

6 (90) ИЮНЬ 2024

16+

# FOR PEOPLE

FOR PEOPLE ГЛЯНЦЕВОЕ ИЗДАНИЕ О ЛЮДЯХ

АНАСТАСИЯ  
СЕМЕНОВА



# A-brows studio

*Анастасия Семенова, несомненно, является выдающейся фигурой в beauty-индустрии Казахстана. Ее студия перманентного макияжа, A-brows studio, признана номером один в стране и пользуется особой популярностью среди жителей Шымкента. Но как начался этот успешный путь? Каким образом страсть к макияжу переросла в создание процветающего бизнеса? Мы решили узнать все подробности.*

**А**настасия, как давно вы в beauty сфере? Почему именно перманентный макияж?

– В beauty сфере я с 17 лет, а всё началось в далеком 2009 году, когда меня подруга попросила сделать макияж на выпускной вечер. С помощью косметички своей мамы я сделала ей «лучший макияж в ее жизни» (улыбается). Несмотря на то, что прошло много лет, мы иногда смеемся и вспоминаем этот день. Я тогда испытала удовольствие от процесса и поняла, что никакая другая работа мне не подходит. Прошла курсы макияжа и углубилась в beauty сферу профессионально. В то время у меня появилось большое количество клиентов, желающих сделать перманентный макияж бровей, губ, глаз, я решила изучить и это направление и перешла на новый, более ответственный этап в работе.

**– Не секрет, что ваша студия пользуется особой популярностью в Шымкенте. Чем A-brows studio так привлекает клиентов?**

– В студии особая атмосфера – это место, где представительницы прекрасного пола могут расслабиться, забыть о своих заботах, сделать качественную процедуру и облегчить себе жизнь.

**– Какие факторы в сфере beauty услуг вы считаете наиболее важными?**

– На мой взгляд, помимо высокого качества услуг, чистоты и сервиса, не менее важна и дружелюбная атмосфера.



Все женщины без исключения крайне тяготеют к заботе и вниманию. И этого у нас предостаточно. Различные процедуры часто вызывают у женщин восторг и ассоциируются с массой положительных эмоций, а настроение после посещения салона значительно улучшается. Это многократно доказано на практике. Выходя из A-brows studio, каждая наша клиентка представляет себе новую жизнь и начинает вновь верить в чудеса.

**– Согласны ли вы с мнением, что салон красоты – это своего рода психолог для современных женщин?**

– Полностью согласна. Ведь посещение мастерской красоты – это реальная возможность выговориться и приятно провести время в кругу тех, кто разделяет ваши интересы. Каждому из нас действительно проще рассказывать о своих проблемах малознакомому человеку. Почему бы иногда

не позволить себе такую роскошь? Так приятно быть удовлетворенной своей внешностью и психологически расслабленной. Именно это состояние и дает посещение салона с качественными услугами и профессиональными мастерами.

**– Кто и какие услуги предоставляет в A-brows studio сегодня?**

– В моей команде помимо меня пятеро мастеров и один администратор. Мы предоставляем услуги не только перманентного макияжа для украшения лица, а также делаем медицинский татуаж, работаем с рубцами, шрамами после операций, витилиго и единственные в городе предоставляем процедуру трихопигментации.

**– От чего, по вашему мнению, зависит качество перманентного макияжа? На что следует обратить внимание, придя на процедуру впервые?**

– Придя на процедуру, стоит обратить внимание на чистоту, поговорить с мастером. Самое главное, чтобы видение красоты и эстетики у мастера и клиента совпадало.

**– Какие тенденции и инновации в области перманентного макияжа вы видите в ближайшие годы? Как ваша студия адаптируется к ним?**

– Вижу четкую тенденцию в сфере пересадки волос в область бровей с головы, но пока эта процедура не достигла совершенства. Быть может, лет через пять эту процедуру будут делать в условиях салона красоты, и тогда мы тоже перейдем на новый уровень.

**– Насколько сложно было не просто основать собственную студию перманентного макияжа, но и заслужить признание как студия №1 в Казахстане?**

– На самом деле основные сложности появляются в процессе, но, преодолевая их, начинаешь собой гордиться, и это дает энергию не стоять на месте и продолжать развиваться.

инстаграм:  
@a\_brows\_studio  
@a\_brows\_almaty  
@a\_brows\_medical



# ТАНЦУЯ С НЕЙРОНАМИ

*В мире танца, где грация и мастерство соединяются в едином порыве, успех требует не только таланта, но и постоянного самосовершенствования. В этой статье мы предлагаем погрузиться не только в мир танца, но и нейрографики – инновационного метода, который использует силу искусства для управления психоэмоциональными состояниями.*

*Екатерина Карташова – хореограф, чемпионка по спортивным балльным танцам, педагог и член жюри международного уровня, основатель и руководитель танцевальной студии Milagress.*

**Е**катерина, поведайте нам свою историю: как давно вы в танцах, и с чего всё начиналось?

– Однажды родители отвели трехлетнюю Катю на первое занятие танцами. Чем в дальнейшем я всегда занималась с удовольствием. Мир танца меня завораживал и вдохновлял. Хотелось всему научиться, всё поскорее узнать и попробовать. В десять лет уже было понятно, что хореография – это то, чем хочется заниматься всю жизнь. Так танцы выбрали меня (улыбается).

Работать с малышами я начала еще в 14 лет. Не пропуская ни единой тренировки за много лет, я выросла в мастера спорта по спортивным балльным танцам, дипломированного педагога-хореографа, а затем и крутого руководителя.

**– Какую философию и методы преподавания вы используете в своей студии? Чем они отличаются от других танцевальных школ?**

– «Прекрасное постигается путем изучения и больших усилий». Так сказал мудрый Демокрит – один из величайших философов античности. Чем больше усилий прилагаем, тем больше шансов добиться результата.

Я приучаю детей трудиться и получать от этого удовольствие, ценить свой труд и труд тех, кто рядом. Верить в свои силы и в свою индивидуальность.

Изо дня в день, каждую неделю, каждый месяц. Так растут настоящие



артисты. В залах нашей студии ежедневно кипит работа. Цели прописаны, маршрут утвержден, коллектив замотивирован (улыбается). Никто и не думает останавливаться, потому что цели заманчивые, путь увлекательный, процесс дает ощутимые результаты. А наши дети умеют трудиться и получают от этого удовольствие.

**– Каким видам танцев можно обучиться в студии Milagress?**

– В студии Milagress активно работает ансамбль. Им исполняются эстрадные и народные танцы, стилизованные и современные, восточные. Несколько групп досугового класса, и еще женский фитнес и много других интересных направлений.

**– Правда ли, что, кроме танцев и фитнеса, в студии проходят мастер-классы по нейрографике? Кто их проводит?**

– Всё верно. Я нейрограф. И с помощью рисунка учу желающих работать с подсознанием и профессионально исполнять желания.

**– Как вы пришли в нейрографику?**

– В мою жизнь и профессиональную судьбу нейрографика вошла быстро

и решительно. Слыша зов, я быстро принимаю решения и двигаюсь ему навстречу. Одним прекрасным августовским днем 2021 года я три раза услышала фразу: «Ты всё еще не знаешь, что такое нейрографика, тебе понравится и пригодится в работе». Случайности не случайны, подумала я, и уже на следующий день оказалась на курсе «Пользователь нейрографики».

Это была любовь с первого взгляда! Любовь многомерная, поскольку я пере-



жила великолепный опыт погружения и проживания своей темы через алгоритм снятия ограничений; почувствовала потенциал медитативных состояний и легкость вхождения в них через нейрографику. А еще оценила ее профессиональный потенциал.

**– Кто в студии занимается нейрографикой: родители или дети?**

– И дети, и взрослые с большим удовольствием посещают мои мастер-классы. Я создаю тематические занятия, где мы работаем с задачами, глубоко разбирая их психологическую составляющую, одновременно интегрируя полученные знания через нейрографику на все уровни: укореняя новые привычки в теле, эмоциях, системе мышления, энергетической структуре человека. И это дает возможность не только ускорить достижение результата, но при этом сделать его устойчивым.

**– Достигать высот и завоевывать первые места в танцевальной сфере удается с помощью нейрографики?**

– Нейрографика – один из составляющих инструментов для моей работы с моими артистами и их родителями. Я горжусь, что у меня получилось создать свою студию танца. Ведь танец – это не только праздник, но и серьезный труд, которым мы ежедневно занимаемся. А в любом труде, как и в жизни в целом, никуда без дисциплины, элементарной вежливости и правил порядка. Я хочу, чтобы дети, танцующие в моей студии, были всегда в движении и имели большие перспективы в жизни. Я не видела их первые шаги, но помогаю сделать все последующие, вплоть до момента, когда они вырвутся из своих домов по университетам и другим городам. И я люблю всех своих детей! А настоящая любовь творит чудеса!

Наши танцоры участвуют в международных конкурсах и выигрывают, выступают на городских площадках и, самое главное, с радостью приходят на занятия из года в год, чтобы становиться здоровыми, бодрыми, гибкими умом и телом, уверенными в себе людьми.

инстаграм:  
@ekaterinamilagress  
@milagress\_ts  
@neiroplanetaro.krg

# Должен ли ученик быть лучше своего мастера?

*В мире мастеров красоты и искусства, где каждый стремится завоевать признание и привлечь клиентов, конкуренция становится неотъемлемой частью повседневной жизни. Новичкам в этой сфере часто кажется, что конкурировать с опытными профессионалами почти невозможно. Однако есть эксперты, которые считают иначе.*

*Диана Епринцева – мастер-тренер по наращиванию ресниц.*

**Н**асколько сложно конкурировать новоиспеченным мастерам с профессионалами?

– Знаете, от одного спикера я услышала такую фразу: «Не большая рыба ест маленькую, а быстрая – медленную». Конкуренция, несомненно, есть, но я привыкла называть конкурентов партнерами. Так вот, успех зависит от того, насколько ты быстрый на действия, есть мастера, которые работают по 5–10 лет, но их доход уперся в потолок. Это потому, что они не развиваются и привыкли просто работать за кушеткой. А, бывает, приходит новичок и понимает, что не хочет всю жизнь сидеть «в позе креветки», он предпринимает всевозможные действия, развивает свои социальные сети, берет моделей для отработки, проходит повышение квалификации, работает над качеством в удовольствие, а не только ради денег. Именно новичок может вырваться вперед, и его имя будет узнаваемым гораздо больше, нежели мастера с большим стажем. Только труд, упорство и желание совершенствоваться помогают мастерам выбиться из толпы.

*– С чего начинался ваш профессиональный путь? Сколько потребовалось времени, чтобы заявить о себе как о профессионале?*

– Мой путь начался в 2017 году, проработав три года, я ушла в декрет длительностью пять лет. И только 27 ноября 2023 года начала всё с нуля. Создала и красиво оформила аккаунт, брала много моделей для отработки и создания контента, запускала акции, розыгрыши, рекламу. За короткий срок набрала 880 подписчиков – это «теплая» аудитория. Именно оттуда все мои клиенты, которые заблили запись на 1–2 недели вперед. А прошло всего 6 месяцев,

хотя многие сидят годами, чтобы заполнить график на неделю вперед. И почему? Потому что я не сижу на месте, прохожу повышение квалификации, я участник международного офлайн чемпионата, прошла тренерский курс, благодаря которому имею право преподавания, впереди еще повышение и чемпионаты. Всё это я транслирую в своем блоге и смело могу заявить, что я профессионал своего дела.

*– Существует ли в вашей профессии потолок? Или мастеру необходимо непрерывно развиваться?*

– Конечно, потолок есть, но только для тех, кто не развивается, не внедряет новинки в свою работу. Мы можем работать с утра до ночи, но доход не станет больше. На самом деле потолка не существует. Ведь лэшмейкер – это не про услугу, а про развитие и бизнес. Можно начать преподавать, создавать онлайн курсы, созвоны наставничества, но, конечно, нужно развиваться постоянно, ведь наша ниша не стоит на месте. Постоянно появляются новые эффекты, техники, технологии, которые нужно подхватить первыми.

*– Какие тенденции и инновации в области наращивания ресниц вы наблюдаете последние годы?*

– Когда я уходила в декрет, были только стандартные эффекты наращивания: натуральный, кукольный, белочий и лисий. Сейчас уже более 20 эффектов, которые мастер должен уметь делать, а также уметь подбирать этот эффект благодаря моделированию. Но и это еще не всё. Сейчас есть всевозможные девайсы, которые помогают в формировании пучка. А ЛЭД наращивание – это вообще новая ступень в лэш-индустрии, благодаря ему носка намного дольше, аллергии меньше, процедура идет быстрее.

*– Какие методы продвижения вы считаете наиболее эффективными для привлечения новых клиентов и удержания существующих?*

– Конечно же, это качественное ведение своих социальных сетей, коллаборация с другими людьми, взаимопиар, рилсы, запуск рекламы. А чтобы удержать свою аудиторию, не стоит заполнять всю страницу только своими работами. Сейчас человек идет на человека, а потому расскажите о

себе, показывайте свой рост в блоге, показывайте свои результаты, и люди притянутся к вам сами.

*– Имея богатый опыт в обучении молодых специалистов, возможно ли уже на этапе обучения сказать, кто из ваших студентов точно добьется высоких результатов?*

– Важно учитывать, что успех в значительной мере зависит от комбинации личных качеств, навыков и внешних обстоятельств. Студенты, которые проявляют живой интерес к профессии, часто задают вопросы, хотят узнать больше и стремятся совершенствовать свои навыки. Они активно ищут возможности для дополнительного обучения и практики, демонстрируют высокую степень самомотивации. Упорно работают над своими ошибками. Те, кто уделяют много времени практике, в особенности деталям, стремятся использовать каждую возможность для улучшения своих навыков и стараются сделать работу идеально, часто достигают высокого уровня мастерства. Немаловажные качества для мастера – это коммуникабельность и умение работать с людьми, креативность и инициативность. Предсказать успех студента на этапе обучения можно лишь частично, наблюдение за тем, как развивает свои навыки студент, может дать определенное представление о том, имеет ли он высокий потенциал.

*– Какие советы вы можете дать начинающим мастерам по наращиванию ресниц для успешного старта и дальнейшего развития в этой нише?*

– Работать на качество. Качество говорит о том, какой вы успешный мастер. А чтобы стать ТОПовым мастером, необходимо проходить дополнительные курсы, повышение квалификации, осваивать трендовые эффекты, пробовать осваивать новые технологии. Развивать свои соцсети, но не из позиции «надо», а при желании развиваться и на лайте. Не опускать руки, если приходят плохие отзывы, это повод как раз таки для проработки ошибок и самосовершенствования. Если вас не поддерживают родные и близкие, но вам нравится то, чем вы занимаетесь, не слушайте их и докажите себе, что вы мастер своего дела.

инстаграм:  
[@only\\_lash\\_art](https://www.instagram.com/only_lash_art)



# КРИЗИСНЫЙ ПСИХОЛОГ

## Когда он необходим?

Профессия кризисного психолога требует не только глубоких знаний и навыков, но и огромной эмоциональной стойкости. В этом интервью мы беседуем с Асыл Ахметовой – опытным кризисным психологом. Она рассказывает о том, что побудило ее стать психологом, и приводит интересные примеры из своей практики, показывая, как ее работа помогает людям преодолевать самые трудные моменты в жизни.

Асыл Ахметова – кризисный психолог.

**Асыл, что вдохновило вас погрузиться в кризисную психологию?**

– Мне с детства были интересны люди, и наблюдение за ними стало моим необычным хобби – такой своеобразной подсказкой для меня в выборе профессии. Своим первым образованием я выбрала юриспруденцию, тогда я только укреплялась в своем интересе к личности человека, к тому, как она устроена. Вдобавок к этому жизненные обстоятельства подталкивали меня к изучению психологии. Я поступила в Московский институт психоанализа, и это стало поворотным пунктом в моей жизни. Когда открыла частную практику, увидела, что 80% обращений происходят по кризисным запросам. Это определило выбор моей дальнейшей специализации.

**– Какие основные отличия в подходах к работе с клиентами в кризисных ситуациях по сравнению с обычной психологической практикой?**

– Кризис – это сложные ситуации в жизни человека, для разрешения которых требуются особые навыки. Ведь кризис – это всегда очень больно и страшно. Человек в нем всегда дезориентирован, и ему очень сложно справиться самостоятельно.

Я всегда смотрю на состояние клиента, чаще сначала мы работаем над ресурсированием. Следующий этап включает признание факта случившегося, в этот период клиент пытается осознать все свои чувства и эмоции. Затем он утрачивает картинку того, что было раньше,



своего рода горевание, так как, чтобы создалось что-то новое, необходимо утратить старое. В итоге наступает последний этап – самый приятный: по поиску и нахождению новых смыслов. Алгоритм работы с кризисами похож, но

скорость работы бывает разной. Много зависит от индивидуальных особенностей человека. Отличие работы с кризисами в том, что она неспешная, проводится бережно, так как возникает необходимость сверяться с чувствами

клиента на каждом этапе. Моя задача заключается в том, чтобы показать клиенту, что кризис, если его правильно прожить, – это практически всегда про развитие.

**– Какие типичные кризисные ситуации вы чаще всего разбираете в своей практике?**

– Это разводы, возрастные кризисы, потеря близких или работы, болезни, послеродовая депрессия, банкротство, смена места жительства. По сути, это любой «обрыв» в жизни человека, который делит его жизнь на «до» и «после».

**– Как вы помогаете своим клиентам справиться с острыми**

**стрессовыми состояниями и паническими атаками?**

– Я использую регуляцию эмоций, техники релаксации, дыхательные практики. В английском языке есть выражение name it to tame it, что означает «назови, чтобы побороть». Название эмоции на 50% снижает ее влияние. Сначала важно понять чувство, затем то, какие события его запускают, что является триггером или стресс-фактором. Такая внутренняя работа всегда дает хорошую динамику.

**– Какие техники и методы вы считаете наиболее эффективными в работе с людьми, переживающими кризис?**

– С кризисами хорошо работают – техника EMDR – работа с памятью и обработкой информации мозгом, – любые проективные методики (арт-терапия, метафорические ассоциативные карты), – техника психологического дебрифинга, – легализация и контейнирование всех возникающих в теле чувств.

**– Как вы сами справляетесь с эмоциональным и профессиональным выгоранием, работая с разными тяжелыми случаями?**

– Быть психологом – значит затрачивать свой человеческий ресурс, что, конечно, увеличивает риск профессионального выгорания.

Для себя я определила три ключевых условия, которые стараюсь соблюдать:

– умение правильно восстанавливать энергию: не перерабатывать, а качественно отдыхать.

– умение абстрагироваться и не выносить решение рабочих вопросов за пределы кабинета,

– проходить регулярные супервизии – сессии со старшим и более опытным коллегой, в ходе которых мы обсуждаем, какие чувства в работе с клиентами возникают у меня.

**– Можете ли вы поделиться примером успешного случая из вашей практики, когда ваш клиент смог преодолеть серьезный кризис?**

– Конечно. Расскажу об одном случае, который произвел на меня особое впечатление. Ко мне пришла женщина, жившая с паническими атаками и нарушением сна более 10 лет. В ходе терапии выяснилось, что это последствия посттравматического стрессового расстройства. В результате терапии панические атаки сошли на нет, сон восстановился, и женщина смогла изменить качество своей жизни. Особенным было то, что в итоге терапии она очень сожалела, что не обратилась раньше. Часто люди недооценивают важность своего ментального здоровья и не всегда вовремя обращаются за адекватной помощью, но меня радует, что психотерапия стала пользоваться большей популярностью в нашей стране.

инстаграм:  
@akhmetova.psy  
+7-706-666-71-43  
+7-707-888-81-98



# ЗОЛОТАЯ БУСИНКА – это мое детище. Екатерина Хачатурян

*Сегодня женщины всё чаще доказывают, что нет преград для новых начинаний и успеха в бизнесе. История нашей героини вдохновляет и мотивирует: она не побоялась оставить зону комфорта и заняться тем, что действительно приносит ей удовлетворение и радость. От нас мы узнали, какие вызовы преодолела она на своем пути и как ее пример подтверждает, что никогда не поздно развиваться и находить себя в новых направлениях.*

*Екатерина Хачатурян – основательница магазина товаров для рукоделия «Золотая Бусинка».*

**Е**катерина, с вами и вашей деятельностью наши читатели уже были знакомы ранее. И сегодня нам хотелось бы поговорить о развитии женского бизнеса в Казахстане. Как вы считаете, легко ли женщинам развиваться в сфере предпринимательства в нашей стране?

– Я считаю, что абсолютно нет никакой разницы по половой принадлежности, если говорить о бизнесе в целом.

Каждый занимает свое место в жизни, но не всем дано быть бизнесменами и предпринимателями. Есть много крутых женщин-руководителей. И даже если в подчинении у женщины мужчина, считаю это абсолютно нормальным. На своем жизненном пути я не ощущала трудностей именно из-за того, что я леди (*улыбается*). Наоборот, мне хотелось становиться сильнее, не сдаваться, не поддаваться своим женским слабостям, а идти вперед, ничего не боясь. Больше даже по соревновательному принципу: смог мужчина, я тоже смогу, и даже лучше.

– *Какие у вас были страхи на старте бизнеса? Остались ли из них какие-то и сейчас?*

– Если честно, был страх, что клиенты (покупатели) закончатся (*улыбается*). Но это было только в начале деятельности.



Сейчас я понимаю, каковы запросы потребителей, и стараюсь подстраиваться под желания своих клиентов: привозить нужные товары, анализировать то, что интересно людям, постоянно следить за новинками, чтобы не только работать с постоянными клиентами, но и привлекать новых.

В данный момент имеет место страх роста и расширения, но, чтобы добиться большего, нужно идти туда, где страшно. По другому никак (*улыбается*).

– *Какие маркетинговые инструменты и каналы продвижения оказались наиболее эффективными для вашего магазина?*

– Я стараюсь использовать всевозможные инструменты для продвижения. Это и радио, и телевидение, несколько раз были даже выпуски газет. Потому что невозможно ориентироваться, например, только на социальные сети. Что будет если их когда-нибудь не станет? Откуда о тебе узнают тогда?

(*Улыбается*). Но соцсети на данный момент – один из самых популярных инструментов.

А вообще, я использую все каналы и никогда не отказываюсь от поступающих мне предложений по рекламе. Использую и таргет, и услуги блогеров по рекламе. Активно веду страницу сама. Участие в различных мероприятиях в качестве спонсора – тоже отличный инструмент продвижения.

– *Какую роль играет развитие онлайн бизнеса в вашей нише? Как вы его внедряете в своем деле?*

– Онлайн бизнес выгоден тем, что твои товары могут купить из любой точки страны и даже мира. И это действительно удобно людям: находясь дома и никуда не выходя, ты можешь принять доставку прямо у своей двери. Внедрять онлайн нужно для расширения бизнеса. Я нахожусь сейчас больше в стадии «внедрения»: изучаю условия работы маркетплейсов, делаю регистрацию своего товарного знака.

Хотя я больше за прямые продажи, но спрос на онлайн покупки есть из других городов и стран – значит, будем активно изучать это направление (*улыбается*).

– *К чему вы стремитесь? Или всего, чего уже удалось достичь, достаточно?*

– Нет, что вы, конечно, недостаточно. Я стремлюсь захватить всех рукодельниц города и выйти далеко за его пределы (*улыбается*). В планах стать крупнейшим магазином в городе, а потом и сетью по всей стране. Опять же, тут нужно нырнуть в свои страхи: если боишься и сидишь на месте, роста нет. Ну и в планах еще несколько идей по личной реализации, не связанной с данной сферой.

– *Если бы вы сейчас смогли вернуться на несколько лет назад, выбрали бы этот бизнес-сегмент?*

– Выбрала бы не задумываясь (*улыбается*). Я заряжаюсь тем, что приношу людям счастье в виде удовлетворения их творческих потребностей. Просто меньше времени уделяла бы своим сомнениям. Между «подумал» и «сделал» должен быть небольшой промежуток времени. Все идеи нужно реализовывать сразу, как только они пришли к вам. Не задумываясь! Сказала бы себе: не бойся! Делай! У тебя всё получится!

– *Думали ли вы о том, чтобы проявить себя и в других нишах? Что это было бы за направление?*

– Так получилось, что именно сейчас этим я и занимаюсь. Я всегда хотела быть известной, актрисой, например. Но это было как мечта, что-то далекое и несбыточное. А как только я этого действительно захотела и прочувствовала, то оно само пришло ко мне (*улыбается*). Пришло в виде интервью в журналах, а также опыта на телевидении в качестве ведущей в программе о своей работе.

– *Какой вы видите себя, скажем, лет через десять?*

– Успешной и реализованной во всех своих желаниях, чтобы мои финансовые возможности удовлетворяли полностью мои потребности, чтобы поставить галочки в графе «все планы на 10 лет выполнены» и написать новые (*улыбается*).

Ну и, конечно, чтобы моя семья и близкие были рядом со мной и поддерживали меня во всех моих начинаниях.

инстаграм:  
@zolotaya\_businka\_kostanay



# НАТАЛЬЯ МАЗНИЦЫНА — дизайнер-декоратор

*Шторы — это не просто элемент декора, а важная деталь, способная преобразить любое пространство. В нашем интервью мы беседуем с талантливым дизайнером-декоратором Натальей Мазницыной, которая состоит в ассоциации текстильных декораторов Алматы-Ита и посвятила свою карьеру созданию и оформлению штор. Она рассказала о своем пути в профессии и о значимых проектах из своей практики.*

**Н**аталья, с чего началась ваша карьера в дизайне? Что вдохновило выбрать именно сферу дизайнера-декоратора?

— С детства мне нравилось творчество, я придумывала интересные и необычные фасоны платьев и костюмов. А так как моя мама швея, она воплощала их в жизнь. Уже в старших классах я шила оригинальные шторы для себя, а знакомые просили придумать что-то и для них. По образованию я дизайнер костюма. На последнем курсе обучения меня пригласили попробовать себя дизайнером в салоне штор — тем самым было положено начало моей карьеры в этой сфере.

— Что входит в специализацию дизайнера-декоратора?

— Профессия дизайнера очень интересна, это разнообразные встречи, консультации специалиста, точные замеры, подборка лучших материалов и фурнитуры, визуализация проектов, установка и навеска готовых комплектов.

Профессиональный дизайнер после первой встречи с заказчиком должен уловить все нюансы и почувствовать его настроение. Понять, нужно ли добавить красок и узора или, наоборот, сделать продолжение однотонных оттенков в интерьере комнаты. Затем предложить несколько вариантов на выбор клиенту.

— Какие ключевые изменения в сфере дизайна вы наблюдали за последние 20 лет?

— Когда я только начинала свою карьеру в 2004 году, работать было интереснее. Заказчики просили создать что-нибудь



необычное, что ни у кого не повторялось бы, в моде были различные виды ламбрекенов, объемные багеты, всё чаще встречались разносторонние направления стилей. Сейчас же, наоборот, в основном у большинства людей интерьер выдержан в стилях «минимализм» или «неоклассика». А это однотонные стены, шторы и ковры с наименьшим количеством узоров и фактур. Но мода всегда возвращается, так что ждем! (Улыбается).

— Как вы сохраняете свежесть и оригинальность своих идей после столько лет работы в индустрии?



— Мне помогает моя неисчерпаемая фантазия, а также постоянное развитие. Я часто посещаю текстильные выставки, разнообразные курсы, читаю статьи о моде, окончила дополнительный курс дизайна в Москве.

— В какой момент строительства или ремонта необходимо приглашать представителя вашей профессии?

— Текстильное оформление — один из завершающих этапов в проекте, так как модель штор и фактура материалов подбираются к уже готовому интерьеру. После того как будут выкрашены стены, расставлена мебель, мы можем проконсультировать и приехать на замеры. Также работаем онлайн по фото с другими городами и странами.

— Какой проект или клиентский заказ стал для вас самым запоминающимся? И почему?

— Да, был случай, когда к нам обратился заказчик за два дня до наступления Нового года с просьбой отшить шторы до праздника. И не обычные, а с ламбрекенами, что-нибудь оригинальное, интересное. Работали мы тогда и днем, и ночью. Но 31 декабря навели красоту на двух этажах коттеджа. Заказчик остался доволен, а это для нас самое главное. Прошли годы, дети заказчика выросли, обзавелись семьями, и мы работаем теперь с ними.

Слова благодарности и восхищения нашими работами спустя годы — это ли не самое главное в нашей профессии?

— Часто ли вам, как специалисту, приходится отстаивать свои идеи? Или клиенты всецело доверяются вашему мастерству?

— В основном доверяют, прислушиваются и спрашивают совета профессионала. Но бывает, конечно, что приходится отстаивать свою точку зрения. Как правило, это случается, если интерьер разрабатывается в смешанных стилях. Тогда находим компромисс.

Главное — любить то, чем занимаешься, и стремиться сделать мир немножко лучше.

инстаграм:  
@shtory\_lux  
shtory.almaty@mail.ru

# КАЗАХСКАЯ КУЛЬТУРА В СОВРЕМЕННОМ ИСКУССТВЕ

В мире искусства есть художники, чьи работы становятся мостом между народами и культурами, способные открывать новые горизонты понимания и восхищения. Alina R.J – одна из таких ярких деятелей, которая с помощью своего творчества продвигает культуру Казахстана за рубежом. Ее уникальные произведения, вдохновленные казахскими традициями и историей, находят отклик в сердцах людей по всему миру.

Alina R.J – деятель искусств.

**Алина, расскажите о себе. Чем вы занимаетесь?**

– Я художник. Пишу картины, создаю скульптуры преимущественно из металла, меня увлекает работа в sound art, а также в performance art.

Несмотря на то, что творчество было частью моей жизни с самого детства, профессионально занимаюсь им около года. За это время успела принять участие в 15 выставках в Лондоне, показать свои работы как часть программы Tate Lates в музее современного искусства Tate Modern, а также поучаствовать в Venice Contemporary в Венеции.

Начиная с прошлого года, я занимаюсь серией работ, посвященных централь-



ной Азии и нашей богатой культуре, которая на данный момент включает в себя несколько скульптур из металла с петроглифами Тамгалы, перформанс, вдохновленный тұсау кесу, а также серию саундскейпов, основанных на казахской мифологии.

**– Что вдохновило вас на создание серии работ, основанных на казах-**

**ской культуре, традициях и истории?**

– У нас такая богатая культура и история, о которых мало кто знает за рубежом, поэтому мне хотелось рассказать миру больше о нашей стране на языке, который мне ближе всего, – на языке творчества. К тому же я живу в Великобритании уже много лет и чувствую, как за всё это время я, к сожалению, стала терять связь со своими корнями. Мне хотелось восстановить связь с этой частью моей идентичности через взаимодействие с культурным наследием наших предков и расширить мои собственные горизонты в контексте знаний о нашей истории.

**– Какие новые аспекты казахской культуры и мифологии вы открыли для себя в процессе работы над этой серией?**

– Мне было интересно узнать, что в казахской мифологии в целом мало описывается то, как выглядели различные персонажи и существа, а больше говорится об окружающей атмосфере и эмоциональном фоне. Именно по этой причине я решила для исследования этой темы использовать звук и предста-



вить, как бы звучали эти мифологические сюжеты.

Другой интересный аспект – это роль женских архетипов и покровительниц в нашем фольклоре в сравнении с западным. Зира Наурызбай, культуролог и специалист по мифологии, писала, что, например, покровительницей неба и грозы у нас является женский архетип Көклен Ана, когда в греческой, скандинавской и славянской мифологии это мужской образ.

Изучая тенгрианство, я заметила параллель с восточными философиями, например, с даосизмом, где многие принципы созвучны с тем, как видели мир наши предки. А ведь сейчас часто замечают связь между принципами даосизма и квантовой физикой, это отмечено в книге «Дао физики» Ф. Капра – то есть западная наука подтверждает знания и мудрость, которыми владели восточные народы в древности, и которые, к сожалению, были в какой-то степени утрачены после индустриальной революции и диджитализации нашей жизни. Поэтому я считаю важным беречь и продолжать применять мудрость из прошлого в нашей современной действительности.

**– Какое значение для вас имеет связь между искусством и духовностью? Как она проявляется в ваших произведениях?**

– В этом плане я согласна с Василием Кандинским, что искусство и духовность имеют прямую связь. Как художник

стремится пробудить тонкие чувства в душе его зрителя, так и сам процесс творчества является неким выражением Всевышнего через себя.

Темы, которые я исследую в своем творчестве, чаще всего напрямую связаны с философией и духовностью, а мои работы являются неким приглашением к интроспекции и саморефлексии. Мне хочется дать людям возможность замедлиться и погрузиться внутрь себя, убрать звук внешней реальности и всех ее отвлекающих факторов, чтобы восстановить связь со своей душой и услышать нужные ответы, которые всегда внутри, а не во внешнем мире.

Помимо этого многие мои работы были вдохновлены сюжетами, которые я видела в своих медитациях, и теперь я пытаюсь запечатлеть незримые чувства и передать состояние связи души человека с Высшими силами.

Также я создала свой авторский art healing workshop, где совмещаю свои практические навыки и знания в живописи и арт-терапии с энергетической практикой Рейки, ибо я также являюсь проводником.

Цель этого направления – помочь участникам вернуться в настоящий момент, войти в контакт со своими эмоциями и проработать какие-либо блоки на энергетическом уровне.

**– Какова реакция зрителей на ваши работы? Были ли какие-то особенно запоминающиеся отзывы или истории?**

– Для меня важно, какое состояние я передаю зрителям, и я очень люблю выслушивать их мнения после взаимодействия с моими работами. Так как я часто использую метафоры и символизм, для каждого человека мое творчество раскрывается по-разному и ведет к тем внутренним ответам, которые люди ищут для себя, а для каждого это всегда что-то свое, индивидуальное.

Самая запоминающаяся история была во время моего перформанса на тему объективизации женщин «Divine feminine or an object of desire?», где я в образе два часа сидела как статуя, абсолютно не двигаясь, на улице Лондона. Мужчина подошел, чтобы меня сфотографировать, и воскликнул что-то вроде: «Ого, она выглядит как живая!». Рядом со мной также стоял охранник-актер, имитируя комнату в музее, который ответил ему, что я на самом деле живая. Мужчина был сильно удивлен и не мог поверить, что я не кукла, а живой человек. После этого еще пара человек подумали, что я лишь реалистичная инсталляция. А я сидела и старалась сдерживать улыбку, ибо ситуация вышла очень забавная, но в то же время дала мне понять, что я смогла передать свою основную мысль через этот перформанс!

**– Как вы видите дальнейшее развитие своего творчества в контексте исследования казахской культуры и мифологии?**

– На данный момент планирую второй перформанс из серии, для которого как раз и создавалась скульптура untitled (the sacred fire), вдохновленная петроглифами и тенгрианством. Да и в целом меня очень впечатляет сам факт того, что в Казахстане сохранилось такое огромное культурное наследие в виде петроглифов, поэтому даже были мысли о том, как здорово было бы построить арт-резиденцию где-то недалеко от Тамгалы и дать возможность местным и иностранным художникам заниматься своими творческими проектами рядом с таким сакральным местом! Планирую продолжать работу над саундскейпами, исследуя других персонажей казахской мифологии.

www.alinarj.com  
@close.youreyes.andsee  
www.soundcloud.com/closeyoureyesandsee



# ПЕРВЫЕ ДНИ ЖИЗНИ ЧЕРЕЗ... ОБЪЕКТИВ

Первые дни жизни малыша – это волшебное и неповторимое время, которое родители хотят сохранить в памяти. И здесь на помощь приходит мастерство newborn фотографа. В нашем интервью мы беседуем с талантливым фотографом, специализирующимся на съемке новорожденных, Асель Ботакхановой. Она рассказала о своем пути в профессию, поделилась опытом создания трогательных снимков, а также открыла секреты закулисья этой уникальной работы.

**Асель, что подтолкнуло вас взять камеру в руки? И почему именно newborn фотосъемка?**

– Камеру в руки я взяла, еще будучи главным редактором журнала Mu Politech. До того как вышла в декрет, я иногда подменяла фотографов на выездных мероприятиях либо на интервью. И мне очень понравилось работать с фотоаппаратом. Когда я вышла в декрет с третьим ребенком, решила купить фотоаппарат для съемки своих детей. Ближе к родам мечтала сфотографировать своего ребенка в newborn стиле. Перелопатила много информации, пересмотрела видео, и мне понравились фотографии от Anamaria Brandt. Я хотела сделать такие же со своим малышом. Мне казалось, что ничего сложного в этом нет. Но в итоге, когда решила сделать фотосессию, у меня ничего не получилось. Ребенок не спал, капризничал, я не могла его уложить. И это стало толчком для того, чтобы разобраться в этом вопросе. Я пошла на обучение к newborn фотографу из Санкт-Петербурга Алене Гороховской. Она стала моим первым наставником. После этого мастер-класса я уже занялась newborn съемкой профессионально.

**– Какой стиль съемки вы предпочитаете? Есть ли у вас специализация?**

– В основном я снимаю классический newborn. Это позирование малыша с реквизитом или без. А также я являюсь, наверное, первооткрывателем в Казахстане этнического направления в



newborn фотографии. Мне очень нравится этот стиль, и моим клиентам тоже. (Улыбается).

**– Этностиль в newborn съемке – это новый тренд? Много ли фотографов специализируются на этом направлении?**

– Этностиль, я считаю, несомненно, тренд в newborn фотографии. И он достаточно популярен сейчас. Думаю, что это такой период, когда каждый человек хочет подчеркнуть свою идентичность, показать, откуда он, свою принадлежность к какому-то народу, показать свои традиции, старается передавать это из поколения в поколение. И то, что такой стиль вошел в newborn фотографию, рано или поздно произошло бы. Я просто рада, что сделала это первой. Сейчас у меня есть последователи. Так как этнический стиль стал достаточно популярным среди моих клиентов, newborn-фотографы с опытом начали перенимать его приемы. Но в основном это не так основательно, как у меня: неполная локация, не так много этнического реквизита. Сегодня и мои ученики используют этот стиль в своих съемках.

**– Для фотосессии в этностиле вы используете натуральные меха и ткани?**

– Да, я использую только натуральные ткани, натуральные меха и стараюсь все-таки не отходить от нашей истории. Наши предки – это кочевники, охотники. И те вещи, которые были в быту у них, я стараюсь поместить в декорации для фотографии. Это шкуры животных,

натуральный войлок, кошма, различные сырмаки. Недавно я была в Астане, нашла частный музей, где закупала реквизит для декораций. Это декор с серьезной историей. Многие меня не понимают. Но я всегда объясняю хейтерам (которые мне пишут в соцсетях о том, «как можно новорожденного положить с мертвым животным, это ужасно»), что это наша история, наше прошлое. И использование этих мехов, я думаю, вполне допустимо в этническом стиле.

**– Насколько сложно работать с новорожденными детьми? Нужно ли для этого иметь специальные знания и навыки?**

– Для того чтобы работать с новорожденным малышом, несомненно, фотограф должен обладать знаниями не только фотографии. Важно не навредить новорожденному при позировании, и фотограф должен знать физиологию малыша. В работе с новорожденными много нюансов, и, чтобы их все изучить, я прошла различные курсы обучения у зарубежных newborn фотографов и у неонатолога – специалиста, который занимается именно физиологией новорожденных малышей.

**– В каком возрасте рекомендуется проводить фотосессию? Как подготовиться к съемке родителям?**

– Съемку новорожденного я рекомендую всегда проводить в первые две недели – это лучший возраст для проведения такой фотосессии. Особой подготовки родителей к фотосессии не требуется.

**– С какими предубеждениями касательно newborn съемки вы сталкивались в своей практике?**

– Первое состоит в том, что малышу больно. А после съемки все убеждаются, что с ребенком всё в порядке. Я стараюсь свести к минимуму все беспокойства малыша и не доводить его до плача. Если малыш засыпает, то стараюсь не разбудить его в процессе съемки. Могу переодеть раз пять, не разбудив. (Улыбается).

Второе предубеждение в том, что фотограф может сглазить малыша. Но я сразу объясняю, что до меня в роддоме малыша уже видело много народу. Начиная от акушерки, которая принимала роды, и заканчивая санитарями, которые убирают помещение. И от одного фотографа, я думаю, картина сильно не изменится. Специально сглазить никого не планирую и уверена, что это суеверие.

И третье – это то, что съемка пройдет быстро. Некоторые ребята приезжают, говорят: ну что там его снимать? И я в такие моменты свои слова вспоминаю, когда я только собиралась сфотографировать свою дочку (улыбается). На самом деле это долгий, трудоемкий процесс. Малыша нужно переодеть, успокоить, усыпить, уложить в нужную позу – так, чтобы он крепко уснул. В newborn неспящих малышей мы не снимаем, так как это небезопасно, потому что у малыша срабатывают различные рефлексы, и он может себя поранить, если не спит. Поэтому съемка не может проходить за 10–15 минут.

**– В чем секрет красивых детских фото? Как сделать так, чтобы малыш не плакал или даже стал позировать?**

– Если это ребенок старше трех месяцев, то важно вызвать хорошее настроение у малыша. Он сможет позировать, с ним можно поболтать, расположить к себе. Так я работаю с малышами от трех месяцев до года. А вот секрет красивых фото с новорожденным малышом полностью зависит от фотографа. От того, в какую позу он уложит малыша. В позировках должна быть чистота. Красивая позировка – это уже 80% успеха фотографии.

инстаграм:  
@assel.botakhanova  
www.botakhanova.com

# К ГАРМОНИИ ЧЕРЕЗ ЦИФРЫ



**Ж**анна, как вы начали свой путь в нумерологии? Что привлекло вас в этой области?

– Я по специальности полиграфолог – в простонародье специалист по работе детектора лжи (улыбается). Для раскрытия личности человека мне не хватало инструмента, и именно нумерология мне в этом помогла!

– Как нумерология помогает людям лучше понять себя и свои жизненные пути?

– Нумерология дает полную характеристику человека: каковы его таланты и цели. А также может способствовать развитию личности в плане карьеры и бизнеса. Анализ чисел может указать на те сферы, в которых человек может проявить свои таланты, определить подходящую профессию или пути развития бизнеса.

– Какие основные принципы и методы вы используете в своей практике нумеролога?

– Я работаю по ведическо-индийской нумерологии и пифагорейской. Обучение проходила в Индии, туда, собственно, и еду на повышение квалификации.

– Можете ли вы рассказать о случае, когда нумерология помогла людям принять важные решения или преодолеть жизненные трудности?

– У нас есть расчет прогнозирования будущего. Это не гадание – всё, что человеку предрешено судьбой, в любом случае проиграется. Нумеролог

В мире, где каждый стремится к самопознанию и гармонии, нумерология становится мощным инструментом для понимания себя и своего жизненного пути. В нашем интервью мы беседуем с Жанной Кенжебаевой, талантливым нумерологом, которая нашла свое призвание в изучении чисел. Ее уникальный путь начался с работы полиграфологом, но стремление к более глубокому пониманию человеческой природы привело ее в нумерологию.

предостерегает и дает возможность с наименьшими потерями выйти из определенной ситуации. Например, около пяти лет назад у меня была на консультации женщина, и в расчете прогноза было показано, что у нее есть высокий риск травматизма и возможно хирургическое вмешательство. Естественно, это сложный момент, я порекомендовала ей вначале пройти полное обследование, а там дальше будет видно. Стоит отметить, что человек прекрасно себя чувствовал. Она сдала анализы и

прошла многих специалистов, в итоге у нее обнаружили рак груди на ранней стадии. И всё обошлось для нее самым легким образом!

То есть сама ситуация с травматизмом никуда не делась, но то ли дело, когда это запущенная форма!

Я часто говорю, нумерологический прогноз – это как прогноз погоды. Синоптики сказали – завтра будет дождь. И человек начинает себя защищать, но дождь ведь никто не отменял!



– Можно ли обучиться тем знаниям, которыми вы обладаете?

– Да, конечно! Я буду рада передать свои знания. Однако перед тем как принять ученика, я должна его просчитать, определив, есть ли склонность к изучению данной науки. Если да, то всегда добро пожаловать!

– Расскажите подробнее о своем проекте «Талисманы». Что он из себя представляет?

– Это моя гордость! Шла я к этому проекту около четырех лет, и, запустив его, безумно благодарна обратной связи от своих заказчиков! Но давайте по порядку (улыбается). Часто на консультациях я слышала просьбы: поставьте защиту, Жанна, помогите встретить любимого человека, кто-то говорил, что денег не хватает... Именно люди меня подвели к тому, чтобы я начала думать о том, как им помочь. Я высчитала формулу, благодаря которой персонально высчитываю каждому индивидуальный код. Именно он помогает людям по всем трем фронтам. А совсем скоро будем запускать четвертый талисман.

– Как работают ваши талисманы? И что необходимо для получения результата?

– Перед запуском проекта «Талисманы» в моей команде работало около восьми человек. И каждый из них тестировал на себе талисман, сами браслеты и их виды менялись минимум три раза, у кого-то пошла аллергия, кто-то ходил с браслетом в SPA, и он со временем чернел. И затем мы довели наши талисманы до совершенства! Они не чернеют, не вызывают аллергических реакций, так как изготовлены из ювелирной стали. И сейчас мы получаем ежедневные благодарные отзывы клиентов.

– Какие советы вы можете дать людям, которые хотят разобраться в себе и применять нумерологию в своей жизни?

– Важно понимать, что нумерология – это не гадание. Ни один нумеролог не ответит на вопрос, будете ли вы по жизни с тем или иным человеком, сколько детей вы родите и так далее. Нумеролог лишь покажет, как улучшить текущее положение. Может определить, будет ли успешной сделка, в какую дату запустить тот или иной проект. И всё это благодаря только вашим цифрам. Человек рождается в определенную дату, номера наших квартир и машин всегда влияли и будут влиять на нашу жизнь, и только мудрый человек сделает нужный выбор и возьмется применить экологичные инструменты для гармонизации своей жизни.

инстаграм:

@numerolog\_67356

@talismany\_67356

+7-775-244-55-66

# ЮЛИЯ ТЕН:

## «НАС ИСЦЕЛЯЕТ ЛЮБОВЬ»

Юлия Тен – яркий представитель творческой индустрии Казахстана, автор песен, сценарист, поэтесса, финалистка конкурса «Мисс Казахстан 2024».

Именно Юлия написала слова последней вытущенной композиции всеми любимого Батырхана Шукенова «Нас исцеляет любовь».

А недавно она и ее семья основали собственный бренд одежды. В интервью Юлия делится своими источниками вдохновения, рассказывает о значимых проектах и планах на будущее.

Фотограф Карина Захаркова  
инстаграм @photolol.x



**Ю**лия, расскажите о себе. Как давно вы занимаетесь творчеством?

– Я окончила Академию искусств имени Т. Жургенова по специальности «Режиссер-сценарист». С детства писала стихи, сочиняла песни. С годами хобби превратилось в профессию. Сейчас работаю с известными артистами и переделываю песни на мероприятия для обычных людей. Также не так давно мы с семьей основали свой бренд одежды @ayubay.almaty с изображением мишек в национальной казахской одежде.

– Что вдохновляет вас при создании текстов песен и сценариев? Какие источники вдохновения наиболее значимы для вас?

– Всю жизнь меня вдохновляет музыка. Когда я слышу мелодию, я сразу понимаю, о чем будет текст, какая история заложена внутри. Также меня вдохновляют слова благодарности от моих заказчиков, которых за годы моей работы уже не сосчитать.

– В каком жанре вы работаете?

– Я выросла на классической литературе, и поэтому мне кажется, что я в этом плане консервативна, люблю структуру, четкую рифму, красивые метафоры, художественность и красивый правильный смысл.

– Как вы подходите к процессу написания сценариев и текстов песен? Есть ли у вас особые ритуалы или методики?

– Я люблю работать с бумагой, поэтому для работы мне нужна новенькая красивая тетрадь. Или блокнот. Ритуалов особых нет, часто приходится работать в сжатые сроки, поэтому пишу в самолете, в машине, иногда даже во время мытья посуды. Я не тот поэт, которому нужны особые ус-



ловия, я в этом плане «боевая машина». (Улыбается).

– Какой проект вашего творчества является для вас самым значимым? И почему?

– Работа с Батырханом Шукеновым и Валерием Меладзе. В 2014 году я написала текст песни для Батырхана Шукенова на музыку Алима Заирова. К сожалению, трек «Нас исцеляет любовь» стал последним записанным произведением при жизни Батыра. В 2022 году Валерий Меладзе услышал эту композицию, она ему понравилась, и он решил исполнить ее на своих концертах в туре по Казахстану.

– Насколько сложно находить баланс между личным творческим видением и ожиданиями аудитории или заказчика?

– С этим проблем не возникало. Я хорошо чувствую людей и понимаю, как сделать так, чтобы задеть нужные струны их души. Люди мне доверяют, и я это очень ценю.

– Вы стали финалисткой конкурса «Мисс Казахстан 2024». Как вам удалось принять участие в столь масштабном мероприятии?

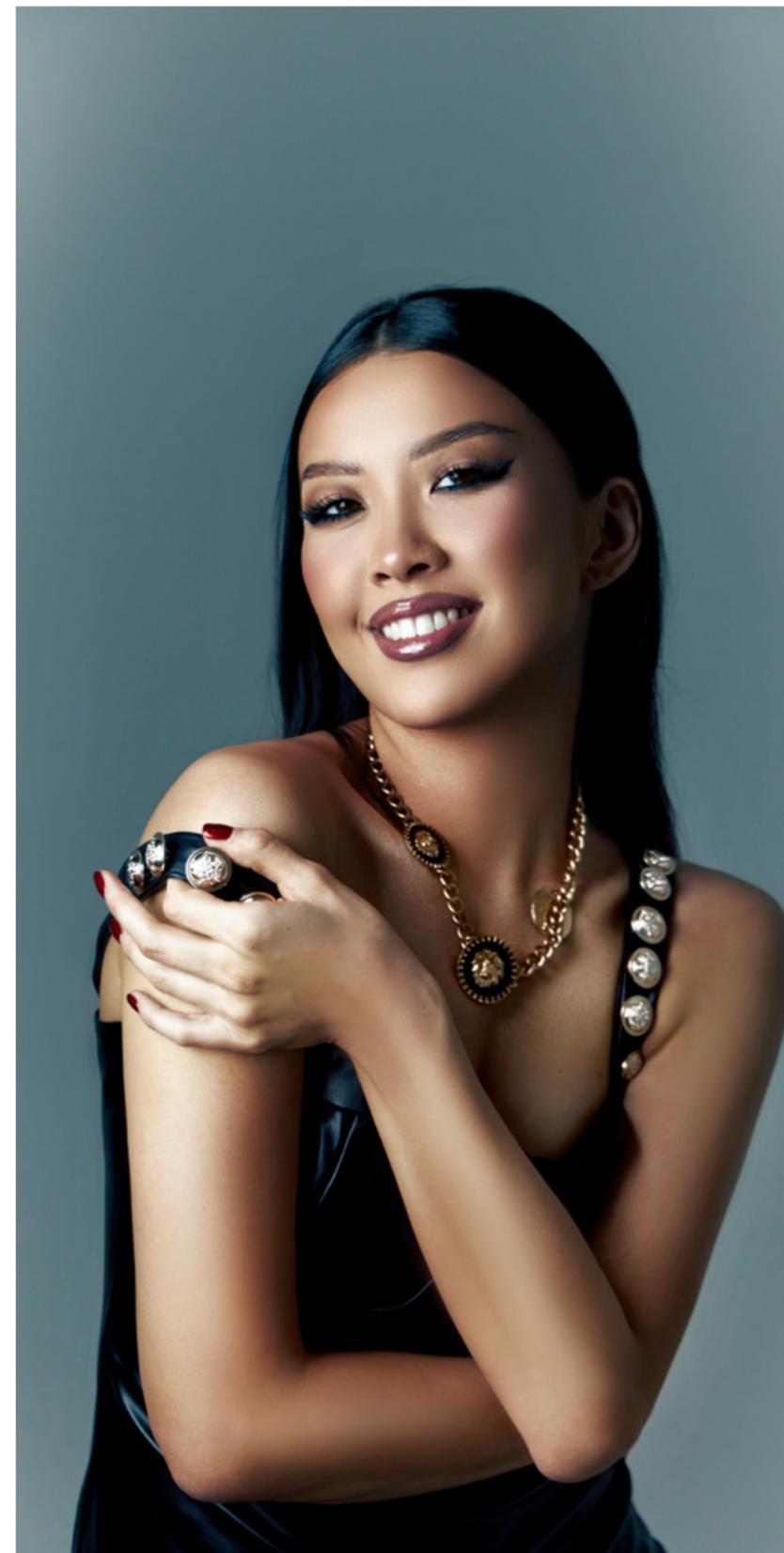
– В начале 2024 года я случайно увидела, что идет кастинг. Заполнила анкету и прошла личное собеседование. Это проект не о внешней красоте, а о том, что женщина может и хочет нести в этот мир через свою красоту. Я подумала, что должна попробовать, ведь мне так много хотелось бы сказать миру, чтобы изменить его в лучшую сторону.

– Оправдались ли ваши представления о данном мероприятии и ожидания после участия в конкурсе?

– Финал состоится в сентябре. На данный момент окончен первый этап подготовки, и я очень довольна. За неделю мы прошли больше десятка мастер-классов от позирования до навыков публичных выступлений и уроков этикета. Были яркие съемки, которые сблизили всех участниц.

– Какие цели поставлены вами на будущее?

– Я хочу написать сборник мотивационных стихотворений для женщин и выпустить их в печать. Также хочу



создать сборник детских стихов. И стать известным автором красивых узнаваемых песен. Мечтаю быть как Константин Меладзе, только в женском облике. Хочу иметь офлайн точки продажи нашей одежды и сделать так, чтобы наш бренд знали все туристы, приезжающие в Казахстан.

инстаграм:  
@juliatenn  
@zakaz.pesenzk  
@ayubay.almaty

# ТРАНСФОРМАЦИЯ ЧЕРЕЗ ВНУТРЕННЕЕ СОСТОЯНИЕ



Как решиться уйти из найма или полностью сменить сферу деятельности? Об этом хорошо знает финансовый консультант, а теперь и сертифицированный ведущий трансформационной игры «Внутреннее состояние» Ботагоз Абылканова. И как сама она говорит: «Счастье – это, прежде всего, внутреннее состояние каждого человека. Будьте счастливы здесь и сейчас! Иначе вся жизнь пройдет в ожидании».

**Б**отагоз, как квалифицированного финансиста с многолетним опытом занесло в игровые практики?

– Два года назад я ушла из найма и занялась бухгалтерией на аутсорсинге, клиентов было мало, много раз думала о том, чтобы вернуться обратно в найм. Но в это же время я познакомилась с мощным игропрактиком Светланой Ивенко. Это был просто подарок Вселенной для меня. Светлана открыла мне мир трансформационных игр. Мы со Светланой играли во все ее трансформационные игры, рисовали нейрографику, ездили по Восточному Казахстану на различные встречи с экспертами и форумы.

Это помогло мне стать игропрактиком и ведущей двух трансформационных игр «Внутреннее состояние» и «Я Легенда».

В этом году я принимала участие в качестве игропрактика в двух фестивалях Т-игр в Казахстане и в международном юбилейном фестивале Т-игр в Ростове-на-Дону.

– Правда ли, что с помощью трансформационных игр можно изменить к лучшему любую жизненную сферу?



– Да, правда. Трансформационные игры направлены на изменение поведения и мышления. Т-игры помогают увидеть и преодолеть ограничения, наладить процессы в различных жизненных сферах, достичь нового уровня в самореализации, в отношениях, в финансах, в наемной работе, в бизнесе.

– Чем вас привлекла трансформационная игра «Внутреннее состояние»?

– Я увидела рекламу в социальных сетях. Изначально мое внимание привлек яркий дизайн игрового поля. Затем я созвонилась с автором Т-игры Айгерим Наурзалиновой, мы поиграли онлайн в демо-версию игры, и я поняла, что именно эта игра мне идеально подходит.

– На какую сферу жизни влияет «Внутреннее состояние»?

– Абсолютно на все сферы жизни:

экономическую,  
социальную,  
политическую,  
духовную.

Внутреннее состояние – это ощущение очень глубоко внутри себя, в самом центре вашего существа.

Наше внутреннее состояние играет ключевую роль в нашем жизненном опыте. От того, как мы себя чувствуем и как воспринимаем мир вокруг нас, зависит общее благополучие и качество жизни.

– Существуют ли неэффективные трансформационные игры? Почему у одних людей есть результаты, а у других нет?

– Я считаю, что неэффективных Т-игр не существует, в каждой Т-игре есть ведущий, который совмещает функции коммуникатора, режиссера и тренера личного роста.

Точки трансформации – это зоны игрового поля, где участник анализирует собственные ресурсы и внешние факторы, мешающие или помогающие достижению цели.

По сути, из игры в игру мы занимаемся одной и той же историей: осознаём свои эмоции, которые мешают нам действовать эффективно, ищем новые состояния, которые будут мотивировать нас на новые действия, опираемся на устранение ограничений и использование своих сильных сторон.

– Как игровая деятельность влияет на жизнь ведущего? Происходили ли с вами трансформации в профессиональном плане?

– Каждый раз, когда я провожу Т-игру, я прохожу свою собственную внутреннюю трансформацию. Погружаюсь в анализ поведения и мышления участников. Это помогает мне улучшить все аспекты своей жизни, в том числе и в профессиональном плане.

– С каким запросом приходят люди на трансформационную игру чаще всего? И откуда узнают о сеансах игр?

– Участники игры приходят с разными запросами. В основном это запросы на увеличение дохода, смены деятельности, построение гармоничных отношений с партнером.

Об играх узнают от знакомых или из социальных сетей.

– Дайте несколько советов или рекомендаций читателям For People.

– Нужно участвовать в трансформационных играх, проходить трансформацию с ведущими игр, которым вы доверяете. А после Т-игр начинать делать шаги, которые приведут вас к успешному достижению целей.



инстаграм:  
@botagoz\_abylkanova  
+7-777-857-12-75

# ЧТО ТАКОЕ ЛИЧНЫЕ ГРАНИЦЫ?

О том, что такое личные границы и почему их важно выстраивать, нам рассказала практикующий психолог Анна Тихонова.

**А**нна, что такое личные границы? Почему они так важны?

– Границы – это то, что помогает человеку отделить себя от окружающего мира. Благодаря границам мы формируемся как индивидуум, как отдельная личность, у которой есть свои желания, сильные и слабые стороны, возможность себя реализовать и так далее. А если границ нет, вы ничем не отделяетесь от внешнего мира. Фактически, когда отсутствуют границы, получается, что вас нет. Потому что вас ничего не отделяет от других людей. Кстати, это классный способ уйти от всех конфликтов с окружающим миром. Ведь если вы отдельная личность, то себя надо отстаивать, реализовывать, предъявлять свои потребности. А чтобы избежать конфликтов с миром, человек начинает размывать свои границы. Но, к сожалению, это приводит к тому, что он не может реализоваться и нигде не чувствует себя счастливым. Ведь, чтобы реализоваться, должен быть отдельный индивидуум, должны быть сильные и слабые стороны, свои личные качества и так далее. А чем хуже с границами, тем сложнее человеку строить отношения, в которых он будет счастлив, сложнее реализовываться и приносить миру пользу. Для всего этого нужна отдельная личность, которая именно чувствует себя отдельной и умеет эту отдельность отстаивать.

**– Как нарушение личных границ может повлиять на межличностные отношения и самооценку?**

– Нарушение личных границ может довести даже до трагедии. Очень ясно нам это показывают различные семейно-бытовые кейсы. Вроде как бить нельзя, но по факту можно, потому что он ее бил, и она при этом не уходила, ничего не происходило. Можно кричать, можно унижать, подчинять. Хотя вроде как нельзя, но при этом, опять же, ничего впоследствии не происходит. Это всё, по идее, решает пара, и, конечно, границы внутри пары будут у каждого свои, но



на некоторых громких примерах таких союзов мы четко видим, что размывание этих границ приводит к тому, что самооценка одного из участников подобного союза оказывается на дне. И женщина, будучи в таких отношениях, может считать, что она никому не нужна. Что она ни на что не способна, что у нее нет сильных сторон, что она сама не справится. И чем больше размывта граница, тем ниже будет самооценка.

**– Какие методы или техники вы рекомендуете для укрепления личных границ в профессиональной и личной жизни?**

– Самый рабочий метод – это психотерапия, причем достаточно долгая. Потому что проблема с границами – это

не какая-то одна проблема, а показатель того, как человек относится к себе и своей жизни. Например, он пренебрегает собой как личностью, строит свою жизнь так, что с ним можно не считаться, и всё делает только для того, чтобы обслуживать потребности других. Не считает возможным отстаивать себя и свои интересы. И когда мы имеем дело с таким человеком, дать какую-то одну технику, чтобы сразу все проблемы решились, невозможно.

**– Как личные границы могут помочь в управлении стрессом и предотвращении эмоционального выгорания?**

– Как правило, если у человека не выстроены границы в отношении с рабо-



той, с начальством, коллегами, то все окружающие начинают такого человека использовать. Например, зная, что вы не откажете, обязательно именно вас попросят поработать в выходные или дадут дополнительную работу без оплаты. Вы такой добрый и душевный, и именно к вам сотрудники будут приходить, чтобы вы решали их проблемы. Не выстроенные вами границы приведут к тому, что вы будете брать много того, что вам не принадлежит: чужую ответственность и чужие обязанности. С одной стороны, это, конечно, приятно, когда вы всем нужны и без вас словно никто не справится, к вам бегут, вас любят и считают классным человеком. Но, с другой стороны, это делает вас удобным для других, но невероятно неудобным и сложным для самого себя. Поэтому и случаются выгорания и усталость, болезни и так далее. А если начать выстраивать границы, то вы станете неудобны для других, но это позволит этим самым другим взять свою ответственность на себя. И это очень важно – дать возможность людям отвечать за себя, дать им возможность быть умнее и сильнее.

**– Какие советы вы можете дать людям, которые испытывают трудности с установлением и поддержанием личных границ?**

– Я думаю, что такой человек понимает, что у него есть проблемы с границами. Предположим, ваша мама постоянно ездит на дачу и занимается там грядками. И очень часто просит вас приезжать на дачу и ей помогать. Вы понимаете, что вам дача совершенно не нравится, к тому же после дачи жутко болит спина. Вы бы хотели пойти с друзьями на концерт, тем более давно об этом договаривались. Но отказать маме неудобно, как можно ей отказать? Конечно, простой совет звучал бы так: научитесь отказывать маме! Но по факту, конечно, в жизни так не получится. Поэтому начинать нужно с тех моментов и людей, которые вам легче даются. Для

начала можно отказать прохожему, который что-то попросил, или курьеру, который говорит: «А можете вы сами спуститься и забрать свой заказ?». Тогда вы говорите: «Нет, не могу, поднимитесь вы». Или коллеге, когда вас в десятый раз за месяц попросили подменить ее. Начинайте с того, что будет меньшим стрессом для вас, и потихоньку увеличивайте амплитуду выстраивания своих границ. Тогда рано или поздно вы сможете сказать маме: «Сегодня не могу, у меня запланирован поход на концерт, но помогу в следующий раз».

**– Как можно научить детей и подростков важности личных границ и помочь им установить их с раннего возраста?**

– Если мы говорим о самом раннем возрасте детей, то есть несколько основных задач. Первая – это физические границы, и здесь существует «правило трусиков». С самого раннего возраста, как только ребенок начинает взаимодействовать с кем-то, кроме родителей, например, идет в садик, объясните ему, что его нижнее белье могут трогать только родители и медицинский персонал с разрешения родителей. Все остальные должны спрашивать разрешения. Это физические границы, и это самое простое, что можно объяснить.

Второе – это психологические границы, и в этом случае всё начинается с того, что у ребенка должно быть право иметь свое мнение и отстаивать его. Например, можно в песочнице не делиться своей игрушкой, если ребенок не хочет. Вот с таких мелочей очень часто границы и начинаются. И, конечно, очень важно, чтобы у родителей были установлены собственные границы, потому что пример родителей играет зачастую гораздо более важную роль, чем какие-то правила, которые родители почерпнули из учебников и стараются внушить своим детям. Когда мы живем рядом с людьми, у которых всё хорошо, то принимать такой пример гораздо легче!

инстаграм:  
@anna\_ti\_psy





# БУДУЩЕЕ НАУКИ В НАШИХ РУКАХ

*В мире стремительного научного прогресса особое место занимают молодые ученые, которые своими инновационными идеями и исследованиями двигают науку вперед. Биотехнолог Инкар Жумадил – талантливый представитель молодежи, чьи научные работы могут внести значительный вклад в развитие биотехнологий не только в Казахстане, но и во всем мире.*

**И**нкар, что из себя представляет биотехнология? И что привело вас в эту профессию?

– Биотехнология представляет собой передовую научную дисциплину, которая объединяет знания биологии, химии и инженерии для разработки инновационных технологий и продуктов. Эти разработки находят применение в таких областях, как медицина, фармацевтика, сельское хозяйство и промышленность.

Основные направления биотехнологии включают генетическую инженерию, клеточные и молекулярные биотехнологии, биоинформатику и биопроцессы. Меня привело в эту профессию сочетание раннего интереса к естественным наукам и влияние моей семьи. С детства я увлекалась биологией и химией, что было поддержано моими родителями, которые прививали мне любовь к науке и стремление к знаниям. В школе учителя заметили мой потенциал и пред-

ставили возможности для углубленного изучения биологии, что способствовало моему профессиональному развитию. Во время учебы в Казахском Национальном университете имени аль-Фараби я получила ценный опыт научных исследований под руководством профессора Нурбакыт Ардак Нурбакытовны, что укрепило мою уверенность в правильности выбора профессии и позволило приобрести необходимые навыки для успешной карьеры в биотехнологии.

**– Какую роль, на ваш взгляд, биотехнология играет в современной науке?**

– Лично я считаю, что биотехнология играет ключевую роль в современной науке, значительно влияя на медицину, сельское хозяйство, промышленность и охрану окружающей среды. Ее значение особенно подчеркивается успехами в геномной инженерии и эпидемиологии. Именно биотехнология является движущей силой научного и технологического прогресса, предлагая решения для глобальных вызовов – таких, как здоровье населения, продовольственная безопасность, устойчивое развитие и защита окружающей среды. Ее междисциплинарный характер и интеграция с другими научными областями делают биотехнологию неотъемлемой частью современной науки и перспективным направлением для будущих инноваций.

**– Какие проекты вам уже удалось реализовать в рамках данной специализации?**

– Мы реализовали несколько научных проектов, одним из которых была научная работа о биотехнологическом потенциале пропионовых кислотных бактерий. Этот проект требовал тщательной подготовки и исследований. Подготовка заняла несколько месяцев, включая время на сбор и анализ данных, написание текста и его редактирование. Мы столкнулись с такими сложностями в процессе исследования, как необходимость точного контроля условий экспериментов и анализа большого объема данных.

Этот опыт научил нас ценности научной работы и важности коллаборации в научном сообществе.

Также был реализован важный проект, связанный с исследованием влияния биорезонансного устройства на червей *Eisenia fetida* в компостной установке

для производства биогумуса. Этот проект требовал не только теоретических знаний, но и практических навыков. Мы тщательно создавали условия для жизни червей *Eisenia fetida*, регулярно контролируя температуру и влажность исследовательской комнаты каждые 6–8 часов. Особое внимание уделялось их питанию, чтобы обеспечить оптимальные условия для их роста и размножения. Весь процесс, начиная с подготовки исследования до написания работы, занял более 9 месяцев. А одной из основных сложностей было проведение серии экспериментов, направленных на анализ воздействия линейного монохромного излучения на червей. Требовался также точный контроль условий эксперимента.

Результаты работы показали, что использование биорезонансного устройства БИУ-2 с интенсивностью 640 нм способствует увеличению числа молодых особей червей в два раза и увеличению числа коконов на 150. Эти результаты имеют важное значение для оптимизации процессов вермикомпостирования, что может существенно повысить эффективность производства биогумуса.

Сегодня одной из основных проблем является то, что многие фрукты и овощи выращиваются с использованием химических удобрений и пестицидов. Это приводит к накоплению вредных веществ в почве и продукции, что негативно сказывается на здоровье человека и окружающей среде. Использование биогумуса предлагает альтернативу, поскольку он обладает органическими добавками и пестицидами. Это позволяет выращивать растения естественным образом, сохраняя их органическое качество и питательные свойства. Наше исследование подтвердило, что использование биорезонансного устройства может значительно повысить эффективность процесса вермикомпостирования и производства биогумуса, что делает его важным инструментом для развития органического земледелия и создания устойчивых систем выращивания пищевых культур.

**– Каким образом ваше образование и опыт помогли вам в реализации успешных проектов в сфере биотехнологий?**

– Мои образование и опыт сыграли ключевую роль в успешной реализа-

ции проектов в сфере биотехнологий, благодаря которым я смогла успешно реализовать проект по исследованию влияния биорезонансного устройства на рост и размножение червей, что имеет важное значение для сельского хозяйства и экологии.

**– Намерены ли вы продолжить исследования в этой области? Или хотели бы попробовать себя в другом направлении?**

– Я планирую продолжить, так как считаю, что это мое призвание. Одновременно хотела бы расширить свой опыт и попробовать себя в других направлениях научных исследований, особенно в исследованиях за границей. Я считаю, что учиться и дополнять свои знания никогда не поздно. Моя цель – быть полезной не только своей стране, но и всему миру, внедряя инновационные методы в сельское хозяйство и охрану окружающей среды.

**– Какие перспективы и возможности вы видите в развитии биотехнологий в ближайшие годы?**

– Именно активное развитие биотехнологий открывает широкие возможности для инноваций и улучшения качества жизни людей, а также для решения глобальных проблем, связанных с продовольствием, здравоохранением и экологией.

**– Планируете ли вы и дальше продолжить обучение или намерены вплотную заняться новыми научными проектами?**

– Я планирую и дальше продолжать обучение и заниматься новыми научными проектами. Стремлюсь повысить свой уровень знаний и навыков, ищу университеты, где могла бы получить образование с целью стать профессионалом в области биотехнологий. Пока я не определилась с выбором конкретного университета, но активно изучаю подходящие программы обучения для своего дальнейшего развития.

инстаграм: @inkvr.zhumvdil  
Zhabateva.i@bk.ru  
+7-775-155-56-55

# АЙНУР ОМАРОВА ПЕРСОНАЛЬНЫЙ СТИЛИСТ

**А**йнур, какую роль, на ваш взгляд, играет персональный стиль в жизни человека? Тот случай, когда «встречают по одежке», всё еще актуален?

– Персональный стиль играет одну из ключевых ролей в жизни человека. Имея свой персональный стиль, вы как бы создаете свою визуальную визитную карточку. Есть люди, с именами которых ассоциируется та или иная манера одеваться, так как эти люди смогли создать именно свой узнаваемый стиль. Например, известная Fashion-блогер и бизнесвумен из Италии Zaklina Pisano. Когда я слышу это имя, я сразу представляю женщину, которая умело сочетает гламур с casual, красивые, стильные аксессуары и, конечно, же солнцезащитные очки. Или при упоминании имени иконы стиля Айрис Апфель в воображении тут же возникает цвет, яркость, бусы, браслеты, кольца и в целом смелость и свобода.

Поэтому для меня понятие «персональный стиль» – это, прежде всего, то, что мы транслируем миру. Это отношение к себе, к семье, к людям, к работе, это про наше мировоззрение и мироощущение. Я всегда говорю, что стиль – это не про бренды и тренды, это не только манера одеваться, это манера общения, воспитание и образ жизни. Персональный стиль может найти отражение в вашем интерьере, в любимых блюдах, местах для путешествий.

Что касается «встречают по одежке» – конечно, этот момент актуален. При первой встрече с человеком и в течение первых минут знакомства мы вряд ли поймем его богатый внутренний мир, а вот внешний облик считывается в течение нескольких секунд и многое может сказать о человеке. Но хотела бы обратить внимание, что не нужно путать внешний вид с внешностью. Внешность – это то, что мы получаем от природы, от родителей, а вот внешний вид мы создаем сами и отвечаем за него сами.

– **Что такое стайлинг гардероба? Для чего он необходим?**

– Стайлингом гардероба является понимание того, что есть в вашем гардеробе. Стайлинг направлен на то, чтобы мы не теряли времени, ломая голову, что и с чем носить, что ваша одежда, аксессуары, обувь сочетаются между собой.

Стайлинг подразумевает, что в гардеробе нет физически старых, изношенных и морально устаревших вещей и аксессуаров, тех вещей, которые вам не подходят по размеру и «случайных», которые ни с чем не сочетаются.

Главное, чтобы верх (одежды плечевого пояса) было больше, чем низ. Я стараюсь придерживаться правила, что один низ сочетается как минимум с тремя верхами. Стайлинг гардероба подразумевает и то, что одежда отвечает вашему лайфстайлу и покрывает все ваши потребности в комплектах в каждой из сфер жизни. То есть ваш гардероб создан по такому принципу, что на каждый случай у вас есть что надеть.

– **Какие ключевые элементы, на ваш взгляд, должны быть в гардеробе каждого человека?**

– Основой гардероба, то есть базовым гардеробом должна быть та одежда, обувь, аксессуары, которые отвечают лайфстайлу



человека. Если он работает в офисе с принятым дресс-кодом и проводит там 80% своего времени, то основой гардероба будут являться костюмы, блузы и рубашки. У фрилансеров будет другая база, у мамы в декрете – третья. Да, есть примерная универсальная база, но всё же она варьируется от сезона и образа жизни. Верх включают блузы, рубашки, топы, футболки; из трикотажа это водолазка, свитер, пуловер, кардиган. Верх должно быть больше, чем низ.

Также добавьте в базовый гардероб жакеты, так как они позволяют завершить любой комплект и разнообразить его.

Низы включают брюки, желательной длины с высокой посадкой на талии прямого или свободного кроя, можно с защипами на поясе.

Джинсы со стандартной или высокой посадкой.

Юбки, в самой универсальной длине – миди. Но и мини отвечает базовому гардеробу.

Платье прямого, полуприлегающего фасона.

Верхняя одежда может быть представлена в виде тренча, пальто. Из обуви это – туфли-лодочки с острым носом и на шпильке, сандалии, босоножки, кроссовки, кеды, лоферы, ботинки, ботильоны, высокие сапоги. Такой обувной гардероб способен закрыть все ваши потребности.

И не забывайте о таких деталях, как верно подобранные под одежду белье, чулки, колготки и так далее.



– **Как вы работаете с клиентами, которые не уверены в своем стиле и испытывают трудности с выбором одежды?**

– Это сложный кейс, потому что есть большая вероятность, что клиент не будет доволен результатом. Если человек не знает, чего хочет, решить за него, что ему хотеть, я не могу, я лишь могу подсказать и направить.

В любом случае все вопросы оговариваются с клиентом при обсуждении ожиданий от совместной работы и определении, что в итоге будет считаться результатом.

И если есть общее понимание, тогда можно начать работу. Конечно, гораздо проще, когда клиент приходит с готовым запросом, или есть конкретная причина смены гардероба, например, изменение веса.

– **Нуждаются ли мужчины, на ваш взгляд, в услугах персонального стилиста?**

– Однозначно, да. В этом вопросе, думаю, не следует делить людей по половому признаку. Мужчины, как и женщины, наверняка хотят выглядеть элегантно, стильно и актуально.

– **Как адаптировать классический мужской дресс-код под современные тенденции, не теряя при этом элегантности?**

– На мой взгляд, для мужчин нет ничего элегантнее, как отлично подобранный костюм. Поэтому костюмная двойка или тройка всегда смотрится актуально и элегантно. Хотя отлично подобранный костюм не может гарантировать соблюдение дресс-кода, потому что и здесь нужно знать нюансы.

В целом, в дресс-коде мужчин различают три вида: Business Best, такой дресс-код еще называют «стиль президентов», для него приемлемы очень строгие правила, это темный костюм (синий, серый), только белая сорочка и бордовый галстук, из обуви – оксфорды.

Business Formal: здесь цвет костюма уже может варьироваться, сорочка должна быть светлой, но при этом допустим цветной оттенок.

Кстати, хочу отметить, что костюмы черного цвета лучше оставить для свадеб, похорон и для сотрудников охраны.

Ну и самый распространенный дресс-код – это Smart Casual, где брюки можно заменить на синие классические джинсы, а пиджак на блейзер.

В целом элегантности мужчине придает аккуратная свежая стрижка, ухоженные руки, правильно подобранные аксессуары. Со всеми этими деталями поможет разобраться стилист, работающий с мужским гардеробом.

– **Дайте несколько советов, легко применимых для создания персонального стиля.**

– Развивать насмотренность, не бояться экспериментировать, не забывая про свои особенности фигуры и образ жизни. Благо для этого сейчас есть много ресурсов. Свой персональный стиль можно и нужно прокачивать, всё приходит с тренировкой. Но не следует забывать и про свой внутренний мир, потому как персональный стиль – это не только про вещи, это и наша культура поведения, манера общения, образованность и многое другое. Нельзя слезть стильным человеком и при этом неуважительно вести себя по отношению к окружающим. Я за то, чтобы форма отражала содержание.

инстаграм:  
@nuri\_omar

# KAZHEKEY – made in KZ

*В мире моды существует особое место для тех, кто черпает вдохновение в своих корнях и культурных традициях. Асель Капаш – основатель бренда KAZHEKEY, о которой пойдет речь в этой статье, не просто создает стильные наряды – она вдыхает новую жизнь в богатое наследие Казахстана. Ее любовь к казахской культуре и обычаям проявляется в каждой детали ее коллекций, от орнаментов до тканей, которые она использует. Этот бренд стал символом уважения к традициям и современного переосмысления национальной идентичности, создавая связь прошлого с настоящим.*

**А**сель, как давно вы занимаетесь созданием и пошивом национальной одежды?

– Национальной одеждой я занимаюсь уже пять лет. Начиналось всё с проката. Это были 5–6 жилеток, три платья, которые я просто сдавала напрокат. До этого я искала для себя напрокат национальную одежду для сырға салу, қыз ұзату и очень удивилась, что в Алматы нет одежды напрокат хорошего качества. В большинстве моделей использовался клей вместо качественной ручной работы. Тогда я закупила несколько казахских национальных моделей в Актау – именно там очень качественная одежда казахстанского производства, и просто начала сдавать ее напрокат. Позднее мы открыли свое производство. Так появился бренд национальной одежды KAZHEKEY.



**– Насколько высок спрос на данный вид товаров в нашей стране?**

– Знаете, совсем недавно национальная одежда пользовалась спросом только на праздничных мероприятиях. Особенно продажи и прокаты росли на Наурыз. В этом году начался настоящий бум. Думаю, что повлияло на это внедрение нашим президентом моды на национальную одежду. Теперь у нас есть День национальной одежды, и многие представители малого и среднего бизнеса по примеру крупных компаний внедряют в свой дресс-код еженедельный день национальной одежды. Также вырос спрос и у иностранцев. Жители других стран активно интересуются культурой Казахстана. Приобретают казахскую национальную одежду и те, кто родился и ранее жил в нашей стране, но переехал за границу. Многие делают заказы онлайн, и мы отправляем наши модели одежды во все уголки Земного шара.

**– На съемку для журнала вы пришли в одежде собственного производства?**

– Да, я принесла с собой образцы собственного производства. Все наряды ручной работы бренда KAZHEKEY.

**– Какие факторы влияют на вашу ценовую политику?**

– В первую очередь, влияет, конечно же, текстура ткани. Если клиент выбирает велюр, а не бархат, то цена в итоге будет ниже. Также обстоят дела и с отделкой, цена зависит от выбора камней, которыми расшита одежда. Влияет наличие ручной работы. Например, обычный жилет будет стоить гораздо дешевле, чем жилет, расшитый вручную.

**– В каких городах представлен бренд KAZHEKEY?**

– Сегодня бренд представлен в Алматы, где мы осуществляем как продажу, так и прокат национальной одежды нашего производства. Уже этим летом, в самое ближайшее время откроем бутики в Астане и осенью в Атырау.

**– Но производство национальной одежды – не единственное направление вашей деятельности. Чем вы еще занимаетесь?**

– Еще пять лет назад, когда я только начала заниматься одеждой, я очень вдохновилась этническим направлением и мечтала внести свой вклад в развитие казахской национальной культуры. Мы запустили проект, где предоставляем национальную одежду, образы, тематическую локацию для фотосессий.

**– Где проходят съемки? С какой целью люди принимают в них участие?**

– Съемки проходят в этноцентре Nomad. Это прекрасная территория для семейного отдыха, где имеется «Юрта-музей», здесь мы и проводим съемки. Кроме того, снимаем на фоне гор и с лошадьми. Изначально такого рода фотосессии пользовались спросом у девушек. Съемки проводились для оформления свадебных приглашений или для социальных сетей. Сейчас очень часто проводим памятные семейные и юбилейные фотосессии, организуем фотосъемки для бывших казахстанцев, желающих сохранить в памяти свои корни и казахскую культуру.

**– Почему в каждом виде своей деятельности вы делаете яркий акцент именно на казахскую культуру?**

– Я очень люблю нашу казахскую культуру, нашу историю, наших предков, их мудрость. И когда ты начинаешь заниматься национальной одеждой, организовываешь фотосессии, подбираешь образы в национальном стиле, просыпается такой патриотизм! Хочется делиться этим, чтобы наша молодежь, наши дети и все жители Казахстана проявили интерес к нашей культуре. И чтобы иностранцы удивлялись, изучали нашу культуру, чтобы это было им интересно так же, как и мне – ведь моя бабушка по маминной линии швея, и я с детства видела всю красоту национальной одежды. Бабушка шила очень красивые наряды, и, видимо, сумела передать и мне всю эту любовь к национальному искусству.

**– Поделитесь планами и целями на ближайшие 5–10 лет.**

– Конечно, мне хотелось бы продолжить развивать оба моих проекта. И я планирую открыть торговые точки по всему Казахстану, а также расширить производство и увеличить объем работы швейного цеха. Мечтаю открыть «Казахскую этностудию», где можно будет вести фотосъемку и зимой, и летом. Она будет сочетать в себе несколько зон: для новорожденных, для деток постарше, для семейных съемок и традиционных торжеств. Я хочу это сделать для того, чтобы не только иностранцы, но и сами казахстанцы могли приезжать в эту студию с целью изучить культуру казахского народа и показать своим детям, насколько красивы казахские обычаи.

инстаграм:  
@kazhekey.kz  
@etno\_photo  
@nomad.ec



FOR PEOPLE ГЛЯНЦЕВОЕ ИЗДАНИЕ О ЛЮДЯХ

# FOR PEOPLE

**Alexandr Grebennikov** Chief Editor

**Aset Isabaev**  
**Dmitriy Andreyev** Chief editor assistants

**Inna Shefer** Editor

**Anastasiya Bondarets** Editor's assistant

**Farizat Mamyrbekova** MUA

**Marina Butrym** PR-manager

**Irina Dmitrova** Copy editor

**Vitaly Kirsanov** Photograph

**Mariyam Issaeva** Sales chief manager

**Olessya Tregubenko**  
**Sanzhar Baimurunov**  
**Sabina Khamitova**  
**Malika Kan** Advertising executives

**Dilya Sharafutdinova** **People Awards**  
Producer

**Vladimir Sesselkin**  
**Alma Mustafayeva** Official  
representatives

Издатель и главный  
редактор

Ассистенты издателя

Редактор

Помощник  
редактора

Визажист

PR-менеджер

Корректор

Фотограф

Руководитель отдела  
продаж

Менеджеры по  
работе с клиентами

**People Awards**  
Продюсер

Официальные  
представители

**Александр Гребенников**

**Асет Исабаев**  
**Дмитрий Андреев**

**Инна Шефер**

**Анастасия Бондарец**

**Фаризат Мамырбекова**

**Марина Бутрым**

**Ирина Дмитрива**

**Виталий Кирсанов**

**Марьям Исаева**

**Олеся Трегубенко**  
**Санжар Баймурунов**  
**Сабина Хамитова**  
**Малика Кан**

**Диля Шарафутдинова**

**Владимир Сеселкин**  
**Алма Мустафаева**

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» № 6(90)

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 №KZ85VPY00023137 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. Разрешено для чтения с 18 лет. По вопросам и

претензиям: director@tpeople.kz, +7-727-339-89-85, www.tpeople.online