь в этой сфере?

– Я пришла в дизайн интерьеров в 2017 году, после рождения младшего сына. Тогда у меня появилось сильное желание перемен и стремление найти дело, которое по-настоящему вдохновляло бы. До этого я пробовала разные направления – от языковой школы до вязания, но не чувствовала отклика.

Однажды в Instagram я увидела информацию о курсах по SketchUp для дизайнеров от московской школы. Меня зацепило, и я начала учиться. Курсы были не только техническими, они дали базу по истории искусства, стилям и эстетике.

Я стала практиковаться на знакомых, просила замерить их квартиры, создавала анкеты, искала решения. Понимала, что знаний не хватает, и углубляла их: общалась со специалистами, читала профильную литературу, отрабатывала навыки. С первыми заказами пришло понимание – это мое. Каждый новый проект вдохновляет меня на дальнейшее развитие и поиск уникальных решений для создания гармоничных и функциональных пространств.



– Как вы описали бы свой стиль? Есть ли в ваших проектах нечто узнаваемое, что становится вашей визитной карточкой?

– Я не придерживаюсь одного стиля, люблю миксовать и адаптировать их под характер заказчика. Для меня интерьер – это как портрет, отражающий личность. Главное, чтобы у пространства было «лицо», свое настроение. Однозначно, я не люблю блеклые безликие интерьеры и в каждый проект стараюсь добавить индивидуальность и выразительность.

– С какими трудностями чаще всего сталкиваетесь при работе с заказчиками? Как удается найти баланс между вашим видением и их ожиданиями?

– Главная задача – помочь клиентам разобраться в своих желаниях. Часто они приходят с разрозненными идеями из соцсетей и журналов, и моя роль заключается в том, чтобы структурировать их, выявить реальные потребности и создать целостную концепцию.

Работу всегда начинаю с подробного брифа и личной встречи в непринужденной обстановке – это помогает лучше понять образ жизни и приоритеты клиента. В процессе нередко выясняется, что некоторые желания навеяны модой, но не подходят для реальной жизни. Тогда я предлагаю более практичные решения, адаптированные под конкретные сценарии.

Иногда клиенты недооценивают бытовые детали, которые важны

в повседневности. Например, размещение сушилки (улыбается). Я стараюсь продумать такие моменты и встроить их в интерьер незаметно, но функционально.

Мой приоритет – создать не только красивое, но и удобное, индивидуальное пространство, где всё продумано до мелочей.

– Бывают ли в вашей профессии периоды затишья? Как вы к ним относитесь и чем наполняете это время?

– В начале карьеры затишья, конечно, были. Я только начинала, и заказов было немного. Тогда я поняла: клиентов не притянешь силой, а значит, нужно вкладываться в обучение.

Сейчас такие периоды для меня – это возможность передохнуть и заняться развитием. Я не жалею на

загрузку, ведь еще шесть лет назад не могла представить, что у меня будет очередь из заказчиков. Сейчас, например, планирую углубиться в курс по чертежам, как только появится свободное время, сразу начну.

– Как меняется рынок дизайна интерьера в Казахстане? Какие тренды сейчас наиболее востребованы у клиентов?

– Рынок дизайна в Казахстане активно развивается в последние 5–6 лет. Растет насмотренность благодаря соцсетям, и вместе с ней и стремление людей жить в красивом, продуманном пространстве, адаптированном под их образ жизни, семью и даже домашних питомцев.

Мода в интерьере меняется быстро, но я считаю опасным слепо следовать трендам – ремонт затратен,

а интерьер должен быть актуален долго. Раньше были популярны бежевые стены и черные профили, сейчас – яркие акценты и больше индивидуальности.

В Казахстане всё чаще используют национальные мотивы: ткани, элементы орнамента и декора, интегрируя их в современные стили. Среди актуальных направлений неоклассика с лепниной, молдингами, высокими плинтусами; барельефы в жилых интерьерах; радиусные формы стен и потолков, популярность которых сейчас растет.

– Что чаще всего остается «за кадром» в работе дизайнера? Какие задачи и процессы незаметны для клиента, но требуют времени и значительных усилий?

– Многое остается за кадром, особенно технические моменты, которые я стараюсь не перекладывать на клиента, чтобы сохранить для него комфорт.

Во время авторского надзора регулярно возникают нюансы с прорабами и подрядчиками – от недопонимания до форс-мажоров. Я беру на себя решение этих вопросов и стараюсь находить бюджетные и эффективные варианты, не перегружая клиента деталями.

Иногда приходится исправлять ошибки подрядчиков вследствие неровности стен, проблем с коммуникациями. Хотя зона ответственности ограничена договором, на практике дизайнер часто отвечает за весь итоговый результат – от эстетики до функциональности. И для меня важно, чтобы всё было сделано качественно и с заботой о будущем комфорте заказчика.

– Какие проекты доставляют вам наибольшее удовольствие: квартиры, дома или коммерческие пространства? И почему?

– Мне интересно работать с самыми разными пространствами – от киоска для вафель до театра. Особенно запомнился проект экспериментального театра в Астане. Казалось, всё просто, но в процессе выявилось множество нюансов, например, при создании мобильных инсталляций для сидений, чтобы менять обзор сцены.

Каждый проект – это новая история и уникальный творческий процесс.



Малика Расулова:

«Медицина – моя стихия с самого детства»

 dr.rassulova
TikTok @dr.rassulova (тик-ток)
Malika.rasulova.1988@bk.ru

Врач-оториноларинголог Малика Садыковна Расулова – о выборе профессии, поддержке семьи и климатических особенностях Казахстана. Также она советует, как можно сохранить здоровье.

Малика Садыковна, с чего начался ваш путь в медицину? Почему вы выбрали именно оториноларингологию?

– Я выросла в семье врачей, и с самого детства медицина была неотъемлемой частью моей жизни. Это было что-то естественное и родное. А оториноларингологию я выбрала из-за широкого спектра возможностей в этой сфере: здесь можно и лечить, и оперировать, сочетая терапевтическую и хирургическую практику. Такое разнообразие мне близко по духу.

– С какими заболеваниями чаще всего обращаются к вам пациенты? Есть ли особенности, характерные для нашего региона?



MUA @almirazhanbota_makeup



– Обращаются и взрослые, и дети, но, конечно, детей больше. Климат Казахстана оказывает значительное влияние на здоровье. Сухой воздух, резкие температурные перепады провоцируют проблемы с дыханием. Часто наблюдаются заложенность носа, сухость, носовые кровотечения, злоупотребление сосудосуживающими каплями, аллергические проявления. Эти состояния могут значительно ухудшать качество жизни и нередко приводят к хроническим заболеваниям ЛОР-органов.

– Медицина требует полной отдачи. Как вы находите баланс между профессией и семьей?

– За более чем 10 лет практики я поняла, насколько важна поддержка близких. Без нее сложно гармонично развиваться и как специалисту, и как человеку. В нашей семье эту опору я нахожу в лице супруга, которому

очень благодарна. Он видит, как я люблю свое дело, и всегда поддерживает меня, помогает. Это придает мне сил и уверенности.

– Знают ли ваши дети, чем занимается мама? Как они относятся к вашей профессии?

– Старшая дочка уже давно интересуется: с пяти лет она осознанно спрашивала, чем я занимаюсь, кто такой ЛОР-врач. Младшие пока еще малы, они просто знают, что мама уходит на работу и возвращается к обеду. Я очень надеюсь, что кто-то из них пойдет по моим стопам и, конечно, будет гордиться мамой.

– Что вдохновляет вас в работе и в жизни? Есть ли принципы, которые ведут вас вперед?

– Вдохновляет, прежде всего, возможность помогать людям и видеть результаты своей работы, получать слова благодарности от пациентов. А еще постоянное развитие. Я не люблю стоять на месте, мне важно быть в движении: учиться, делиться опытом, общаться с коллегами, расти профессионально. Это дает мне энергию.

– Вы были награждены почетной медалью. Расскажите, пожалуйста, об этом событии подробнее.

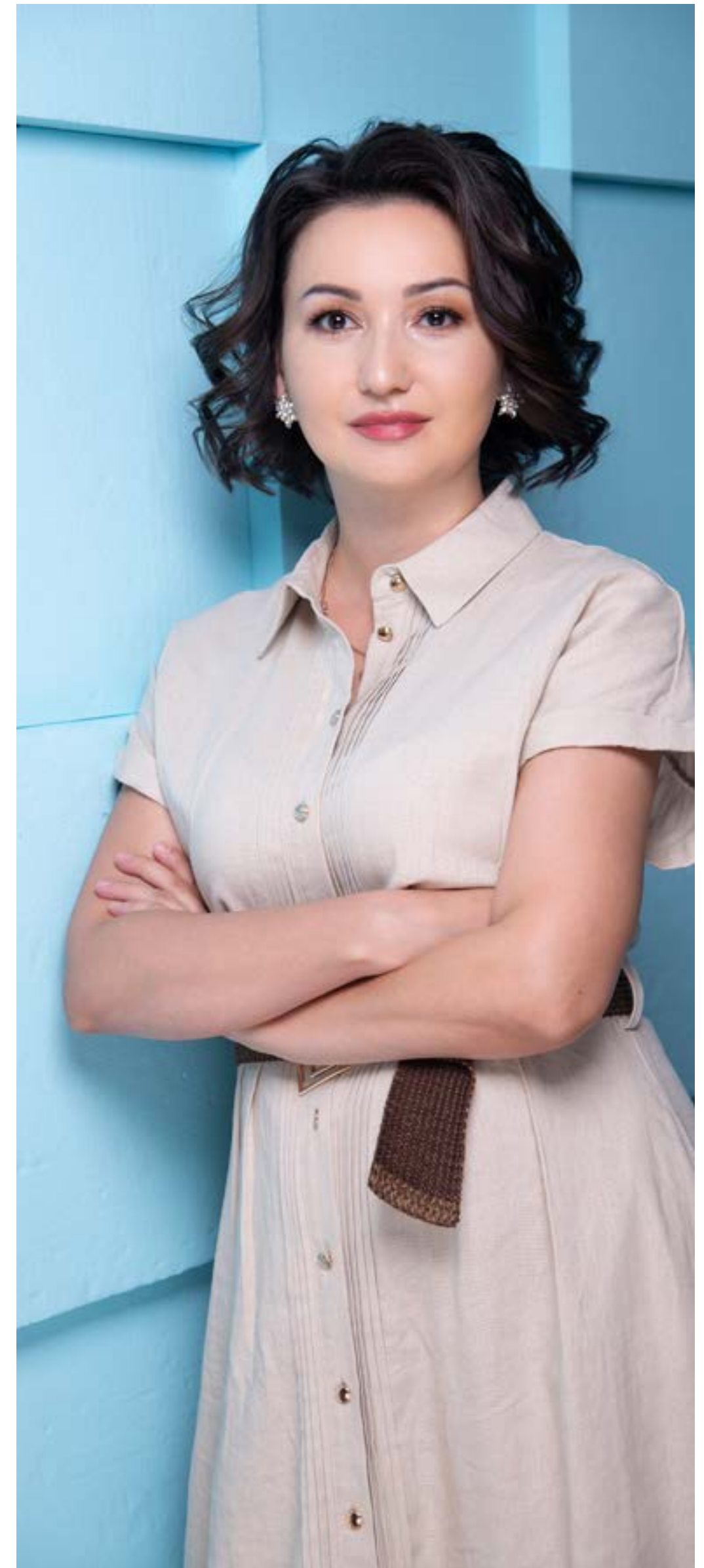
– В прошлом году, ко Дню медицинского работника, руководство клиники вручило мне почетную медаль за профессионализм, преданность делу и активную плодотворную деятельность. Это была большая честь и одновременно мотивация двигаться дальше, развиваться еще больше.

– И напоследок: какие советы вы могли бы дать нашим читателям как врач-оториноларинголог?

– Сосудосуживающие капли используйте только по назначению врача. Помните: их длительное применение может вызывать привыкание и ухудшение состояния.

Не игнорируйте симптомы. Если в течение трех дней с начала лечения вам не становится лучше, обязательно обратитесь к врачу.

Не злоупотребляйте наушниками. Длительное прослушивание музыки на высокой громкости может привести к снижению слуха, особенно у молодых людей.



ЕКІ: вкус, передающий историю



houseofbalish

www.ekibakery.kz

Адрес пекарни/цеха:

г. Алматы, 2-я ул. Вишневского, 44

WhatsApp для заказов:

+7-702-241-32-02

Иногда за ароматом свежей выпечки скрывается не просто вкус, а целая история – дружбы, корней, памяти.

Так и родилась пекарня ЕКІ: из диалога двух подруг, двух культур и одной большой любви – к дому, традициям и настоящей еде.

Здесь пироги становятся мостом между татарским и казахским наследием, а теплая булочка рассказывает больше, чем целая книга.

Яна Шайкенова и Рената Гронзикова – сооснователи пекарни ЕКІ.

Яна, Рената, расскажите, как родилась идея пекарни ЕКІ. В какой момент вы поняли, что хотите объединить именно татарскую и казахскую кулинарные культуры?

Яна: ЕКІ – это не просто бизнес, это продолжение нашей дружбы и нашей истории. Нас две основательницы, две близкие подруги, обе мы татарки. А объединила нас любовь к своей культуре, к домашней еде и желание сделать что-то настоящее, теплое, со смыслом.

Я татарка по происхождению, мой муж – казах, и в нашей семье всегда был живой, вкусный диалог культур. На столе у нас могли стоять рядом бэлеш и бешбармак, звучать разные языки и истории предков. В какой-то момент я поняла: мы ведь не просто едим – мы сохраняем память, соединяем смыслы. Так родилась идея пекарни ЕКІ – как попытка не просто печь пироги, а передавать путем их приготовления культуру, душу и тепло сразу двух народов.

– Название ЕКІ несет в себе глубокий смысл. Почему для вас было так важно подчеркнуть символизм «двух» в названии и концепции?



Яна: Название ЕКІ – символичное на всех уровнях. Ике-Екі зеркальность одного слова на двух языках. В переводе и с татарского, и с казахского это слово означает «два». Мы две подруги, две культуры, две традиции. Но есть и второй смысл: ЕКІ – это аббревиатура от «Еда. Культура. История». Именно на этих трех китах строится наша пекарня.

Рената: Для нас было важно показать, что за простыми пирогами стоит нечто большее: диалог, память, уважение. «Два» – это не про разделение, а про соединение. Про то, как из разных начал рождается нечто общее и ценное.

– Вы говорите о синтезе культур без границ. Как этот подход отразился в меню и в атмосфере вашей пекарни?

Рената: Мы подошли к делу не с коммерческой стороны, а с душевной. И не только объединили рецепты, а создали пространство диалога. В меню вы найдете как классические татарские пироги, так и совершенно новые формы на пересечении традиций. Или сладкие изделия с кортом (иримшиком) и урюком – вкусы, которые родом из детства для обеих культур.

Яна: У нас нет границ – только общие вкусы и воспоминания.

– С какими традициями и вкусами двух народов вы работаете чаще всего? Есть ли блюда, которые стали настоящими «мостами» между культурами?

Яна: Мы вдохновляемся рецептами, которые веками передавались из уст в уста – с насыщенным вкусом, теплотой домашней кухни и глубокими смыслами. Но особенно интересно не просто повторять, а искать точки соединения.

Например, губадия – это традиционный татарский праздничный пирог с кортом. В Татарстане его пекут с творогом, прошедшим специальную ферментацию. А мы попробовали приготовить его с казахским иримшиком – и, несмотря на разницу в

текстуре и вкусе, получилось по-своему уникальное блюдо. Это не копия и не замена, а настоящее слияние культур в одном пироге.

Рената: Еще один яркий пример – наш авторский трехслойный пирог с курагой, черносливом и грецкими орехами. Мы вдохновились казахским пирогом «восточный» с орехами и сухофруктами и татарским трехслойником – и создали свой рецепт, которого нет больше нигде. Это настоящее гастрономическое «переплетение»: казахская насыщенность, татарская структура, и вкус, который вызывает у многих ассоциации с праздником и детством.

Такие блюда поистине становятся «мостами» между народами, потому

что в них не просто ингредиенты, а уважение и любовь к двум культурам сразу.

– Как клиенты реагируют на культурный контекст ваших блюд? Чувствуют ли они эту идею объединения через еду?

Рената: Да, и удивительно, как еда может «говорить без слов» (*улыбается*). Люди пишут отзывы, звонят и говорят: «Как будто вернулся в детство», «Это вкус моей Родины», «Так готовила мама и бабушка». А некоторые узнают что-то новое, впервые пробуют другой вкус, и в этом тоже происходит сближение.

Клиенты чувствуют, что нами всё сделано с любовью и уважением. ЕКІ – это не про модную выпечку, а про корни, про память, про дом, в котором всем хватит места.

– Насколько важно, по вашему мнению, сегодня сохранять национальные корни, находя при этом новые формы их выражения?

Рената: Это критически важно. Со временем многое меняется, и если мы не будем держаться за свои корни, нас просто унесет.

При этом важно не законсервировать культуру, а дать ей дышать, развиваться, говорить на языке новых поколений. Вот почему мы делаем пироги в современной подаче, с лаконичным дизайном, в удобной упаковке. Пирог может быть актуальным, красивым, понятным даже тем, кто никогда не слышал слово «бэлеш» (*улыбается*).

Яна: Традиции должны быть живыми, доступными, понятными. Тогда они и останутся с нами.

– Какие ценности и смыслы вы хотели бы передать через ЕКІ не только как пекарню, но и как культурный проект?

Яна: ЕКІ – это не просто еда. Это про память, принятие и будущее без границ. Мы верим, что у пирога есть сила – соединять то, что казалось разным. Через вкус можно передать историю, через хлеб – уважение, через начинку – традиции. Мы хотим, чтобы к нам приходили не просто за едой, а за ощущением связи: с собой, с родом, с культурой.



Духи, аксессуары и душа в каждой коробочке

 gl_paris_perfume

В мире, где аромат способен рассказать целую историю, а детали формируют настроение дня, Мадина Тюлюкбаева создала пространство красоты и вдохновения. Ее путь начался с тонкого чувства стиля и любви к ароматам. А затем случился камерный бизнес, где каждая деталь говорит: «Ты особенный». Аксессуары и духи на расшив стали не просто товаром, а способом делиться эстетикой, эмоциями и индивидуальностью с каждым клиентом.

Мадина Тюлюкбаева – бизнесвумен. Она уверенно развивает свое дело в Актобе.



Мадина, как родилась идея заняться именно аксессуарами и духами на расшив? Что стало отправной точкой вашего бизнеса?

– Всё началось с моей любви к красоте в деталях и желания делиться этим с другими. Я всегда увлекалась ароматами и тем, как они могут менять настроение, вызывать воспоминания, вдохновлять. Однажды, выбирая духи для себя, я подумала: почему бы не сделать ароматы доступнее для других – чтобы каждый мог позволить себе маленький флакон роскоши? Так и родилась идея расшивов. А аксессуары пришли позже, как продолжение желания делать жизнь красивее.

– Парфюм – это про эмоции и воспоминания. Какие ароматы вы сами любите, и почему?

– Мне близки восточные, древесные и шипровые ноты – теплые, глубокие, с характером. Я люблю ароматы, которые раскрываются постепенно и сопровождают в течение дня, как верный спутник. Один из любимых Montale Intense Cafe: он для меня как уютное воспоминание о теплом вечере с близкими. А еще люблю нишевые ароматы, они про индивидуальность, и каждый раскрывается на коже по-своему.



– Вы работаете с эстетикой, что имеет значение при подаче. Как создаете визуальную атмосферу бренда?

– Я верю, что упаковка – это первое прикосновение к эмоции. Для меня важно, чтобы каждый заказ был оформлен с душой – в красивой коробочке с лентой, изящной подписью. Я подбираю все элементы с любовью – от шрифтов до тканей. Вдохновляюсь французской элегантностью и природными оттенками. Мне хочется, чтобы человек, открывая заказ, подумал: «Вау! Это сделано специально для меня».

– Вы не только успешная бизнесвумен, но и мама, бабушка. Как вам удастся совмещать семейные роли с активной предпринимательской жизнью и при этом оставаться в курсе модных тенденций?

– Для меня семья – мой фундамент. Мои дети и внуки – мой источник вдохновения и энергии. Они держат меня в тонусе: делятся трендами, помогают с соцсетями, вдохновляют на новые идеи. Я не вижу в этом противоречия, наоборот, моя жизнь наполнена разными ролями, и в этом ее красота. А еще я стараюсь учиться постоянно: читаю, смотрю обзоры, слежу за новинками в нишевых брендах.

– Есть ли конкуренция в Актобе в вашей нише? Как вы выстраиваете свое уникальное позиционирование?

– Конкуренция есть, и это хорошо – она помогает расти. Но я никогда не стремилась быть «как все». Мой фокус –

это сервис, индивидуальный подход, внимание к деталям. Я знаю своих клиентов, помню их вкусы, предпочитаю «камерный» подход, где каждый чувствует себя важным. Это и есть моя уникальность.

– Какие тренды вы сейчас наблюдаете в мире парфюмерии и аксессуаров? И как быстро они доходят до вашего города?

– Сейчас растет интерес к нишевым ароматам, к устойчивому потреблению, к локальным брендам. Люди устают от «массового» производства и хотят индивидуальности. То же и с аксессуарами – в моде минимализм, качество, натуральные материалы. В Актобе всё это приходит постепенно, но интерес большой. Мы стараемся быть мостиком между мировыми тенденциями и нашим городом.

– Что для вас успех: это цифры, обратная связь от клиентов или что-то большее? Какие цели вы ставите перед собой на ближайшее будущее?

– Для меня успех – это довольные глаза клиентов, теплые сообщения, их желание вернуться. Это доверие, которое не купить цифрами. Конечно, я слежу за показателями, но главное – душевная связь. В будущем хочу расширить линейку аксессуаров, возможно, открыть уютную студию-бутик и сделать аромат – как часть повседневной эстетики – еще более доступным.



Ты – то, что ты ешь



organic.pp.kz

WhatsApp: +7-708-671-19-40 Алматы
+7-708-671-24-26 Астана

На рынке доставки здорового питания всё больше предложений, но Organic.PP выделяется своей глубиной. Основанный на личной истории восстановления, этот сервис помогает женщинам восстановить гормональный баланс, снизить усталость и научиться питаться с заботой о себе. В интервью с основательницей Organic.PP мы говорим о здоровье, осознанности и миссии, которая вдохновляет.

Бақытгүл Алғадай – основатель и руководитель Organic.PP.

Бакытгүл, как родилась идея Organic.PP? В какой момент пришло понимание, что вы хотите помогать людям?

– Идея родилась из моей личной потребности. В какой-то момент я поняла, что за постоянной усталостью, набором веса и скачками настроения стоит не просто образ жизни, а конкретный диагноз – инсулинорезистентность. Я начала изучать нутрициологию, гормональный фон, питание по фазам цикла, пробовала всё на себе и получила реальные результаты. Тогда и появилось внутреннее желание делиться этим знанием с другими женщинами. Не просто «кормить», а помогать. Так основывался Organic.PP – сервис осознанного питания, ориентированный не на тренды, а на здоровье и глубинную поддержку всех тех, кто хочет постройнеть.

– Сегодня на рынке много сервисов доставки еды. В чем ключевое отличие Organic.PP? Почему вы называете это не просто питанием, а заботой?

– Наша еда – это не просто подсчет калорий. Мы работаем на пересечении нутрициологии, гормонального баланса и эмоционального состояния. Для нас питание – это часть восстановления: избавления



MUA @almirazhanbota_makeup

от хронической усталости, пищевой тревожности, гормональных сбоев. Каждое меню мы продумываем с точки зрения здоровья, вкуса и баланса. Мы знаем, как важно женщине чувствовать себя в теле спокойно, не воевать с едой.

Забота заключается в очень важных деталях – это индивидуальный подход, рекомендации, поддержка и честность в работе.

Меню продумывается нутрициологами и технологами так, чтобы каждый прием пищи был сбалансирован, вкусен и приносил пользу. Мы готовим из натуральных свежих продуктов, не используем сахар, трансжиры и консерванты. Организовали доставку по всему городу, чтобы забота о себе стала проще и доступнее каждому.

– Вы лично сталкивались с инсулинорезистентностью. Как этот опыт повлиял на подход к составлению рационов?

– Мой путь начался с диагноза. ИР – это история про неочевидные симптомы: вроде бы «всё нормально», но сил нет, вес не уходит, аппетит скачет. Когда я поняла, как работает инсулин, какие продукты помогают, а какие вредят, началось настоящее восстановление.

Этот опыт я вложила в основу концепции меню. Мы учитываем гликемическую нагрузку, сочетаем белки, жиры и клетчатку, избегаем «пустых» углеводов и добавляем то, что питает не только тело, но и гормональный фон.

– Насколько важно, на ваш взгляд, учитывать гормональные особен-



ности женщины при формировании режима питания?

– Крайне важно. Женский организм живет в особом ритме: свое воздействие оказывают фазы цикла, стресс, дефициты, работа щитовидной железы. Одна и та же еда может «работать» по-разному в разные периоды. Мы адаптируем рацион под гормональные потребности: например, если нужно, добавляем больше железа и витаминов, усиливаем белки и жиры.

Также предлагаем индивидуальные рационы при инсулинорезистентности, диабете, гипотиреозе, потому что здоровье женщины требует тонкой настройки, а не использования шаблонов.

– Как вы формируете команду нутрициологов и технологов? Есть ли у вас собственная система контроля качества и разработки новых блюд?

– Мы отбираем людей не только по знаниям, но и по вовлеченности. В команде только те, кто понимает: еда – это инструмент заботы, а не просто порция. У нас работают нутрициолог, технолог, дегустатор и эндокринолог-консультант. Все блюда проходят дегустацию, тест на калорийность и пищевую ценность, мы ведем базу ингредиентов, проверяем качество товара поставщиков. Каждый месяц внедряем новинки и корректируем блюда по отзывам клиентов.

– Как вы считаете, почему многим женщинам сложно наладить питание самостоятельно?

С какими барьерами к переменам они чаще всего приходят в Organic.PP?

– Главный барьер – усталость. У женщин много ролей: мамы, жены, профессионала в своей специальности. На себя не хватает ресурса. К тому же интернет полон противоречивой информации, и вместо мотивации часто приходит тревожность.

Многие приходят с фразой: «Я всё знаю, но не успеваю», «Я устала считать и готовить», «Мне страшно начинать снова». Наша задача – снять лишнее напряжение, взять заботу о питании на себя, дать человеку ощущение спокойствия и поддержки.

– Что вы чувствуете, когда видите, как ваша еда помогает женщинам менять не только фигуру, но и образ жизни, и самоощущение?

– Это вдохновляет. Когда женщина перестает воевать с едой и начинает чувствовать себя в теле свободно – это большая победа.

Каждое сообщение с благодарностью, каждый минус на весах или плюс в энергии – это подтверждение, что мы занимаемся важным делом.

Для меня Organic.PP – это не бизнес, это женская солидарность и восстановление. Через тарелку. Через внимание. Через понимание.

Наша миссия – дать женщинам ресурс, энергию и легкость, организуя правильное питание. Мы не просто кормим, а вдохновляем на изменения, на любовь к себе и к своему телу. Organic.PP – это про заботу, баланс и внутреннюю красоту. Ведь «Ты – то, что ты ешь».



Сила прикосновения

message_semei_aisulu
+7-778-197-19-33
Абайская область, г. Семей

В мире, где всё чаще ищут быстрые решения, применяя таблетки и делая операции, Айсулу Искакова возвращает своих пациентов к естественному телу, энергии и балансу.

Она не просто массажист, а настоящий проводник к оздоровлению путем комплексного подхода, использующий массаж, гирудотерапию, иглотерапию и мануальную терапию. За ее плечами медицинское образование, многолетняя практика и десятки благодарных отзывов. В этом интервью Айсулу рассказывает, как телесные практики помогают восстановить здоровье, вернуть силы и поверить в возможности собственного организма.

Айсулу Искакова – специалист в области массажа и мануальной терапии, также она практикует гирудотерапию и иглотерапию.

Айсулу, расскажите, с чего начался ваш путь в мир терапии тела. Когда вы поняли, что хотите посвятить себя именно этой сфере?

– По образованию я медик, начала работать в процедурном кабинете. Там я наблюдала, как многие пациенты, несмотря на курсы инъекций и медикаментозное лечение, не получали полного выздоровления. Тогда я решила попробовать телесные методы – начала с массажа. Увидела результаты: боли уходили, общее состояние улучшалось. Потом добавились иглотерапия и гирудотерапия, так как именно эти народные методы давали по-настоящему глубокий эффект. Это совершило поворот в моей профессии медика – я увидела, что помогать людям по-настоящему в моих силах.

– Вы сочетаете сразу несколько направлений: массаж, использование пиявок, иглотерапию и мануальную терапию. Как вы пришли к идее объединить эти методы? В чем их синергия?



– Это пришло с практикой. Я увидела, что комплексный подход работает гораздо эффективнее. Массаж расслабляет тело и запускает кровоток, иглотерапия активизирует энергетические точки, гирудотерапия очищает кровь и лимфу, а мануальная терапия восстанавливает суставы и позвоночник. Вместе эти методы усиливают эффект друг друга и дают устойчивый видимый результат даже при сложных хронических состояниях пациента.

– У вас собственная уникальная методика. Можете приоткрыть завесу тайны: в чем ее суть, и чем она отличается от классических подходов?

– Моя методика основана на глубоком знании тела, восточной медицине и индивидуальном подходе. Я не лечу «по шаблону». У каждого человека своя история, и я всегда начинаю с диагностики: по пульсу, по телу, выслушав жалобы. Дальше подбираю индивидуальную



программу: где-то нужен акцент на детоксикацию с применением пиявок, где-то – восстановление с использованием глубокого массажа или иглотерапии. Главный принцип – работать с первопричиной, а не просто с симптомами.

– Какие проблемы чаще всего приводят людей к вам? И с какими результатами они уходят после курса процедур?

– Чаще всего обращаются с болями в спине и шее, головными болями, усталостью, гормональными нарушениями, нарушением сна, проблемами ЖКТ.

Также много клиентов с постинсультным состоянием, после операций или с хроническими заболеваниями. После курса процедур многие отмечают улучшение самочувствия до 70–80%. Уходит боль, появляется энергия, восстанавлива-

ется сон, улучшается настроение и общее качество жизни.

– Пиявки и иглотерапия до сих пор вызывают у многих страх или недоверие. Как вы работаете с такими предубеждениями? Что говорите сомневающимся?

– Это нормально – бояться того, чего не знаешь. Но когда человек видит реальные результаты, страх уходит. Я всегда объясняю, как работает метод, для чего он, как проходит процедура. Показываю отзывы, рассказываю случаи из практики. Никого не уговариваю – просто делюсь опытом. Многие, кто боялся пиявок, теперь приходят с благодарностью и регулярно делают процедуры.

– Были ли в вашей практике случаи, когда человек приходил почти без надежды, а благодаря терапии происходило настоящее чудо?

– Да, и таких случаев много. Однажды пришла пациентка с неврологическими нарушениями, нарушением координации и частыми головокружениями. После курса массажа, иглотерапии и гирудотерапии она почувствовала ощутимое улучшение. Недавно приходила врач-невропатолог, которая наблюдала ее. Она сказала, что результаты просто фантастические. Также у меня множество отзывов от пациентов, которые отмечают восстановление до 80%, у меня это задокументировано – при необходимости я могу представить их очередному клиенту.

– Как вы считаете, почему сегодня так важно возвращаться к природным и телесно-ориентированным методам оздоровления? Какое место в этом процессе занимает ваша работа?

– Тело – не машина, которую можно «чинить» таблетками. Всё взаимосвязано: тело, психика, энергия. Современный человек оторван от природы, живет в стрессе, ест что попало, двигается мало, а потом удивляется, почему болеет. Природные методы возвращают нас к себе, к балансу и внутренней гармонии. А моя задача – помочь человеку услышать свое тело, запустить спящие в нем силы для восстановления организма и саморегуляции.

Жизненный компас



numlog.power

WhatsApp: +7-778-497-97-30

YouTube: numlogpower

TikTok: @numlog.power

Дата рождения – это не просто числа, а инструкция к счастливой и осознанной жизни.

Цифровой психолог Анастасия Зубрицкая уверена: всё, что нам нужно для самопонимания, уже заложено в нас с рождения. В этом интервью она расскажет, как по числам распознать свои сильные и слабые стороны, выйти из тупика и, наконец, пойти своим путем – путем души.

Анастасия, правда ли, что дата рождения – это не просто числа, а буквально навигатор в судьбе человека? Что именно дата рождения может рассказать человеку о его жизни?

– Да, это абсолютная правда. Дата рождения – это не случайный набор чисел. В ней зашифрован целый маршрут человека: его сильные стороны, кармические уроки, главные жизненные задачи, периоды роста и трансформации. По дате можно понять, когда человек будет счастлив и успешен, а где будет сталкиваться с трудностями. Это как карта – когда ты ее знаешь, ты не блуждаешь, не теряешь годы на «не свое», а идешь своим путем уверенно и осознанно.

– Чем цифровая психология отличается от астрологии, нумерологии или гадания?

– Цифровая психология – это современный инструмент самопознания. В отличие от гадания, где человек ждет внешнего чуда.

Здесь всё строится на конкретных числах, а точнее, на дате рождения. Это не магия, а четкая система анализа личности, психики и жизненных сценариев. В отличие от классической нумерологии или астрологии цифровая психология больше фокусируется на внутренних трансформациях человека: как он думает, чувствует, действует, что мешает ему жить полной жизнью.



– Ваши клиенты после консультаций находят свое предназначение, выходят на новый уровень жизни. Можете привести пару ярких примеров, как это происходит?

– Одна из клиенток после разбора ушла с нелюбимой работы, поступила в IT и уже через полгода зарабатывала в четыре раза больше. Другая ушла из токсичных отношений, переехала в другую страну и

вышла замуж за мужчину, который полностью соответствует ее числовому коду. И таких историй не две и не три, а буквально сотни.

– Каждый человек уже приходит в этот мир с определенным «набором задач». А как распознать свои задачи и ошибки? И как перестать совершать неудачные поступки?

– Каждый человек действительно приходит с четким набором задач, и это видно в числах. Путем анализа даты рождения можно увидеть, что именно человек должен развить в этой жизни: например, научиться доверять, отпустить контроль, принять силу или служить миру. Ошибки, которые мы совершаем, тоже зашифрованы в нашей матрице. Когда мы их осознаём, они перестают управлять нашей судьбой. Первый шаг – увидеть свой «код ошибок» и перевести его в силу.

– Как цифровая психология помогла вам лично?

– Она изменила мою жизнь. Я ушла с пути, который был «навязан» обществом, и выбрала свое дело по душе. Я поняла, почему не получалось в отношениях, почему я боялась больших денег, почему постоянно доказывала свою ценность. Осознание кода – это когда ты находишь себя настоящую. После этого не хочется жить по-старому, и ты уже не можешь вернуться назад.

– Какие области жизни сильнее всего «проседают», если человек не знает свой числовой код? И с чего стоит начинать работу над собой?

– Сильнее всего страдают отношения и финансы. Люди не могут построить гармонию с партнером, потому что не понимают себя. Работают не там, где их истинный потенциал, и из-за этого страдают и душа, и кошелек. Начинать стоит с разбора своей личности: понять свои сильные стороны, слабые места и главные точки роста. Это как включить свет в темной комнате.

– Что вы посоветовали бы людям, которые сейчас чувствуют, что застряли – в работе, отношениях или просто не на своем месте? С чего начать путь к себе?

– Сначала признать, что вы не обязаны жить «как все». А потом обратиться к своему коду. Дата рождения расскажет, в чем вы уникальны, в чем ваша сила, где ваш ресурс. Не надо начинать путь заново, надо просто свернуть на свою дорогу. А я помогу вам ее увидеть (улыбается).



Магия кадра и карнавала с Дашей Пушкиной

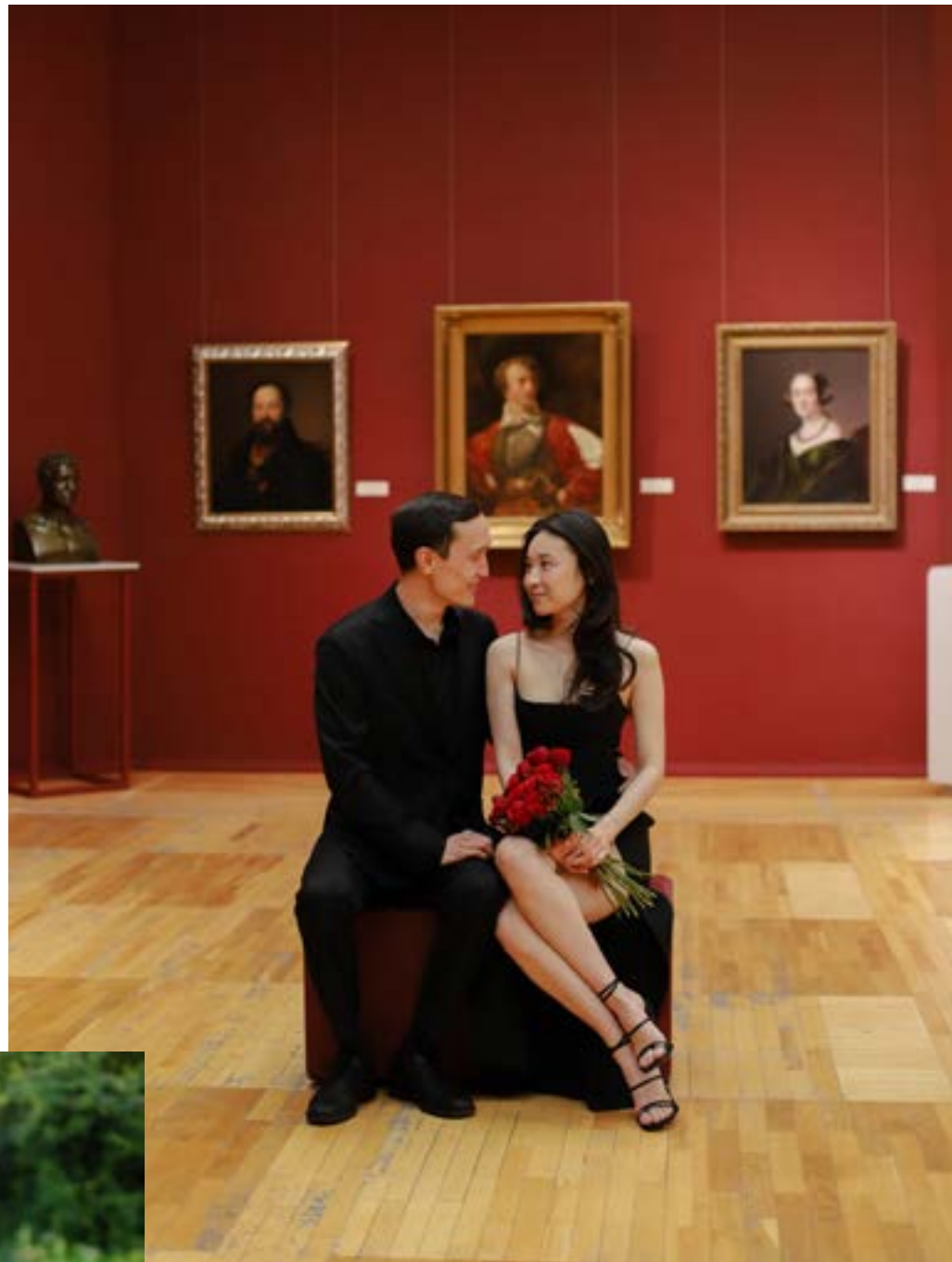
pushkina_ph
www.pushkinaph.ru
костюмы @farfaraway.kz
украшения @kusi.busii

«Фотография – это как искусство, которое с годами становится только ценнее. Картины хранят в музеях, а снимки – в сердце семьи» – Даша Пушкина, фотограф, автор бренда FarFarAway и ювелирных украшений ручной работы.

За ее плечами переезд из Москвы в Алматы, поиск себя на новом месте и стремление к востребованности. Для Даши фотография – не просто работа, а способ создавать семейные ценности, сохранять эмоции и превращать мгновения в печать вечности.

Даша, расскажите, как начался ваш путь в фотографии. Что вас вдохновило взять в руки камеру?

– Фотографирую я с детства, навер-



ное, лет с десяти, а может, и раньше. У моего аташки была цифровая «мыльница», которую я часто выпрашивала, чтобы поснимать друзей и цветочки (улыбается). А позже я узнала, что он тоже увлекался фотографией – снимал на «Зенит» и сам проявлял пленку в домашних условиях. Его камера теперь хранится у меня. Мне нравится думать, что это дело могло бы нас объединить... Жаль, что не случилось.

– Вы переехали из Москвы в Алматы. Как этот переезд повлиял на ваше творчество и восприятие мира?

– Переезд был непростым, это был конец ноября 2022 года. Заказов поначалу не было, хотя я надеялась, что придут с заказами знакомые. Даже работала няней (улыбается). Но к весне лед тронулся. В Алматы рынок более свободный; в Москве фотографов много, и конкуренция давит. В Казахстане я, кстати, зарабатываю больше. Возможно, потому, что вырос мой профессионализм. Здесь много простора для творчества: хочешь – снимай «морскую» историю на Капчагае, «дикий Запад» – на Или. Горы, урбанистика... просторы бесконечны!

– Ваш проект FarFarAway – это фотосессии и карнавальные костюмы. Как родилась эта идея?

– Часто в интернете видела красивые образы, а со свадьбы остался фатин, из него я сшила накидку феи. А потом появилась Айтилина – мастерица в Алматы, и я решила, что не стоит мелочиться: так родился бренд FarFarAway. Это огромное вдохновение – видеть горящие глаза у детей и взрослых. Хочется больше времени уделять проекту.

Наши костюмы

- подходят и взрослым, и детям – «растут» вместе с владельцем,
- легко сочетаются между собой,

• создаются из красивых, по возможности натуральных тканей.

– Вы также создаете украшения ручной работы. Почему используете именно натуральные камни?

– Даже если повторяю дизайн, каждое украшение уникально – нет двух одинаковых камней. Можно было бы использовать пластик и продавать так же, но я всегда выбираю керамику и натуральный камень – в них есть «душа». Создание – это всегда поиск и настроение. «КусьБусь» про мой полет фантазии! Да, брендов украшений сейчас много, но их создают люди, а значит, у каждого свой почерк, свой стиль, своя история.



– Как вы создаете атмосферу на съемках? Есть ли особый подход?

– Стараюсь создать максимально комфортную атмосферу. Дети плачут – и это нормально. Всё, что происходит, это нормально. У других семей бывает так же (улыбается). Это снимает напряжение. Я всегда стараюсь быть позитивной и стабильной, чтобы клиенты могли расслабиться.

– Что вдохновляет вас сейчас? И какие направления планируете развивать дальше?

– Очень вдохновляет природа – огромные деревья вдоль дорог, горы, озера, которые алматинцы, мне кажется, не ценят. Например, в Москве невозможно найти озеро с прозрачной водой в районе 60 км от города!

Еще меня вдохновляет мысль, что малыш, которого я снимала в 14 дней после рождения, потом, став взрослым, покажет эти фото своим детям...

Хочется попробовать многое, сейчас так много возможностей. Пока у меня три направления, и даже это на пределе. Хочется достичь глубины и успеха в каждом из них.

Предпринимательство и материнство: жизнь без паузы



zulfiya_madalinova5163
alimi_socks
kenzhehan_ashana_dostar

Зульфия Мадалинова – бизнесвумен, многодетная мама, предприниматель и женщина с характером. За ее плечами годы, наполненные материнством, предпринимательством, бессонными ночами и стремлением к личному росту. В интервью она откровенно рассказывает, как совместить семью и бизнес, сохранить себя и вдохновлять детей собственным примером.

Зульфия, вы многодетная мама, владелица точки общественного питания и бутика. С чего всё началось? Что появилось первым – «Лагманхана» или бутик?

– Когда я только начинала, у меня был один ребенок. Многодетной мамой я стала уже в процессе (улыбается). За эти 15 лет у меня появились еще четверо детей и даже внука. Сейчас я мама пятерых. Они буквально росли вместе с моим бизнесом – мы развивались параллельно. Были периоды, когда я совмещала беременность, бессонные ночи, грудное вскармливание и управление делом. Это было нелегко, но именно материнство закалило меня, научило не сдаваться, быть гибкой, но устойчивой.

Всё началось достаточно просто и, можно сказать, случайно. Это была моя первая работа – я устроилась официанткой к дяде в столовую на рынке. Тогда я даже не думала, что это станет началом моего предпринимательского пути. Я не умела хорошо готовить и не связывала себя с кухней.

Но я старалась работать с душой, вникала в каждый процесс, и это заметили. Со временем дядя доверил мне управление всей точкой. Именно тогда я почувствовала, что мне нравится быть организатором, улучшать дело, брать на себя ответственность. Так и начался мой путь в сфере общепита.

– Как удается совмещать такие разные сферы, как гастрономия и мода?

MUA @almirazhanbota_makeup



Есть ли между ними что-то общее для вас?

– Совмещать непросто, особенно когда привыкла контролировать всё сама и быть полностью погруженной в дело. Бутик с носочно-чулочной продукцией я открыла всего пару лет назад. Мы продавали носки, чулки, нижнее белье – это был интересный опыт и возможность попробовать себя в новой сфере.

Но со временем я поняла, что успешный бизнес требует полного вовлечения. А я такой человек: если берусь, то с головой. Мне важно быть в процессе, видеть, что происходит, чувствовать, принимать решения на месте. В

какой-то момент стало ясно: вести оба направления на нужном мне уровне невозможно, особенно учитывая мою занятость как мамы и руководителя. Офлайн-точку мы закрыли, но продажи остались в онлайн. А основным делом по-прежнему является «Лагманхана». Это уже не просто бизнес, а часть меня, моей истории и характера.

– Многие женщины боятся, что с появлением детей придется забыть о мечте, связанной с бизнесом. Что вы сказали бы им, исходя из своего опыта?

– Честно скажу: это действительно тяжело. Совмещать материнство и бизнес – не про романтику. Это про выбор, жертвы и постоянное чувство вины. Когда ты строишь дело с нуля, ты не всегда рядом с детьми. Пропускаешь их первые шаги и просто моменты ожидания. Иногда они видят меня уставшей, раздраженной, и это больно. Но я всегда говорю: работающая мама остается мамой. Я люблю своих детей безмерно. Даже сидя на закупках или в офисе, я думаю о них. Стараюсь дать им лучшее не только материально, но и своим примером. Чтобы они видели: идти к своим целям – это нормально. Быть сильной – это нормально.

Да, я не всегда рядом, но я записываю их в кружки, слежу за их обучением, стараюсь организовать их день так, чтобы они росли наполненными, даже если я не сижу рядом 24/7. Мой совет: не бойтесь. Будет трудно, но всё возможно. Главное – не терять эмоциональную связь с детьми. А физически они вырастут и будут гордиться вами.

– Насколько важна для женщины поддержка близких? Кто поддерживал вас?

– Поддержка важна каждому – не только женщинам, и не только в бизнесе. В одиночку путь очень трудный. Даже если ты сильный человек с внутренним стержнем, бывают моменты, когда просто не хватает душевных сил. В моей жизни опорой были дети, семья, близкие подруги. Особенно ценно, когда кто-то верит в тебя даже тогда, когда ты сама в себе сомневаешься. Они говорили: «Ты справишься, ты сможешь, ты сильная», и в эти моменты я чувствовала ответственность оправдать их веру и двигаться вперед.



Я бесконечно благодарна им. Иногда именно вера других людей зажигает в нас огонь, когда наш собственный уже почти угас.

– Как вы восстанавливаетесь, где черпаете силы? Как удается при этом выглядеть ухоженно?

– Я восстанавливаюсь просто. Очень помогает природа – выезды за город, тишина, свежий воздух, деревья. Даже короткая поездка дает чувство покоя.

Наполняет меня и общение с близкими – с сестрами, родными. Душевные разговоры, смех, простое человеческое тепло возвращают меня к жизни. В такие моменты я чувствую, что живу.

Я сильный человек, но даже самые сильные нуждаются в понимании, и я нахожу его в семье, на природе, при простом общении.

Что касается внешности – я стараюсь быть в гармонии с собой. Ухоженность для меня – это не про моду, а про уважение к себе. Когда я наполнена, это сразу видно. Порядок, чистота, аккуратность – это часть моей женственности.

– Какие ценности вы стараетесь привить своим детям, наблюдающим за вами как за мамой и предпринимателем?

– Самое важное – это человечность, доброта и честность. Я учу их относиться к людям с уважением, мягкостью, пониманием. Чтобы они всегда помнили: как ты относишься к другим, так и к тебе отнесется жизнь.

Я хочу, чтобы они не были равнодушными, не проходили мимо чужой боли и не причиняли вреда другим.

Также важно чувство справедливости и ответственности. Я учу их отвечать за свои слова и поступки, не перекладывать вину, не искать оправданий. Сила человека в умении признавать ошибки и делать выводы.

И, конечно, я показываю, что женщина может быть мамой, и в то же время человеком с целями, делом, призванием, чтобы дети гордились мной не только как мамой, но и как личностью.

– Каким вы видите свой бизнес через 5–10 лет?

– Честно говоря, я боюсь загадывать наперед. Когда думаю о своем бизнесе через 5 или 10 лет, во мне всегда просыпается тревожность – неуверенность, сомнения, страх ошибиться. Я не из тех, кто с легкостью строит амбициозные планы. Я просто иду – шаг за шагом, доверяя Аллаху. Он ведет меня даже тогда, когда мне самой страшно.

Но несмотря на этот внутренний страх, во мне живет одна тихая, но очень сильная надежда: я верю, что мой путь приведет к большому. К чему-то масштабному, настоящему, созидательному. Это не просто рост бизнеса – это рост меня самой. Я хочу, чтобы мой труд, мои решения, мои действия оставили след. Чтобы то, что я строю, вдохновляло и поддерживало других. Может, это будет нечто грандиозное. А может, просто светлое, устойчивое, наполненное смыслом дело, в котором есть моя душа. Я не знаю, каким будет результат. Но я точно знаю – он будет с любовью, с верой и с настоящей мной.

Country Village Resort: мечта одной семьи, ставшая тихой гаванью для сотен других



все поколения чувствуют себя уютно, спокойно и по-настоящему отдыхают. Мы много об этом говорили, делились мыслями, представляли, каким должно быть это место. И в итоге пришли к общему решению: создать нечто особенное, душевное среди природы.

Горы для нас – это источник силы, внутреннего равновесия и вдохновения. Именно поэтому мы выбрали формат семейного отдыха в горах, с акцентом на тишину, комфорт, заботу и настоящее присутствие рядом с близкими.

– Что делает ваш курорт особенным по сравнению с другими местами отдыха в окрестностях Алматы? Что вы считаете своим главными преимуществами?

– Country Village – это не просто домики в живописном месте. Это атмосфера, в которой гость чувствует себя как дома: спокойно, безопасно и легко. Мы создаем не отдых ради сервиса, а состояние уюта и душевного тепла. Наши главные преимущества – это семейный подход, естественная красота природы, уютные деревянные домики, чистота и тишина, домашняя кухня, бани и спа, а главное – искреннее отношение к каждому человеку.

Мы внимательно относимся к мелочам – от приветствия на входе до атмосферы в доме, чтобы гости чувствовали: здесь их действительно ждали.

– Какие активности и услуги наиболее востребованы у гостей с детьми? Как вы учитываете интересы всех членов семьи – от малышей до взрослых?

– Наша концепция построена так, чтобы каждому члену семьи было интересно и комфортно. Дети проводят время



на игровых площадках, участвуют в мастер-классах, играют на свежем воздухе. Подросткам нравятся прогулки, спортивные зоны и активные форматы. А взрослые могут расслабиться, сходя в SPA, попариться в бане, поужинать, просто насладиться тишиной и природой.

Мы тщательно продумываем зонирование: чтобы семьи были вместе, но каждый мог находиться в своем ритме, без перегруза и суеты. Это и есть настоящий отдых – когда всем хорошо.

– С какими вызовами и трудностями вам приходится сталкиваться как руководителю такого масштабного проекта? Что помогает вам сохранять баланс и эффективно управлять командой?

– Самый большой вызов – сохранять высокое качество каждый день и в каждом элементе: от сервиса до состояния территории. Горы накладывают свои особенности в плане логистики, климата, сезонности. Но еще сложнее удерживать живую атмосферу уюта и дисциплины одновременно.

Мне помогает личная вовлеченность: я всегда в процессе, в контакте с гостями и с командой. У нас выстроена четкая структура, каждый знает свои задачи, но главное – все понимают, зачем мы это делаем. Мы не просто оказываем услуги – мы создаем пространство, в которое хочется возвращаться. Это и есть наш главный ориентир.

– Какую философию вы вкладываете в ваш проект? Что, на ваш взгляд, должен чувствовать гость, оказавшись в Country Village Resort?

– Country Village – это про душевный покой, тишину, уважение и заботу. Я хочу, чтобы гость, приехав сюда, мог просто выдохнуть, почувствовать, что ему ничего не нужно доказывать, никого не надо догонять, никуда не стоит торопиться. Здесь можно быть собой и почувствовать внутреннюю тишину.

Наша философия: искренность, простота и уважение к человеку. Мы создаем не отель и не базу отдыха – мы создаем состояние, в котором человек чувствует себя живым, спокойным и нужным.

– Насколько важна для вас экологическая составляющая в вопросах ведения бизнеса в горной местности?

– Для нас это принципиально. Мы находимся в уникальной природной зоне, и бережное отношение к окружающей среде – неотъемлемая часть нашей работы. Мы используем натуральные материалы, стараемся минимизировать пластик, работаем с местными поставщиками, внимательно следим за чистотой территории и состоянием природы вокруг.

Country Village строится на идее не вмешательства, а бережного сосуществования с природой. Наши гости это чувствуют, и многие уезжают отсюда с большей экологической осознанностью – и это тоже часть нашей миссии.

– Поделитесь планами на будущее.

– Мы планируем строительство гостиницы-лечебницы – это будет особенное пространство, где человек сможет не просто отдохнуть, а восстановить здоровье, внутренние силы и душевное равновесие. Мы хотим создать место, куда можно будет приезжать, чтобы перезагрузиться после городской суеты, почувствовать заботу, отдохнуть в тишине и наполниться изнутри.

Это не будет формат классического санатория. Мы стремимся соединить уют, грамотный подход к оздоровлению и природную энергию. Мне важно, чтобы в этом проекте в центре была не коммерция, а польза для человека. Чтобы сюда приезжали те, кто устал, кто потерял равновесие, кто хочет тишины. И уезжали с чувством, что им стало легче, теплее, спокойнее. Именно в этом я вижу наше будущее.



 **nurbayeva_leila**
country_village_resort
www.country-village.kz
+7-700-165-99-12

Иногда самые душевные проекты рождаются не в кабинетах с таблицами и бизнес-планами, а за семейным ужином, в разговорах о том, чего так не хватает в жизни. Так появилась идея Country Village Resort – не просто курорта в горах Алматы, а места, где можно выдохнуть, обнять близких и почувствовать, что тебя здесь действительно ждали.

Лейла Нурбаева – основатель и руководитель комплекса семейного отдыха Country Village Resort.

Лейла, как родилась идея создания Country Village Resort? Почему вы выбрали именно формат семейного отдыха в горах?

– Идея создания Country Village Resort родилась внутри нашей семьи. Это была не только моя личная мечта – вся наша семья хотела создать такое место, где можно отдыхать вместе: с детьми, родителями, близкими и друзьями. Нам всегда не хватало пространства, где



www.tpeople.online

People awards PROFESSIONAL 2025

Награждение лучших. Признание заслуг. Слова благодарности за профессионализм.

Ради этого журнал Teens and People учредил премию People Awards.

Уже девятый год подряд редакция выбирает лучших представителей из разных сфер деятельности и вручает награды как знак благодарности. 2025 год не стал исключением.

Яркие персоны, представители шоу-бизнеса и любимые артисты собрались, чтобы торжественно поздравить номинантов People Awards 2025. Журналисты редакции задавали вопросы, интересующие наших читателей. Фотографы делали снимки для глянца.

А сами гости наслаждались лучами славы. Продюсер премии Диля Шарафутдинова подчеркнула необходимость проведения подобных мероприятий, так как это мотивирует каждого развиваться в своей индустрии и дальше.

Редакция журнала Teens and People выражает благодарность Серикбол Айгерим за участие в премии People Awards в качестве члена жюри и помощь в выборе лауреатов.

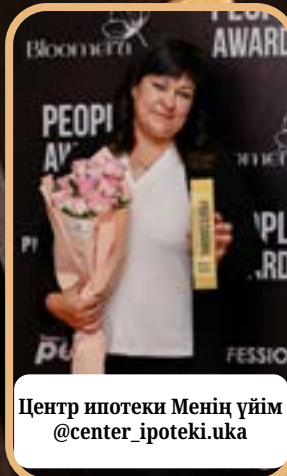
Редакция журнала Teens and People выражает благодарность Ахметову Самату Сагатовичу за участие в премии People Awards в качестве члена жюри и помощь в выборе лауреатов.



The Group
@thebani_telmana



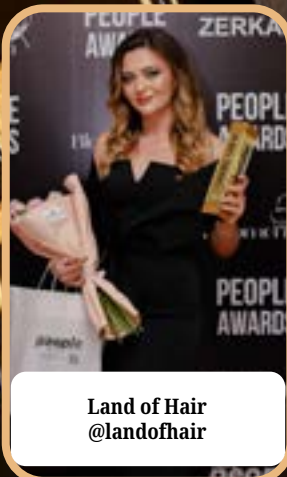
Воротный Мир.KZ
@vorotnyi_mir5962



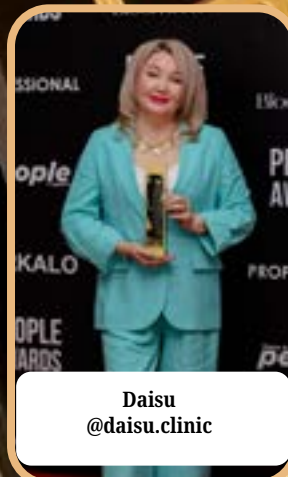
Центр ипотеки Менің үйім
@center_ipoteki.uka



CK Logistics
@cklogistics



Land of Hair
@landofhair



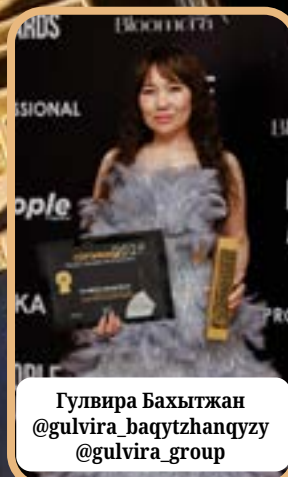
Daisu
@daisu.clinic



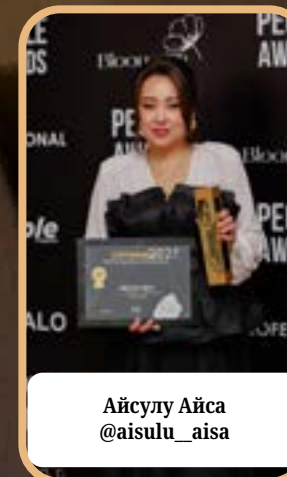
Инесса Юровских
@iness_yu_photo



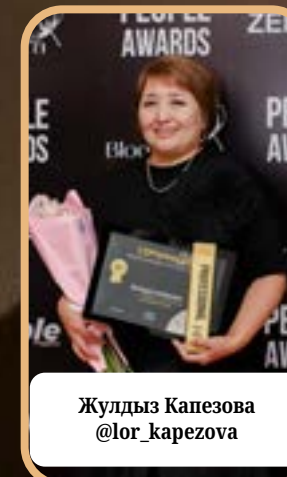
Вера Верченко (Vera Star)
@star_vera



Гулвира Бахытжан
@gulvira_bagytzhanzyzy
@gulvira_group



Айсулу Айса
@aisulu_aisa



Жулдыз Капезова
@lor_kapezova



Анна Гребнева
@grebneva_numerolog_atyrau



Юлия Ниренберг
@nirenberg_yuliya



Social Pulse
@social_pulse.smm



ИПОТЕКА-DAMU
@bibigul_ipoteka



SIPHOUZZ
@siphouzz



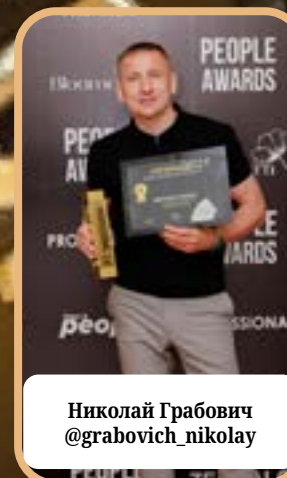
Comfort Home
@comforthome_



Дамир Давлеталиев
@damir.davletaliyev



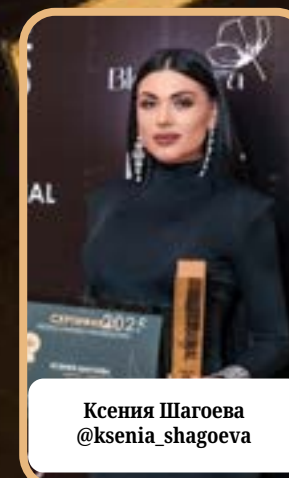
Елена Жигалёнок
@elenazhigalenok



Николай Грабович
@grabovich_nikolay



Мансия Узакова
@mansiya_nomad



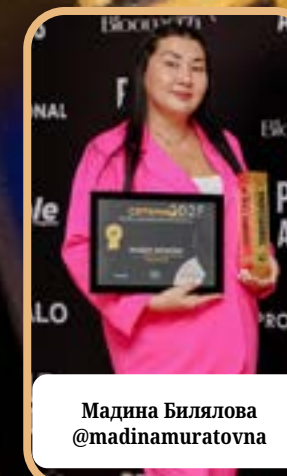
Ксения Шагоева
@ksenia_shagoeva



Жасулан Шахметов
@massage.14region



Галина Ковалёва
@dr.kovaleva_cosmet



Мадина Билялова
@madinamuratovna



Индир Тапалова
@malvina_malina_taro



Алексей Сутайкин
@sutaikin_plastic_almaty



Brillo_Collection
@brillo_collection



Турсенгали Алагузов
@tursenalaguzov

ПРИ УЧАСТИИ КАЗАХСТАНСКИХ И РОССИЙСКИХ АРТИСТОВ

09.08 / 20:00

LOVE FEST

ALMATY ARENA

ХЕДЛАЙНЕР



JAZI
ORCHESTRA
& ROZALEE



5STA
FAMILY



GOLDEN
MEDIA
GROUP

Teens &
people
magazine